



第 85 号
平成22年
12月発行



「望洋荘」開設八周年を迎えました。

これも皆様からの御支援、御指導の賜物と
心より御礼申し上げます。

「望洋荘」開設八周年を迎えるにあたって

― 地域密着型介護老人福祉施設

せんしょう苑新設について ―

社会福祉法人りんさく福祉会

理事長 須田 晃

社会福祉法人りんさく福祉会は、法人設立八年の歳月が経過、現在平豊間地区に特別養護老人ホーム『望洋荘』（準ユニット型）の事業を行っています。行政並びに地域住民の方々のご支援やご家族様のご協力にも恵まれ、従業員一丸となり質の高いサービスの提供を為すべく出来る限りの努力をしてまいりました。この間の実績を踏まえ本格的なユニット型特別養護老人ホーム開設の事業にも取り組んできました。

今回、「内郷地区」における地域密着型特別養護老人ホームの公募あり、応募の結果当法人に施設整備事業の認可をいただきました。

平成二十二年度補助事業として内郷御厩町四丁目に地域密着型小規模特別養護老人ホーム『せんしょう苑』二十九名入所の施設事業を実施することになりました。

た。北側にいわき中央警察署、西側に長町公園があり、施設としては比較的閑静な場所であり、入居される方々にとってはゆったり生活が出来るものと思われます。平屋建て鉄骨造りとし、地域密着型小規模特養ホームとして地域に溶け込む施設を設定しております。玄関からホールを通り事務室及び更衣室、厨房室、当直室、外来トイレ等、中廊下に沿い医務、静養室を設置、向かい側には機械浴室、洗濯室等、各ユニットを中庭から光が射し込むように環境の配慮をしました。又、スプリンクラー、火災報知機、非常通報装置等を設置し安心安全に十分考慮した建物とします。平成二十三年二月起工、八、九月には開設予定で準備を進めています。

私たち老人福祉施設を運営する経営管理者は、今後も経営、事業等の目標、方針を明確にして行かなければならないと思っています。次に、この一年間の「望洋荘便り」の巻頭言のタイトルを列挙しますが、その中からも私共職員の理念を些かなりとも感じていただければ誠に幸いです。

- (七三) 「望洋荘」開設七周年を迎えるにあたって
- (七四) 笑う門から見えてくるもの
- (七五) 自己と他者
- (七六) 知識と技術
 - ― 新しい自分にあるために―
- (七七) 自主自立の心根
- (七八) 望洋荘の宝を大事にしましょう
 - 「百五歳長寿」の山際さんを祝う
- (七九) 倫理・道徳
- (八十) 本を読む
- (八一) 望洋荘の欄間
- (八二) 敬老の日はどこで生まれたか
- (八三) 慢性腰痛の予防対策を
 - ― 姿勢を良くし適度の運動を―
- (八四) 「おしぼり」のコミュニケーション作用

「クリスマス会」

十二月二十三日（木）午前の部（豊間・四倉・薄磯ユニット）と午後の部（永崎・勿来・しおやきユニット）にて、クリスマス会を開催しました。今回はバルーンアートを行い入居者様にプレゼントしました。

色とりどり風船やモールで飾りつけられた塩屋岬ホールは、まるでおとぎの部屋の様に変わっていました。職員がサンタやトナカイの衣装に身を包み、入居者様ひとりひとりにプレゼントを配り、皆さま満面の笑みで喜ばれていました。クリスマスケーキを食べ、シャンメリーで乾杯。仲の良い方同士楽しく談笑されている姿等々、楽しい一日を過ごされていきました。

「忘年会」四倉ユニット

十二月十二日（日）午後十二時十五分より、四倉ユニット恒例「忘年会」を塩屋岬ホールにて開催しました。当日は、数多くのご家族様にも参加をいただいでのご支援のもと、盛大に行う事が出来ました。

忘年会の献立は、事前に職員が入居者様の希望を聴き取り準備して来ました。やはり圧倒的にお寿司が一番人気でした。本日の献立は、お寿司・炊き込みご飯・煮物・漬物・汁物：などでした。みんなで食卓を囲み一団の時間を過ごされ、またカラオケやビンゴゲームなどで楽しめました。最後はスライドショーを見て今年一年を振り返り「こんな事もあったね」と今年一年を懐かしみました。



これからこの欄に介護と医療に関してお届けします。介護される皆様、また家族の方々も充分お読みくださり参考にしてください。

「口の中を清潔に」

身体の健康は正しい口腔のケアで

口の中に問題があると、身体全体に悪影響が及びます。栄養不足、消化不良はもちろん、免疫力の低下や便秘・下痢、ひいては床ずれ、骨粗鬆症などにも関与します。肺炎をたびたび起し毎年のように入院していた人が、口腔ケア（口の中の手入れ）を行ったところ、肺炎にかかるケースが少なくなったという話をよく聞きます。これは歯磨きやうがいをするだけで口の中の細菌が減ったことと関係します。口腔ケアの実践により、誤嚥（胃に入るものが肺に入ってしまう）性肺炎を著しく減少させたという事例は、医学界でも発表されています。

また、噛むことで脳に様々な刺激が送られます。歯や義歯（入れ歯）をケアすることは痴呆の予防にもつながるといわれています。さらに歯があることで、顔かたちや表情が保たれる、発音が明瞭になり言葉がはっきりするという利点もあります。おいしく食べる、楽しく会話する、そして健やかな生活を送るためにも正しい口腔ケアは大事なのです。

義歯（入れ歯）・経管栄養でもケアは不可欠

歯や歯茎はもちろん、義歯にも細菌はつきまします。「歯がないから」「義歯だから」といって口の中をケアしないと、細菌が繁殖し、唾液の自浄効果が弱まってしまうです。食べ物の残りカスをきちんと取り除き、口の中を清潔に保ちましょう。食後の口の中は、食べた後の食器のように汚れています。義歯のある人は、毎食後、義歯をはずして磨くことを習慣にすれば、つねに清潔でいられます。また、経管栄養などで口から食物をとらない場合、しかも、あまり口を使わないことで、唾液の分泌が起りにくくなり、免疫力を発揮しづらくなります。口の中のケアが、より重要なことがわかります。

歯や義歯がないと、全身に悪影響が

歯が一本もないのに義歯もいれず、歯茎（歯肉）で食事をしている人がいます。これでは、軟らかいものしか食べられず、通常の硬さの食品や野菜などの繊維食品を噛み砕くことができません。食物を大きな塊のまま多量の水分と一緒に飲み込むと、胃や腸に大きな負担がかかってしまいます。ところどころ歯が欠けている場合も同じです。残っている歯に、負担がかかり、歯の無い隙間に傾いて力が加わってしまいます。次第に歯並びがずれ、うまく噛み合わせが悪くなると、口の中だけでなく、顎や顔の筋肉にも影響が及び、話すことにも支障をきたすな

ど、身体全体の健康状態が悪化してきます。

よく噛み、よく味わい、楽しんで食べることで脳が刺激され、唾液の分泌が促進されます。歯を失わないように、また義歯が自分になじむように、日々のケアを心がけ、食事やおしゃべりを楽しみたいものです。

正しいケアと定期健診で健康生活を

歯や歯茎の状態によっては、歯科医などの専門家に相談することも必要です。長い間、義歯を口の中に入れたままだったり、義歯が合わずに使っていない場合は、すぐに診察を受けましょう。義歯を使って足りない歯を補うことはとても大切です。また、使い慣れた義歯でも、歯や歯茎の変形などで次第に使いづらくなります。定期的に検診を受け、調整してもらいましょう。

脳血管障害の後遺症で片麻痺があったり、よだれが出やすかったり、飲み込みが悪い人は、歯ブラシを使ったマッサージなどのリハビリ訓練を取り入れましょう。正しい口腔ケアの指導を受けることで、症状が軽減した例も多くあります。

個人の状態により、ケアの方法は様々です。より適切なアドバイスを受けるためにも、当望洋荘のかかりつけ歯科医平井先生や歯科衛生士などによる訪問歯科診療や歯科衛生指導を受けられるよう、看護師は積極的に入所者の状態を観察し対応に心掛けて下さい。

「行つてらっしゃい」と
手を振るようになった由来



みなさんは「行つてらっしゃい」と手を振られ、今日も誰かに見送られましたか？かつて、日本人は頒布（ヒレ）という長い布を振って、神の魂を奮い立たせる魂振り（タマフリ）をしていました。神社で拍手を打ったり、鈴を振る行為も、振りの変形です。「万葉集」には恋人に袖を振る歌があり、これは愛しき人の魂を引き寄せる意味があります。日本人が「行つてらっしゃい」と手を振るのは、歴史的な習慣が源となっているのです。

日本人がお辞儀をするようになった起源は？



お辞儀の始まりは、六四五年の大化の改新の頃からだと言われています。それまでの日

本人は、目下から目上に対して「土下座」をしていましたが、中国の立礼を手本にして、お辞儀をするようになりました。しかし、その後もお辞儀の習慣は広まらず、天武天皇が「立礼に統一する」というおふれを出して以降、ようやく一般に定着していったようです。頭を下げる行為は、「攻撃の意思がない」ことを相手にアピールしているのです。

子役は何歳まで子役と呼ぶのか



芸能界では何歳までが子役という規定はありませんが、通常、義務教育終了前の役者を子役と呼んでいます。舞台に関しては、二〇〇五年から「十三歳未満の子供の出演を夜九時までとする」と労働基準法が改正されましたが、夜九時を過ぎる舞台が多いため、年齢より見た目が若い大人の役者が子役を演じることもあります。じつはベテランのおじいちゃん、おばあちゃん役者が「子役」を演じているということも、十分にあり得るのです。

一月の行事予定

- 一月一日（元旦）午前十時～
「正月初顔合わせ」
- 一月九日（日）午後十二時十五分～
「新年会」 勿来ユニット

【一月のお誕生会予定】

- 一月十日（月）
勿来 赤間 千代様 （九二歳）誕生会
- 一月十六日（日）
薄磯 渡邊 茂男様 （八〇歳）誕生会
- 一月十八日（火）
薄磯 星野 葉子様 （八四歳）誕生会
- 一月二十三日（日）
勿来 竹内シゲ子様 （八三歳）誕生会
- 一月二十七日（木）
豊間 小林とみ様 （八六歳）誕生会

編集後記
『望洋 荘』便り

平成二十二年十二月三十一日発行
発行所 いわき市

社会福祉法人 平豊間字合磯三十九番地
りんさく福祉会

介護老人福祉施設 望洋荘

電話 (0246) 55-7373
FAX (0246) 55-7255