

新施設長就任にあたり

本年10月より施設長として入職させていただきました。
 今までは、診療所の医師として老人介護保健施設を利用させていただき立場でお付き合いをしてきました。
 この度、当施設の施設長になるにあたり、最近の老々介護や日中独りになってしまう等の問題で自宅での介護を諦めてしまうご家族が増えている中で、介護される方とする方の双方に寄り添う形で、在宅介護と施設利用を併用することで、介護する方の日常の負担を減らし、介護される方の健康管理向上に努め、可能な限りご希望に沿った形で在宅での介護・看護が続けられるような環境づくりのお手伝いが出来ればと考えております。

今後ともご指導ご鞭撻のほど宜しくお願い申し上げます。

介護老人保健施設いとうの杜 施設長 加藤訓久



秋からもうすぐ冬へと..



11月ともなると、朝晩は寒ささえ感じます。

フロア内では、秋から冬に向かったの装いに変わりつつあります。

開所記念の行事食

医療法人啓仁会 介護老人保健施設いとうの杜 13周年を迎えて

医療法人啓仁会介護老人保健施設いとうの杜は、平成18年11月、伊東市にて地域の高齢者福祉拠点としての第一歩踏み出しました。

此度、創立13周年を迎えることとなり、これもひとえに地域に暮らす皆様を始め、関係機関の皆様のご支援・ご理解のおかげと深く感謝いたしております。

運営開始以降、伊東市の高齢化率は上昇し、現在伊東市の人口の42%に達し、特に後期高齢者とされる75歳以上の人口は、1.6倍にまで急増し高齢者の中の高齢化が進行しました。

平成18年の介護保険制度改定の中で、介護予防制度が導入された年に開設いたしました。当初より施設介護はもとより、在宅介護により視点を向けた介護並びに予防介護への継続的支援を積極的に行うことを使命として、多職種がチームとして各自の知見を基に意見を出し合い、利用者、ご家族様に向き合い、一人ひとりに寄り添った支援を行うことで、利用者自身が「自分らしく」過ごせていることを実感できるよう、「自立」「生きがい」を積極的に支援してまいりました。

心身の機能が低下しても住み慣れた地域社会で生活が送れるよう、職員一同、満足頂ける介護サービスに努めてまいります。

最後になりますが、超高齢社会が進む中、介護保険制度、医療保険制度が年々変わりますが、当施設をご利用される方々の幸せを願い、地域に親しみ、地域に根付き、地域に選ばれる施設を今後も目指してまいります。

介護老人保健施設いとうの杜 事務長 小野泰行



10月、11月に各フロアでは運動会が行われています。

10月は2階・3階・4階です。

今年は雰囲気を感じて頂く為、ガーランド（運動会の旗が繋がったような物）を用意し、あらかじめ飾り付けしておきました。

ラジオ体操後の開会式では、紅白代表の利用者様の選手宣誓です。

「宣誓！我々利用者一同は、スポーツマンシップに則り、清く・正しく・美しく正々堂々

戦う事を誓います」とも素晴らしい宣誓でしたね。

まず始めにチーム対抗でボール送りです。白熱した戦いで盛り上がりました。

そして運動会定番の玉入れです。スタッフも参加して頑張りました。なかにはスタッフに玉をぶつける方もいましたが(笑)。



続いてはパン食い競争です。事前のルールとして、手は使わないとなっていたのですが、ルール無視で我先にと手を伸ばされていました。これもありかな。このパンはおやつとして美味しくいただきました。

最後はスタッフによる出し物です。①尻圧測定！？②顔面ストッキング対決！

①は、風船をおしりで割るというシンプルな競技です。風船の割れる音に驚きながらも皆様の笑顔がよくみられました。

②は、「△林cwVS石△主任」対決。始まると同時に顔につけたストッキングが引っ張られ普段見たことのない顔に…結果はというと、主任の勝利。さすがです。一応女性ですので、個人が特定できないように目は隠しました。

そんなこんなであつという間に運動会は終了しました。皆さんの笑顔やパン食い競争での必死さ、普段はなかなか見ることがないレクリエーションになったのではないのでしょうか。また来年の運動会を楽しみにしてください。今回の様子はフロアに掲示してありますので、ぜひご覧下さい。



2階スタッフ一同

3階



3階の運動会は赤組、白組に分かれて行いました。種目は玉入れ・輪送り競争・パン食い競争です。皆様真剣な表情で取り組まれ、たくさんの笑顔も見られました。

結果 30 対 20 で赤組の優勝！！



また来年も皆様と一緒に運動会で汗を流したいと思いました。

3階 スタッフ



4階の運動会は

- ・玉入れ競争
- ・ボール渡し競争
- ・パン食い競争

4階



スタッフにインタビュー

記者：いかがでしたか？

スタッフ：大変盛り上がり、赤組が勝ちましたが、応援に於いては白組のチームワークが素晴らしかったです。 4階スタッフ

フライベートサークル 「FREELY」



「バドミントンをやろう！！」の一言から始まったこのサークルも3年目を迎えました。市内小中学校の体育館を借り、週一回楽しんでます。

「FREELY」の意味は「自由に楽しむ」。

看護介護科・栄養科・リハ室・事務課・その他部署から参加し、現在登録者15名(幽霊部員含む)、ルールを知らなくてもOK。ラケットでシャトルを打ち、日頃のストレス発散、みんなでワイワイと毎回おなかを抱えて笑っています。

いつからか合言葉「めざせ東京！！」なんて言ってましたが、東京オリンピックは早くも来年開催。誰一人チケットが当たらず……

選手ではなく、観戦……？

楽しい仲間が集まっています。これからも無理なく、怪我なく続けたいと思っています。興味のある方、一度参加してみませんか？

初心者、経験者不問。年齢制限なし。

杉本でした。



伊豆散歩、石廊崎灯台



「灯台記念日」にちなんで、10月27日に伊豆半島の最南端に位置する石廊崎灯台が一般公開されました。

石廊崎灯台について(パンフレットより)

石廊崎は伊豆半島の最南端に位置し、太平洋を相模灘と駿河湾とに二分するように、つきだしている隆起海蝕台地の岬です。ここは昔から波荒い海の難所として知られていました。寛永13年(1636年)に、代官諸星庄兵衛により長津呂湊明堂が建てられ、これが石廊崎灯台の前身となります。石廊崎灯台は、当初八角形木造白塗りで、イギリス人プラントンにより明治4年8月21日に完成されました。日本最初の西洋式木造灯台で、灯火も当時としては珍しい赤色不動光でした。その後、昭和7年11月14日に暴風雨で大破し、昭和8年3月31日に鉄筋コン

クリート造りの灯台として再建されました。これが現在の灯台の原型です。

御存知の方もおられるでしょうが、以前のジャングルパークから新しく生まれ変わったオーシャンパークの駐車場から徒歩5分の所に灯台があります。その先の断崖絶壁に建つ石室(いろう)神社も見どころの一つです。

灯台の中は螺旋階段で登り、写真のように外に出られグルリと一周見る事ができます。年に一度の一般公開の日だったので、案内をしていた海上保安庁の女性職員とイメージキャラクターの「うみまる君」と一緒に記念撮影。灯台から見るリアス式海岸の眺望は絶景でした。伊豆の散歩人



ご面会の皆様へお願い

感染症防止強化期間

11月～4月

本年も、ノロウイルス、インフルエンザ、上気道炎等感染症の多発するシーズンがやって参りました。風邪や胃腸炎の感染症にかかっている方は、施設内での感染を防止するため、面会をご遠慮いただきますよう、お願い致します。

面会が必要な場合は、手指消毒、マスク着用の上、短時間でお願い致します。

感染対策委員会

今月の豆知識

じゃがいもの食中毒を防げ

農林水産省によると、じゃがいもによる食中毒患者数は、過去30年間で700人に上る。2019年7月にも、兵庫県宝塚市の小学校で、校内の畑で収穫したじゃがいもによる原因の腹痛や吐き気によって、13人が病院に搬送された。じゃがいもには、天然毒素のソラニンやチャコニンが含まれる。特に、芽に光が当たって緑色になった皮などに多く含まれ、未熟なじゃがいもは濃度が高いといわれている。これらを多く含むじゃがいもを食べ、毒素を体重1kgあたり1mg摂取すると、吐き気や下痢、嘔吐、腹痛、頭痛、めまいなどの症状が出ることもある。また、これらの毒素を体重1kgあたり3～6mg摂取すると、死亡する可能性があるとされている。

学校や家庭菜園などでじゃがいもを育てる際には、以下の注意が必要である。

- ・じゃがいもが大きく育つよう、肥料を与える。
- ・芽が10cmほどになったら芽かきをし、細い芽を抜き取る。
- ・じゃがいもが陽に当たらないように、土寄せをする。

また、十分に大きくなったじゃがいものみを収穫し、傷付けないように取り扱う。調理するまでは洗わず、保存の際には、暗くて涼しい場所に保管する。早めに食べることも心がける必要がある。

The Nutrition & Diet Newsより

秋のBBQ大会



通所

秋の味覚のさんま、きのこ、焼き芋、焼きナスをはじめ、BBQ定番のお肉、焼き鳥、焼おにぎりを用意し準備していましたが、あいにくの雨模様。今年の杜祭り同様外ではできませんでしたが、スタッフが頑張っで室内で焼き上げました。お味はいかがでしたか？

「どれにしようかな」「全部少しずつ下さいな」

見て、感じて、味わって、
おいしいお昼ごはんを
いただきました。



焼きナス



さんまの塩焼き



焼き芋

次回は春のおいしい味覚をお届け致します。

肉焼き隊

今月の行事

寿司バイキング日程(昼食)

12日(火)2階 13日(水)4階 14日(木)デイ 15日(金)デイ
18日(月)3階 19日(火)6階 20日(水)5階

DVD鑑賞会

10日(日) 13:30～
14:30
(於)1階フロア

デイ お誕生日会 11/5(火) 11/18(月) 11/27(水)
2階 おやつバイキング 11/26(火)
3階 焼き芋を楽しもう！ 11/19(火)
4階 焼き芋を楽しもう！ 11/11(月)
5階 焼き芋を楽しもう！ 11/25(月) 運動会 11/7(木)
6階 運動会 11/19(火)

移動美容室「クランチケア」さんがいつもの杜に来ます。

11月 8日(金)
11月25日(月)

ご希望の方は各フロアスタッフまで！！

いつもの杜新聞では、皆様のご意見や投稿など募集しております。
皆様と一緒に楽しい紙面づくりをしていきたいと思っております。皆様のアイデアお待ちしております！

〒414-0002 伊東市湯川 288番地9
「いつもの杜新聞」編集部 まで

電話 0557-35-4165
FAX 0557-35-4101

