

変わらなきゃ…6年め、よりポジティブに!

☆ロールカーテンをつけました(スタッフステーション前)→

6丁目のご婦人、8丁目のご主人…ユニットの垣根を越えて、うおずみ館内の中でも特に陽当たりの良いスタッフステーション(以下SS)前に、集う光景をお見かけすることが増えました。真夏に限らず、陽射しの強い日はとても眩しく紫外線も多いということで、写真右のようなロールカーテンを、2Fと3Fに、新たに設置しました。何の合図も約束もないのに、昼食後など気心の知れた仲間が自然に集まってまどろむ…そんな場面を拝見するのがとても心地良く、和やかな雰囲気させてくれます。3FのSS前から南を望むと、なかなかロマンチックですよ。

Good day sunshine!



☆パワーリハビリのマシンを導入しました(デイサービス)

生涯現役! いつまでも若々しくいたい…そんな皆様のご要望にお応えして、今流行りの「パワーリハビリ」(ウェイトトレーニング)のマシンを、デイサービスに3台導入しました。自立度が高く、お元気な

ええ感じですよ



方が多く通所されるうおずみデイ。早速男性陣に試用していただきました。軽い負荷で数回やってみただけで汗がジト〜。いい運動になります。機器の操作により負荷を大きく変えることのできるマシンだから、若い職員でも十分トレーニング可能。これらのマシンを有効活用して、アクティブな生活をお手伝いしていきますよ。是非ご活用を。



too tough

▲レッグ・エクステンション (大腿四頭筋の強化)



▲ローイング(脊柱起立筋の強化)

▲ヒップ・アブダクション (中臀筋の強化)

母の日に…愛をこめて花束を



母の日に花束などが贈られる、微笑ましい光景が、うおずみには多くみられます。離れて暮らす母親のことを気遣い、じっくり時間をかけて選んだに違いない綺麗な花。それを受け取るうおずみのご入居者の方々には、それぞれ万感の想いがあることでしょう。いくつになっても子は幼い日のまま。花たちを眺める度に、子育て中の事等を思い出してジーンとくるでしょうね。

書道しました

手洗いは大事です

(施設内勉強会)

今更ですが、再確認。

開設6年めのうおずみ。これまで、幸いなことにインフルエンザやノロウイルス、疥癬等の感染症にかかった方はありません。ただ、時々発熱のため体調を崩す方が出ている、感染の予防には細心の注意を払っています。その中で基本でありながらも、重要なのが手洗い。この日は手洗い後の洗い残しをチェックする「ブラックライト」という機器を使って、さらに、大久保病院看護部より感染予防のスペシャリストを招いての勉強会を実施しました。すると、しっかり洗ったはずの手に…!?! 基本を怠らず、今後も清潔な手でケアにあたっていきます。

▼ブラックライトをあてて、洗い残しをチェック



厨房だより パスタにオムライス。5月のうおずみは洋食祭り！

オムライス
(5月21日)

しまじゅー！



春キャベツと
桜エビの
ペペロンチーノ
(5月17日)

今流行りの DHA などを豊富に摂れるよう、青魚などを提供することが多いうおずみの厨房ですが、味が濃いめのもの、揚げ物、そして洋食も数多く提供させていただいております。本邦初の試みとして、表情を変えたオムライスを週 3 度提供するフェアを実施しました。まず 5 月 21 日はノーマルなオムライス。23 日にはお好み焼き風…24 日はデミグラスソース…。中でも 23 日は、かに・いくら丼との選択メニューとさせていただきます。さらに、17 日はパスタ、22 日はカレーライスと、洋食盛りだくさんの 5 月になりました。

こんだて予定

- <どんぶりフェア(6/18・19・21)>
- 6/18 天津飯
- 19 ロコモコ丼
- 21 天丼
- 6/26 旬の食材☆新じゃがを使った献立
- 28 選択メニュー
- 7/7 七夕メニュー

⑥【オムライスフェア】2日め・お好み焼き風オムライス(5/23)



3丁目介護職員

59

濱本元女



<名前の由来> 1 月生まれで男の子と
思い込んでいた父は、元旦の元で「は
じめ君」と決めていたのですが、女の子
だったため、元に女をつけて「もとめ」と
したそうです。
<生年月日> 1964 年 1 月 11 日
<趣味> ひとり旅(4 月は函館に行って
きました)、映画鑑賞、友人とのランチ

スタッフ

散珠つなぎ



<血液型> O型
<マイブーム> 就寝前にホットミルクを
飲むこと
<モットー> 迷ったら即行動
(…プライベートでのことです)
<ひと言> 昨年 8 月にうおずみの一
員になりました。これからも人生の大先
輩である入居者様に敬意を持って接
するように心掛けていきたいです。

お知らせ(巳年、水無月→文月)

先月号小欄でもお知らせしたとおり、各種保険証の更新時期がやって参りました。まずは、6 月末更新分について。
①高齢重度障害者医療費受給者証(該当の方のみ)の更新分が届いたら、こちらへお預け下さい。②介護保険負担
限度額認定証の更新申請書が届いたら、その封書ごとこちらへご持参下さい。
宜しくお願ひ致します。

自熱する玉入れ(デイサービス)



◆ ◆ ◆ これからのうおずみ ◆ ◆ ◆

- 6 月 11・25 日(火) 《 パン販売「なないろ」 》 12 時半前後
- 4(火)・17(月)日 《 音楽療法 》 13:45~(地)
- 19 日(水) 《 日本理美容福祉協会 》 訪問理美容サービス
- 21 日(金) 《 あかねが丘学園(大正琴) 》 13:45~(地)
- 26 日(水) 《 喫茶ひまわり(3F) 》 14:00~(地)
- 24 日(月) 《 うおずみシネマクラブ 》 13:30~15:00(地)
- 7 月 1 日(月) 《 青葉台うたうサークル 》 13:45~(地)
- 27 日(土) 《 第 6 回納涼祭 》 17:00~

編集後記

男女が結びつく過程。はじめはいい所だけを追いかけて
行くけれど、ある時期になると悪い面が目について仕方な
くなり、やがて衝突してばかり。そこで別離となることもあります。嫌いなところや短
所も含めてその人を受けとめることができれば、その後幾度となく衝突してもその
諍いを肥やしにしてどんどん絆は深まるもの。うおずみも 6 年弱の間で、悪い面
についてご指摘を受けたり、スタッフからの不平を聞くことも、それなりにありまし
た。皆同じように向上心と怠惰を持った生身の人間同士。ぶつかり合う主張や熱
意。それらを上手く調和していくことができれば、その縁はきっと結ばれるはず。
だって、ハッピーエンドに向かってほしいという願いは、皆同じなのですから。

楽しい！



▲たこ焼きパーティー(5/27、デイサービス)