

月刊「グループホームだより」1月号



発行:2019年12月27日 発行者:ワークホーム高砂 〒676-0081 兵庫県高砂市伊保町中筋1331

TEL:(079)449-0701 FAX:(079)449-4111

URL:<http://workhome-takasago.org/> E-mail:workhome@nifty.com

希望山荘

さをり織り体験

12/7(日)にアスパ高砂店1階で、あかりの家主催のさをり織り体験が催されました。希望山荘の方々もこの体験に参加をし、織り機を動かしました。初めてのことでしたが、混乱をせず落ち着いて取り組んでいました。



避難訓練

12月22日に希望山荘日笠で火災時の避難訓練を実施しました。雨天であったため、室内での講習が主な内容となりました。火災時には最優先で避難を行い、人命を守るよう強調されていました。



階段にライトを設置しました

希望山荘前の階段に、暗くなると自動点灯するライトが設置されました。このライトは太陽光発電であり、電気代が不要です。一方で明るさはかなりのもので、夜でもはっきりと段差が見えるためとても安全になりました。



アクアリウム

希望山荘に設置されている水槽には、プリステラというひときわ活発に動く魚がいます。とても長生きであり現在三年目に突入しました。



オリーブの家

クリスマスの飾り付け

グループホームではクリスマスにツリーを出し、室内も飾り付けてお祝いをしています。今年は新しい飾りとして、小さな金色のツリーも購入しました。これは玄関に飾り付けています。



おやつ作り

オリーブの家では、おやつを手作りする事もあります。この日はリングを賽の目に切り、ゼラチンで固めてゼリーにしました。包丁を使うこともありますが、注意点をしっかりと守り、安全に調理をしています。



地域清掃

12月1日にオリーブの家が所属する地域の清掃活動がありました。当日は公園の清掃であり、落ち葉拾いと草抜きを行いました。寒い中でも集中して取り組みました。



定期的ケア～髭剃り指導編～

ここではグループホームで定期的に行っている健康ケアについてご紹介します。今回は髭剃り指導についてです。男性入居者の方々は毎日シェーバーで髭を剃りますが、鏡で見えないあごの下などを剃り残すことがあります。これについて職員が教えながら剃るなどの指導を行っています。



入居者保健関係

インフルエンザが流行り始める季節になりました。予防のためには外出から帰ってからのうがい手洗いが重要です。それに加えてグループホームでは、ジェルタイプのアルコール消毒薬を導入しており二重に対策をしています。（看護師）

月刊「グループホームだより」2月号

発行:2019年1月31日 発行者:ワークホーム高砂 〒676-0081 兵庫県高砂市伊保町中筋 1331

TEL:(079)449-0701 FAX:(079)449-4111

URL:<http://workhome-takasago.org/> E-mail:workhome@nifty.com

希望山荘

西谷さんのテレビを購入しました！



西谷さんの自室のテレビを購入しました。以前より工賃を貯めて自分専用のテレビを設置することが目標となっており、この度それが叶った形となります。購入に際して一緒に加古川のジョーシンへ買い物に行き、展示されているテレビから自分で選んでいました。大変嬉しそうで、設置中はずっと横に付き眺めていました。

落ち葉掃除

希望山荘日笠では屋外の清掃も利用者自ら行っています。特に希望山荘前には大きな楠の木が生えており、これの落ち葉も掃除しています。手慣れたもので、各自ゴミ袋を持ち、せっせと拾い集めていました。



初詣に行きました

1/1(水)に藤江さんと曾根天満宮に初詣に行きました。年末帰省時で人数が少なかったこともあり、参拝の後はゆっくりと境内を見て回りました。



衛生管理向上



グループホームでは週に一度職員が入居者の爪を切り、伸びすぎないように気を付けています。この爪切りですが、今までは全員同じもの使っていましたが、個人ごとに分けて管理する形に変更しました。衛生面でも気持ちの面でも健やかな形になったと思います。

アクアリウム

希望山荘に設置している水槽ではヤマトヌマエビというエビを入れています。水槽の苔をつまみ口に運ぶ姿はとても可愛らしいです。



オリーブの家

白浜海岸へ行きました

1/12(日)は姫路の白浜海岸へ行きました。とても景色が良く、海からの風が気持ちよかったです。見晴らしの良い高台がありましたのでここで休憩をとり、お茶を飲みながら静かに過ごしました。平日はなかなか遠出をする事が難しいですが、その分休日には色々な場所へ行き、新しい体験が出来るよう取り組んでいきたいと思います。



避難訓練・消火訓練

今年もオリーブの家で避難訓練と消火訓練を実施しました。消防署の方をお願いをして、避難経路の確認や消火器の使い方について、水消火器を使って練習をしました。入居者の方々は混乱することなく、非常に落ち着いて行動をしていました。実際に避難が必要となる事態となった時の備えのためにこれからも続けていく予定です。



生活支援～室内掃除編～

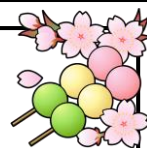
ここではグループホームで定期的に行っている生活支援についてご紹介します。今回は掃除についてです。グループホームでは休みの日を利用して、一緒に自室内の掃除を行っています。掃除機のかけ方を始めとして、窓の拭き掃除や天井の埃掃除なども行い衛生的に過ごせるよう取り組んでいます。



入居者保健関係

年末年始は生活リズムが乱れやすい時期です。健康的な生活を過ごすうえで基本となるのは、決まった時間に眠り決まった時間に起きる良質な睡眠サイクルです。グループホームでは入居者の方々の睡眠の乱れについては、特に気をつけています。(久木原)

月刊「グループホームだより」3月号



発行:2019年2月29日 発行者:ワークホーム高砂 〒676-0081 兵庫県高砂市伊保町中筋 1331

TEL:(079)449-0701 FAX:(079)449-4111

URL:<http://workhome-takasago.org/> E-mail:workhome@nifty.com

希望山荘

大西さんの誕生日パーティー！

2/16(日)は大西さんの45歳の誕生日でした。お祝いとして皆で協力してバナナチョコケーキを作り、大西さんへのプレゼントとしました。また、バースデーソングも皆で歌い手拍子をして盛り上がりました。思い出に残る楽しい時間になったと思います。



コメダ珈琲店

コメダ珈琲店でバレンタイン期間限定のチョコレートアイスが販売されていたので、入居者の方々と一緒に食べに行きました。非常に濃厚で美味しいアイスにとても感動していました。



定期的な散髪

グループホームでは利用者の散髪時期についても記録し、散髪屋、または美容院へ定期的に通うようにしています。髪を伸ばし過ぎたりせずにしっかりと整え、気持ちの面でも衛生面でも健やかに過ごすことが出来るよう取り組んでいます。



アクアリウム



希望山荘に設置している水槽では5種類の魚が混泳しています。一際目立つのはネオンテトラです。水槽内のレイアウトはこの魚を中心として考え、組まれています。

オリーブの家

恵方巻を作りました！

2/3(月)の節分は、恵方巻を自作しました。酢飯の作成から各種具材の調理まで全て入居者自身が行い、とても綺麗な巻き寿司が完成しました。



バレンタインチョコの作成

2月といえばバレンタインデー。これにあやかり入居者の方々とチョコレートラスクを手作りしました。パンのカットをはじめ、チョコの湯煎なども皆さん自身が行い綺麗に完成させることができました。一緒に飲むドリンクも全員で買いに行き、とても楽しいおやつの時間となりました。



生活支援～洗車編～

オリーブの家では、ワークホーム高砂への通勤時に公用車を使っており、休日には入居者の方々と洗車を行っています。この作業を通して、自分達が使うものは自分達で手入れをして綺麗に保つということを少しずつ身に付けてもらえればと思っています。



入居者保健関係

日常生活をする中で、イボやあせもなどの皮膚疾患にかかることがあります。グループホームでは、そういう疾患が見られた際には迅速に通院をし、軟膏等の処方薬の塗布を行っています。皮膚疾患の中には水虫など他者に感染するものもありますので、特に気を付けて対応しています。(看護師)

月刊「グループホームだより」4月号



発行:2020年3月31日 発行者:ワークホーム高砂 〒676-0081 兵庫県高砂市伊保町中筋 1331

TEL:(079)449-0701 FAX:(079)449-4111

URL:<http://workhome-takasago.org/> E-mail:workhome@nifty.com

希望山荘

2人の誕生日会！

3/8(日)に古川さんが 39 歳の誕生日を迎えられました。本人にケーキとジュースを選んでもらい、これを食べながら皆でお祝いをしました。



3/24(火)に小林さんが 39 歳の誕生日を迎えられました。誕生日会ではワッフルとフルーツティーを皆で食べ、お祝いをしました。



たい焼きを買いに行こう！

休日に姫路市別所町にある「やまや本舗」へたい焼きを買いに行きました。ここはとてもおいしいことで有名な所です。店頭には温めなおし方のコツが掲示されているなど本格的で、その味も素晴らしいものでした。



料理の手伝い

グループホームの夕食準備では、利用者の方々に下ごしらえを手伝ってもらうことがあります。玉ねぎやジャガイモの皮むきをお願いすると、剥き残しも無くとても丁寧に仕上げてくれます。



アクアリウム



希望山荘の水槽では、目が明るく光る魚が泳いでいます。アフリカンランプアイという種類で、その特徴からとても人気の高い熱帯魚です。

オリーブの家

玉木さんの誕生日！

3/26(月)は玉木さんの46歳の誕生日でした。この日は皆で「いきなりステーキ花田店」へ行き、ボリュームたっぷりのステーキを食べました。帰りにはケーキを購入し、オリーブの家でパーティーを開きました！



中村さんの体験入居開始

3/7(土)より、ワークホーム高砂の利用者である中村さんが体験入居を開始しました。毎週末の休日をオリーブの家で過ごすという形になります。普段とは異なる余暇時間の過ごし方を通して、本人の自立や人生経験の充実を図ることが出来るよう支援したいと思います。



避難訓練の実施

年に2回、定期的に行っている避難訓練を3/16(月)に実施しました。火災発生時には、迅速な避難を行うことが第一に求められますので、訓練は今後も続けていきます。



食材の買い出しと自立支援

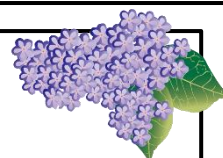
グループホームでは大人数が生活をしているため、食材の買い出しがかなりの量になります。入居者の方々はその荷物運びのお手伝いをしています。このような事を通して、自分の事は自分でしっかりと行うというグループホームの基本理念を少しずつ伝えています。



入居者保健関係

グループホームでは投薬管理を厳密に行っており、錠剤を飲み込むときには口に入れてから嚥下をするまで職員がしっかりと確認をしています。高血圧やてんかん、糖尿病など投薬の忘れは命の危険に直結する可能性があるため、職員一同、最優先事項として意識の統一を行っています。(看護師)

月刊「グループホームだより」6月号



発行: 2019年5月31 発行者: ワークホーム高砂 〒676-0081 兵庫県高砂市伊保町中筋 1331

TEL: (079)449-0701 FAX: (079)449-4111

URL: <http://workhome-takasago.org/> E-mail: workhome@nifty.com

希望山荘

日笠山で花見

4/4(土)に、入居者全員で花見を行いました。日笠山の頂上には花見用の区画があり、希望山荘から歩いて行くことができます。当日は非常に良い天気で絶好のお花見日和でした。来年もまた行きたいと感じました。

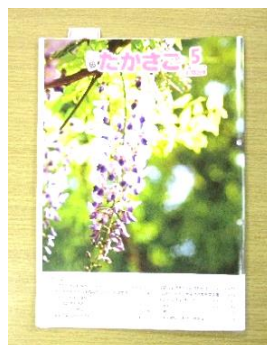


増田さんの誕生日

5/24(日)は増田さんの誕生日でしたので、ケーキとジュースを買ってきてお祝いをしました。会の初めに皆でバースデーソングを歌うと、恥ずかしそうにしながらも喜んでいました。



高砂市広報配布



町内会では高砂市の広報をそれぞれにの家に配布する担当者を月替わりで決めており、4月は希望山荘が担当となりました。入居者の方々と協力して周囲のお宅へ責任を持ち配りました。

アクアリウム



希望山荘に設置している水槽に新しい仲間が増えました。ブラックモーリーという魚で、水槽の苔や藻を食べて綺麗にしてくれる掃除屋の魚です。

オリーフの家

コロナウイルスが全国的に広まり、他者への感染を防ぐためにマスクの着用が推奨されるようになりました。そのため本人用のマスクを用意し、グループホーム内でも着用するよう取り決めています。普段の生活リズムとは異なる物が入ったため、始めは着用に抵抗感があったようですが、絵柄付きの布でマスクを自作したり、屋外用と屋内用のマスクを分けたりなどの工夫により、少しずつ受け入れることが出来たようでした。入居者の方々も高齢になりつつあるので、今後も感染に対しては細心の注意を払っていきます。

マスク着用の徹底



花見に行きました



4/5(日)に入居者の方々と公用車で日笠山公園へ花見に行きました。ここは絶好の花見スポットであり、有名な場所でもあります。今年は見事な満開であり、並木道を歩くだけでも楽しい時間となりました。



高砂市長選挙

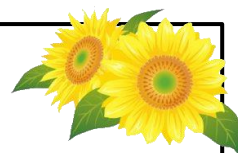
4/5(日)は高砂市長選挙がありました。この日は高砂市に籍を置いている入居者の方を連れて選挙会場である米田西小学校へ行きました。会場では立会人の方が横についてくださり、無事投票を終えることが出来ました。



入居者保健関係

日用品の消毒は健康管理の為には非常に重要です。グループホームでは歯ブラシやコップなどの個人の持ち物を週一回は必ず消毒をし、雑菌が繁殖しないように取り組んでいます。不衛生なまま使用を続けると健康面にも悪影響が出ますし、また臭いも気になってきます。身体、精神ともに健やかに過ごせるようこれからも続けていきます。(看護師)

月刊「グループホームだより」8月号



発行:2020年7月31 発行者:ワークホーム高砂 〒676-0081 兵庫県高砂市伊保町中筋 1331

TEL:(079)449-0701 FAX:(079)449-4111

URL:<http://workhome-takasago.org/> E-mail:workhome@nifty.com

希望山荘

藤江さんの誕生日！

6/1(月)は藤江さんの61歳の誕生日でした。この日はエクレアとジュースを用意して全員でお祝いをしました。来年もまた元気に迎えることが出来るよう、健康に過ごしてほしいです。



梅を採りました

6/13(土)に、入居者の方々と駐車場横に実っている梅を収穫しました。この木は土地を寄付していただく前から埋まっている立派な木であり、去年も収穫が出来ました。毎年の楽しみとなりそうです。



冷やしそうめん

夏になり、冷やしそうめんなどが美味しい時期になりました。希望山荘ではこういった季節ごとの料理も取り入れています。入居者の方々の楽しみのひとつになればと思います。



アクアリウム



水槽に新しい仲間が増えました。サイアミーズ・フライングフォックスという魚で、水槽に生えた苔を食べてくれる掃除屋の魚です。

オリーブの家

福田さんの誕生日



7/25(土)は福田さんの40歳の誕生日でしたので、自家製のケーキを用意しお祝いをしました。みなさん、美味しくいただいております。



誕生日ケーキ作り！！

余暇時間を使って誕生日用の「バナナケーキ」作りを行いました。今回は炊飯器でのケーキ作りに挑戦しました。難しい部分もありましたが、みんなで力を合わせて綺麗に仕上げることができました。



「夏」を満喫中！



気温が本格的に高くなり、夏本番といった雰囲気になってきました。オリーブの家では休日を利用して、様々な形での「夏」を満喫しています。

帰省再開

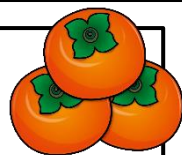
コロナウイルスによる緊急事態宣言の解除が5/21(木)に行われました。これを受けて、拡散防止のために取りやめていた入居者の帰省を再開しました。感染防止対策については今後も行っていく予定です。



入居者保健関係

夏になり熱中症などの危険性が高まる季節になってきました。予防策として重要な事は、身体が脱水状態にならないように日頃から水分補給を心掛ける事です。グループホームでもこれについては特に気を遣っており、個別に水筒を手渡し水分補給が出来るようにするなどの取り組みを行っています。(看護師)

月刊「グループホームだより」10月号



発行: 2020年9月30日 発行者: ワークホーム高砂 〒676-0081 兵庫県高砂市伊保町中筋 1331

TEL: (079)449-0701 FAX: (079)449-4111

URL: <http://workhome-takasago.org/> E-mail: workhome@nifty.com

希望山荘

岸本さんの誕生日！

9/15(火)は岸本さんの37歳の誕生日でした。お祝いとして本人にケーキとドリンクを選んでもらい、皆で食べました。楽しい会となり、全員に笑顔が溢れていました。



焼き芋パーティー

秋の味覚として焼き芋を作りました。一人につき丸ター本というサイズでインパクトもあり、視覚面でも楽しむことが出来ました。



梅シロップ完成

6月に採取した梅を砂糖に漬け、シロップを作りました。これを炭酸水で割り、梅ジュースにして楽しみました。



アクアリウム

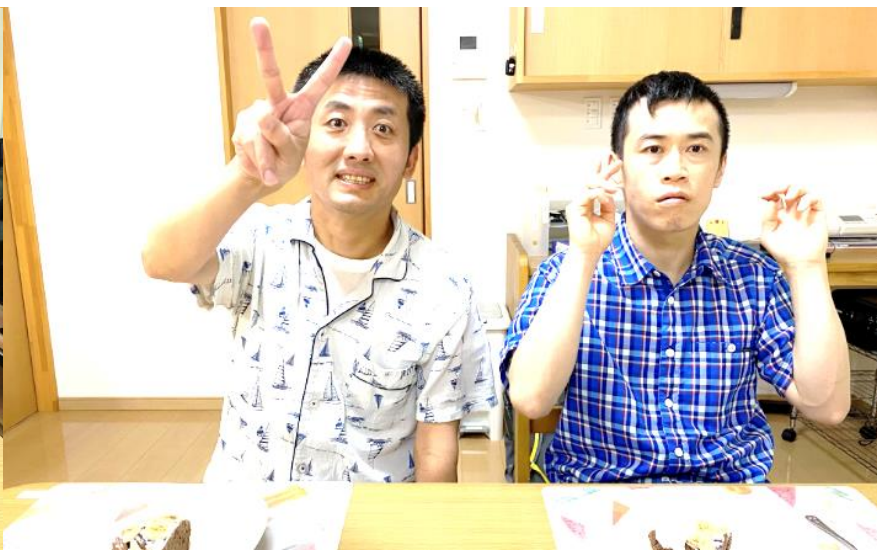


希望山荘の水槽では、現在6種類の魚が混泳しています。目にも鮮やかで、見ていて癒されます。

オリーブの家

池上さんの誕生日

9/17(木)は池上さんの36歳の誕生日でしたので、自家製のケーキを用意しお祝いをしました。とても美味しくできました。



レゴブロック

オリーブの家での余暇時間の一環として、福田さんからお借りしているレゴブロックでの工作を始めました。皆さん興味津々といった様子で、自分なりに組み合わせて楽しんでいました。



暑さも和らぎ...

8月初めから続いた猛暑も9月末には和らぎ、過ごしやすい気温へと移り変わりました。日差しも心地よいものとなり、外へ散歩に出かけると気分もすっきりとします。猛暑の時には難しかったことも積極的に行っていきます。



明石の石ヶ谷公園にて

災害時避難マニュアル更新

グループホーム内で災害に遭った際の避難指示マニュアルを更新しました。新しいマニュアルでは、身体的な衰えが見られる方や、耳が遠い方に対しての留意点を記載しています。避難をスムーズに行うことは命を守る上で非常に重要であり、今後も更新を続けていきます。



ウイルス対策の強化

グループホームでは、ウイルス対策のため館内でのマスクの着用、玄関への消毒用アルコール設置などの対策を強化しています。少し感染拡大がおさまりつつありますが、油断せず今後も対策の徹底を続けていきたいと思っています。(看護師)

月刊「グループホームだより」12月号



発行:2020年11月30日 発行者:ワークホーム高砂 〒676-0081 兵庫県高砂市伊保町中筋1331

TEL:(079)449-0701 FAX:(079)449-4111

URL:<http://workhome-takasago.org/> E-mail:workhome@nifty.com

希望山荘

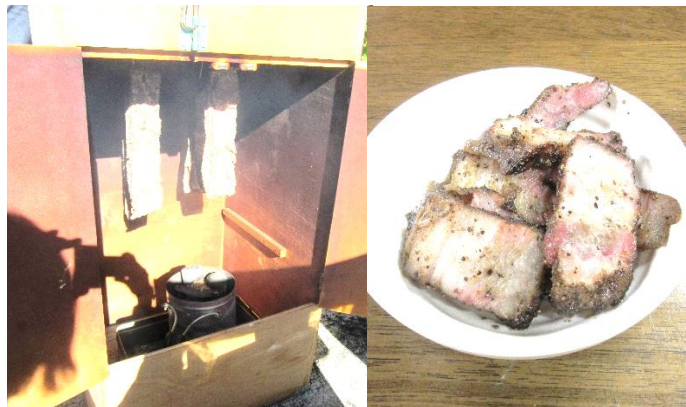
今津香苗さんの誕生日！

10/14(水)は今津香苗さんの51歳の誕生日でした。お祝いのため皆で無糖のコーヒーゼリーを作りプレゼントにしました。来年も元気に過ごしてほしいです。



ベーコンパーティーの実施

11/29(日)に希望山荘の恒例行事である自家製ベーコンの製作を行いました。全員でお肉に胡椒を塗り、熟成後に薫製機でいぶして作ります。市販のものよりも肉汁がふんだんに含まれ、噛むと旨味が口中に広がる素晴らしい出来栄となりました。



アクアリウム



年末も近づいてきたので水槽の手動掃除を行いました。普段から貝や魚が苔を食べてくれているので、短時間で終わることができました。

オリーフの家

竹林さん、今津勇三さんの誕生日

10/6(火)は竹林さんの 50 歳の誕生日、11/19(木)は今津勇三さんの 54 歳の誕生日でした。本人達の希望もあり、お祝いとして自家製のケーキを皆で作ることになりました。丁寧に調理をした甲斐もあり、とても美味しくできました。



紅葉狩り

11/23(月)に鹿島神社へ紅葉狩りに行きました。今年は気温の関係で長期間紅葉が楽しめるという事でした。とても鮮やかな色彩で心が癒されました。

年末年始帰省時のお願い

全国で感染者数が再び増加しつつある中で、今年は“いつもと違うお正月”を過ごす事となります。買い物や初詣など、外出の機会には3密が予想されますので、日程をずらす等の対策を是非して頂くようお願いいたします。それに加えて毎日の検温や手洗い、マスクの着用も引き続き対策を、お願いいたします。利用者さんやご家族の大切な生命・健康を守るため、一人一人が「うつらない・うつさない」との強い思いで取り組むことが大切です。一層のご理解とご協力をお願いいたします。(看護師)