



# ルストホフ志木だより

～ 愛 と 感 謝 と 奉 仕 ～



私の育った街の風景（岩手県花巻市）



ルストホフ志木  
事務員 T・T

## 『祖母の教え』

はじめまして。昨年12月より事務員として働かせていただいております。どうぞよろしくお願い致します。

前職では、脳神経外科のリハビリ科にて、医療保険と介護保険のリハビリ事務を担当し、送迎や脳トレ・作業療法の補助をしておりました。患者様と接することで、その地域の昔話や風習を聞くことができ、とても楽しく勉強になりました。こちらのデイサービスでも送迎をさせていただいておりますが、ご利用者の皆様から気さくに声を掛けていただきとても嬉しく思っております。安全第一で頑張ります。

私が子供の頃の話になりますが、共働きだった両親の帰りはいつも19時頃でした。そのため祖母と過ごす時間が長く、おばあちゃんっ子でした。祖母は体が弱く、倒れてしまうことも多かったのですが、気丈で精神が強かったなと思います。大人になり、娘を出産し困った時に相談するのはいつも祖母でした。話を聞いてもらい、一言もらうだけで悩みのほとんどが解決してしまうものでした。

その祖母に幼い頃に言われたことで大切にしている事があります。それは「人それぞれ好き嫌いがあり、どうしても好きになれない人もいるかもしれない。しかし、初めから嫌うのではなく、その人の良い所を見つけなさい。必ずひとつは見つけれられるはずだから。そして、分け隔てなく色々な人と接していきなさい。」というものでした。それは、小学生の時から心の片隅にあり心がけてきましたが、特に子育てをしていく上で、親同士の関係ではとても役に立ちました。人を嫌いになるのは簡単な事ですが、少し角度を変えて物事をとらえると、また違う面が見えてくるものです。まだまだ人として未熟者ですが、心がけ次第で変わってくることもあると思います。

祖母の事は娘たちが幼い頃から話してきました。そんな娘たちも成長し手が離れてきましたが、私自身、人として心のゆとりを持ち自分らしく前を向き、祖母の様に頼りになる存在になりたいと思います。

## 特別養護老人ホームブロン

### 【8月のご様子】

8月26日、特養職員の森川信子さんとお仲間による「左手のピアノコンサート」がブロン2階のホールにて開催されました。森川さんは左手だけでピアノを演奏する「左手のピアニスト」として、さまざまなコンサートに積極的に取り組んでいらっしゃいます。当日は左手が奏でる素敵な音色を聴かせていただくだけでなく、みなさんが良く知っている曲に合わせて一緒に歌ったりととても楽しいひと時となりました。

介護職員：Y・I 記

#### 《 ピアノコンサート 》



『素敵な演奏に感動です😊』



『みなさんも一緒に♪』



『ありがとうございました!』

### 特別養護老人ホームブロン9月の予定

■ 誕生日会 22日(日)

＜ボランティアさんによる催し＞

■ 紙芝居&かたかた&舞踊 4日(水) ■ 朗読 6日(金) ■ 篠笛 29日(日) ■ 歌謡 30日(月)

## デイサービスセンターブロン

### 【8月のご様子】

デイサービスでは19日～24日に毎年恒例の「夏祭り」を実施しました。レクリエーションでは夏祭り用に考えたゲームをおこない、景品には扇子、手ぬぐい、お菓子の3種類を引いていただきお渡ししました。おやつにはかき氷とポップコーン。昔懐かしい夏の味覚を味わっていただいた皆様からは、昔に返ったような和やかな笑顔が見られました。

介護職員：Y・N 記

#### 《 夏祭り 》



『かき氷のお味は?』



『ポップコーンと“はいチーズ📷”』



『冷たくておいしいね♡』

### デイサービス9月の予定

■ 外食会

＜ボランティアさんによる催し＞

■ 詩吟 5日(木)・12日(木)・26日(木) ■ 体操・ウクレレ 10日(火)・16日(月)

■ 大正琴 17日(火) ■ ハーモニカ 17日(火)

■ 坐って太極拳 21日(土)

■ ウクレレ&ブルースハーブ 23日(月)

#### 9月丸フロアの予定

■ ギターオカリナ 11日(水)

理髪 4日(水)・9日(月)・17日(火)・19日(木)・27日(金)

## ケアハウスリヒト

### 【8月のご様子】

8月25日、リヒトでは誕生日会を行い8月生れの方のお祝いをさせていただきました。主役の方々も少し緊張されている様子も見られていましたが、会のデザートは夏らしく『かき氷のアイスクリーム乗せ』をご用意させて頂きました。かき氷とアイスクリームを別々に楽しむ方や、おかわりを希望する方など、みなさま思い思いの楽しみ方をして下さいました。夏の良い思い出になったのではないのでしょうか？今月は敬老祝いの会があります。楽しみにして下さい。

相談員：岸田 記

#### 《 誕生日会 》



『お誕生日、おめでとうございます(≧▽≦)』



『美味しいね♪』

### ケアハウスリヒト9月の予定

- 入居者懇談会 13日(金)      ■ 誕生日会 29日(日)
  - どんぐりの会 毎週土曜日      ■ 100歳体操 毎週水曜日
- ※どんぐりの会は、編み物や裁縫等をみんなで楽しむ会です。

## グループホームブロン

### 【8月のご様子】

8月中は連日暑い日が続きましたが、皆様夏バテもせずお元気に過ごされておりました。ただ、散歩などを控えて室内で過ごすことが多くなっていましたので、少しでも早く涼しくなって、土手などを散歩できるのを心待ちにしています。さて8月のおやつ作りでは、季節を感じていただこうと恒例の「かき氷」を作りました。「冷たくて美味しいね！」と大好評でした。またエスニック料理のガパオライスも美味しく出来ました。

介護職員：辻 記

#### 《 夕食づくり 》



『初めてのガパオライスです☆』



『みじん切りに挑戦中!』



『どう?おいしそうでしょ(^)♪』

### グループホームブロン9月の予定

- おやつ作り 10日(火)・29日(日)      ■ お誕生会 11日(水)・28日(水)
  - 夕食作り 21日(土)
- <ボランティアさんによる催し>
- 朗読 6日(金)      ■ 大正琴 11日(水)      ■ 歌謡 13日(金)
  - ウル&ブルーハープ 18日(水)      ■ 絵画 20日(金)      ■ フルーツ 27日(金)



## 厨房だより

### 誤嚥(ごえん)について

本来、食道から胃のほうへ送られるはずの食塊や唾液が咽頭へ流れ込み、気管や肺に入ってしまうことを「誤嚥」といいます。

#### 【誤嚥リスクが高く注意が必要な食品】

流動性が高い液体	お茶、水、汁物など	咽頭に付着しやすいもの	のり、わかめ、餅、団子
うまく噛めないもの	かまぼこ、こんにゃく、なめこ	パラパラし粒が咽頭に残るもの	胡麻、ピーナッツ、大豆
水分が少なくパサつくもの	クラッカー、ふかし芋、ゆで卵、焼き魚	繊維質の強いもの	ごぼう、ふき、小松菜など
		噛むと液体が分離するもの	高野豆腐の煮物

#### 【誤嚥を防ぐ工夫】

- ・食事形態の調整 →→→ご本人の食べる能力に応じてミキサー食や刻み食、ゼリー粥などがあります
- ・とろみをつける
- ・あんかけをかける
- ・仕込みの際、食材によって大きさを変える
- ・調理時、食材によってボイルの時間を変えて、柔らかくする



今後も厨房では、ご利用者様の「食事を食べたい」という意欲や楽しみを失うことがないように、介護職員、看護師との連携を図り、召し上がりやすい食事環境を提供していきたいと思います。

栄養課：磯 記

## ルストホフ志木 トピックス

### 【事業所紹介】 デイサービスセンター ブロン

デイサービスブロンでは、ご自宅からの送迎やお食事、入浴、排せつなどの日常生活のお手伝いを始めとして、生活機能向上のための体操やレク活動、個別に行う機能訓練等のメニューをご用意しております。

また、日頃の体操に加え、1周約200mのひろ～い苑内を安心して散歩することができます。レク活動では職員がピアノ伴奏する「ピアノde合唱♪」が大人気です♡併せてヨガマットを使用しての運動も行っています。毎日楽しく、お元気に過ごせますよ♡

