

明るく楽しく温かい「介護の現場」を届ける情報誌

遠足で日々の生活に変化を

「介護老人保健施設まくはりの郷」では、いつも室内で過ごす利用者様と一緒に、外出の機会として遠足へ出かける行事があります。今年の秋の遠足で行った先は、ホテルでの「ランチビュッフェ」。



当日参加する利用者様は遠足へ行く前にキリッとした洋服に着替えます。女性利用者様はいつもより明るい色のお洋服や柄物のお洋服など女性らしく着飾り、男性利用者様はジャケットを羽織るなどちょっとしたおしゃれをしています。着替えながら利用者さんたちは「今から行くところはどんなところなのかしら？」と少しばかり緊張しつつ、楽しみにしている様子でした。

ランチビュッフェはホテルということもあり、静かで落ち着いた雰囲気と天井からさす自然光が気持ちよく、開放的で利用者様も過ごしやすそうでした。メニューも幅広く、炊き込みご飯やお味噌汁、カレーなどの和食からローストビーフ、パスタ、マリネなどの洋食もあり、目で見ても楽しんでもら

えます。利用者様の食べたいものを自分で選んでもらい、職員は希望を聞きながらお皿に盛りつけます。メニューが多いこともあってか、「何を食べようかな？」「これはどんな味がするのかな？」と皆様迷っていました。職員が声掛け誘導したり、大きなお皿におかずをのせて皆で共有したりもしました。

普段の食事はカロリー計算されて、決まったメニューが提供されるためおかわりもできません。しかし、今回はビュッフェなのでカロリーも気にせず、ステーキやフライドポテト、ケーキなど施設ではほとんど出ないようなメニューもおかわり自由で好きなように食べられます。

施設で過ごしている方はなかなか遠くに行ってお飯を食べる機会もありませんし、自分で好きなおかずを選び盛りつけることもありません。だからこそ、「普段と違う場所で自分の嗜好に合ったご飯を食べる」という当たり前のようでそれが難しい施設利用者様にとって遠足はとても意味深いものなのだと感じました。

まくはりの郷では職員が利用者様に楽しんでもらえる企画を考え、計画し、実施して、反省点を次の企画へと生かしています。今回、遠足に参加した利用者様は「ご飯凄く美味しかったよ」「行ってよかった」と感想を話してくれました。私自身、初めての遠足参加ということもあり無事に終えるまでドキドキで事故のないようにと緊張していました。ですが、利用者様の笑顔や感想を聞いて、私も安心とやりがいを感じることができました。

私は介護職員として、少しでも利用者様が日々のメリハリと季節や行事を大切に感じてもらい、利用者自身が楽しめるということを第一に、これからも支援していきたいと思っています。

（まくはりの郷 介護福祉士 山本華）



ボランティアしてみませんか？

まくはりの郷ではデイケア（通所リハビリテーション）や納涼祭などを中心に、高校生や専門学校生、大学生が参加するボランティアの受け入れをおこなっています。デイケアに通う高齢の利用者様と一緒にリハビリ、体操、レクリエーションなどで交流します。みなさんの若いちからで利用者さんの笑顔を引き出してください。利用者様も大歓迎で、学生ボランティアさんが来ると、いつも以上に元気があふれてくるようです。

主に毎週土曜日や祝日の10時～15時におこなっています。お申し込みは千葉民医連看護部サイト「ひまわりボランティア」のお申込みフォームよりお願いします。





日ごろあまり表情の変化のない患者さんの笑顔が見られたり、車椅子から腰を浮かせようとしない方が何とか背伸びをしたり、楽しそうに体を動かしている姿を見ることが出来、介護福祉士として幸せな1日でした。リハビリスタッフや病棟スタッフの多くの協力・保安があり、安全に終了することが出来ました。

その後ある患者様が「本当に楽しかった、またやりたいわね」と声をかけてくれました。この一言が何よりもうれしく、また来年も楽しくできるように頑張ろうと思いました。

(船橋二和病院 介護福祉士 山口治菜)

病院の中でも運動会！？

船橋二和病院回復期病棟では、11月毎年恒例となっている運動会を行いました。デイルームには22名の患者さんが集まりました。開会式の看護師長のあいさつに始まり、競技に入る前のラジオ体操で気分は徐々に盛り上がってきている様子。

競技は①「玉入れ」2組に分かれ3回戦行いましたが、すてきな偶然が…2階とも同点でした！②パン食い競争ならぬ「せんべい食い競争」途中にじゃんけんの関門があり、そこを通過して目当てのせんべいにたどり着いたら口でくわえ取る、みんな必死です。③「関口先生は誰？」不気味な仮面をつけた先生とスタッフ2名が何番目が先生か当てる競技ですが、仮面を外したほうが不気味だったりして、みんな大盛り上がりでした。



介護と一緒に体験してみませんか？

高校生のみなさん、介護のイメージはどんな感じですか？
今の介護「3K」は「感動」・「希望」・「感謝」です！！
ぜひ「介護1日体験」で感じてみてはいかがでしょうか？
内容は・・・

介護の現場で直接体験したり、実際に車椅子へ乗って出かけるなど、楽しい内容が盛りたくさんとなっていますよ♪



開催日：2019年2月12日（火） 9：30～12：30
13日（水） 9：30～12：30
会 場：まくはり生活支援センターからたち（幕張駅12分）

申込みは、専用の用紙またはQRコードから！！

