

おとなの学校新聞

Vol.53

介護老人保健施設
おとなの学校
岡山校

津山市日本原 352
0868-36-3390
編集担当
森 タ子
発行責任者
森 タ子

「おとなの学校」に入り、

見違えるほど元気になった！

ありがとうございます！

…というお言葉をご家族様からよく耳にするようになりました。ご高齢で体調を崩されたり、目標に到達できなかったり、残念な症例も実際にはありますが、利用者様の「笑顔が見たくて」スタッフ一同心から自律のお手伝いをさせて頂いています。

また、働く私達スタッフ自身の教育はもちろん、人間ひとりひとりの何かしらの成長を法人全体としてサポートしています。

「おとなの学校は楽しい！」と心から思える環境づくりをしていきたいと思えますので、今後ともどうぞよろしくお願ひ致します。



今年の「おとなの学校」は、あなたを退屈にさせません！

毎月、いろいろなボランティアの方々にお手伝いいただいています。利用者さまが楽しんでくださるのももちろんですが、ボランティアの方々にも「ここでお手伝いできて嬉しい」と思っていただけの環境を作っていくかなくてはなりません。マンネリ化してはいけないので、定期的な内容の打ち合わせとともに、リクエストもお聞きできるような時間を取れば良いかと考えています。また、もっと地域に学校をよく知っていただくため、クラブ活動の時間にボランティアとしてお手伝いしてくださる方も募集しています。ドッグセラピーやアロマセラピーも、個人的にもっと進めていきたいと思っています。何もしないのはある種のネグレクト。今年は学校をもっと楽しく、退屈させない施設にできるよう、頑張りたいと思います！



どんど 焼きを



しました！

1月14日、毎年恒例のどんど焼きを行いました。どんど焼きは「どんど」「とんど」「どんどん」など、地方によって呼び方が異なりますが、無病息災・五穀豊穡を祈る伝承行事です。

おとなの学校でもお正月飾りや門松、書き初めなどを焚き上げ、その灰を利用者の皆様とスタッフのおでこに塗って、1年の健康を願いました。

おでこに灰を付けられ、少し恥ずかしそうな皆様の笑顔もとても印象的でした。

私事になりますが…

栄養課が「嚥下食コンテスト」で入賞されたことはご存知だと思います。その栄養課が作ってくれるお昼ごはん、理事長と私の分は、少し皆さんの食されているものと異なります。

糖尿病の治療は、インスリンや内服薬の治療がメインです。京都で開業されている高雄病院の江部康二先生が執筆されている本はご存知でしょうか？

私達はダイエットのため、この先生が推薦する「炭水化物抜き」の食事を実践しているのです。米やうどん、パンが食べれない分、蛋白質をしっかり摂るため、私達の昼食は主食のかわりに肉や魚などが特別についています。

栄養課のスタッフの気遣いや工夫に本当に感謝するとともに、もっと糖尿病の治療に、またダイエットに、炭水化物抜きの食事療法が広まれば良いなと思います。

まだ1年弱ですが、理事者は13キロ、私は8キロ痩せられました。

ご興味のある方はお尋ね下さいね。



2月 行事予定

《学校行事》

23日（火）成果発表会

《その他未定》

音楽



《ボランティア》

- | | | |
|-----|-----|------|
| 4日 | (木) | 昔語りバ |
| 12日 | (金) | 太極拳 |
| 13日 | (土) | アロマ |
| 19日 | (金) | 美容講習 |
| 24日 | (水) | 大正琴 |
| 26日 | (金) | 紙芝居 |