



みどりの風

No.89 令和5年10月1日発行

発行 医療法人社団康久会 介護老人保健施設グリーンワフ東戸塚 広報委員会
〒244-0805 横浜市戸塚区川上町151番地 TEL 045(827)1141 FAX 045(827)1294
<http://www.greenwharf.com/>



納涼祭



4年ぶりの納涼祭

8月26日にデイケア棟で納涼祭を開催しました。最後の納涼祭は令和元年。4年ぶり、22回目の納涼祭を無事終えることが出来ました。コロナの影響で施設全体としての行事がなかなか出来ずでしたが、今年はやっと3フロア合同で行うことができました。来年こそはご家族様にも参加していただける納涼祭が開催できるよう準備していきたいと思います。



グリーンワーフの夏

職員総出で開催した納涼祭。その日一日は、ご利用者も職員もお祭り気分ワクワク過ごしました。

2F 斎藤

司会

小 諸 澤



お祭り装飾の前で記念撮影

フロアに飾られた夏祭りを盛り上げる装飾の前で記念写真を撮りました。装飾作りにも協力していただきました。



縁日
輪投げ、魚釣りゲームでアイスの味が決まります。好きな味に狙いを定めて！

屋台のお祭りメニュー

ソースの香りがフロアに満ちて食欲UP！焼きそば、たこ焼きなどの定番をご用意しました。デザートは特製アイスクリーム。



釜野太鼓連のお囃子

双子の職員 小林姉妹のお父様が率いる釜野太鼓連の方々がお囃子を披露してくださいました。懐かしいお囃子の太鼓の音に、ご利用者様の笑顔や涙がこぼれていました。小林姉妹は小さいころから太鼓を叩いていたそうです！



大抽選会

運と運がつながく大抽選会ドキドキしながら当たりの行方を見守りました。



職員みんなでY・M・C・A!

納涼祭の締めくくりは職員によるダンス！キレのある施設長のダンスをお手本に、ご利用者の皆様と一緒に踊りました。

納涼祭の様子は
こちらから。
是非ご覧ください！





1日まるっと夏祭り！



今年もデイケアに熱い1週間がやってきましたっ！

8/21～8/25を『納涼週間』として夏の最後を締めくくりました。



8月に入ったら毎日
少しずつ祭りの準備！



おはようございますっ！
お出迎えは法被姿の職員



コインおとし



縁日



お食事



宝さがし



お風呂へのスロープにも吊飾り
お祭り気分を盛り上げます



リハ職員もお祭仕様のユニホーム



新連載

コラム Que Sera, Sera ケセラセラ



施設長の堀内です

広報委員長よりコラムに投稿するよう命じられ、新
参者としてここは従うしかないため、つたない文章で
すがご容赦いただきたく存じます。

巷間では新型コロナウイルスの流行がおさまらない状
況の中、しっかり感染対策をしながら、なるべく面会
やレクリエーション活動が継続できるように取り組ん
でいるところです。ここでは、明るい前向きなお話を
提供したいと思います。

最近の脳科学研究の進展により、運動が再評価され
てきております。運動することで、認知機能の向上が

得られること、また精神面へ好影響が得られることが証明
されました。このような知見は、私たちリハビリ施設とい
たしましては、とすると漫然とした定型のリハビリの提
供となってしまう現状を見透かされた上で、創意工夫する
ように突き付けられているように感じられます。生活の中
に、より運動する習慣を取り入れられるように、リハビリ
スタッフや介護スタッフと一緒に考えていきたいと存じま
す。引き続き、ご利用者さまには穏やかな生活の提供を、
ご利用者さま・ご家族さまが希望される生活へのお手伝い
をしてまいります。今後ご理解、ご支援のほど宜しくお
願いいたします。



季節の変わり目に

グリーンワフファッションチェック

グリーンワフでは毎日、起床後に寝衣から洋服へ、夕飯後には洋服から寝衣に着替えることを大切にしています。グリーンワフで過ごすための最適な服装はどのようなものか、ご利用者様にご協力いただき、服装のチェックポイントを解説します。衣替えの際、参考にしていただけると幸いです。



上着やベストで調節を

グリーンワフでは、一年を通して冷暖房にて室温調節をしております。しかし、「寒い」「暑い」は個人差が出てしまい、体調不良につながります。カーディガンやベストは、簡単に体温調節ができるためおすすめです。

ボタン、マジックテープの良い点・悪い点

指先の細かい動きが難しいご利用者様にとって、ボタンを留める動作が困難な場合があります。そのため、ボタン部分がマジックテープで止められる衣類は簡単に着ることが出来ます。しかし動くと外れやすいことや、着用回数によっては劣化が見られるため、こまめな衣類のチェックは欠かせません。



首元はゆったりがオススメです

首元(襟元)が見えない服、詰まっている服は着にくいことが多いです。食事の飲み込み機能確認の為に首元(襟元)はゆったりしたものがおすすめです。



丈は"長すぎず短すぎず"

丈が短すぎる物は、車椅子に座ると膝までめくり上がってしまいます。脛や膝が出ている状態になってしまうと、冬場は特に冷え血行が悪くなります。また、打撲や傷などを予防するためにもできるだけ肌が露出しない丈のものをお願いします。

《足元の冷え予防に膝掛けなどのご用意もお願いします。》



足元が冷えやすいです※



裾が絞られていると調整しやすいです



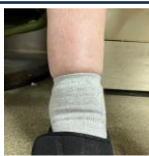
ボタンやファスナーよりゴムのものが良い

ボタン、チャックやフックなどは、ご自身ですることが難しく、ズボンの上げ下げに介助が必要な場合があります。ウエストのゴムも、緩すぎる物は控えて下さい。立ち上がった際やリハビリ時にズボンが落ちてきてしまう事があります。ベルトに関してはご自身での扱いが難しい場合があります。一人でトイレに行けるようになるための第一歩として、上げ下げしやすい下衣のご準備をお願いいたします。

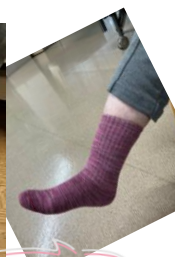


靴下を選ぶチェックポイント

- ・靴下はゴムがきつすぎず、伸縮性のあるものがおすすめです。
- ・きつい靴下は、脱ぎ履きが難しく、血行不良の原因にもなります。
- ・靴下の長さは、くるぶしより少し上がおすすです。
- ・5本指の靴下はとても履きににくいです。
- ・靴下の厚さは生地が薄いものが良いです。



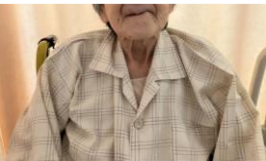
足に跡が残っています



Good



・パジャマは、伸縮性があり少しゆったりしてるものがお一人でも着やすく、介助もしやすいです。



・身体に麻痺がある方、拘縮がある方は、ボタンのパジャマよりマジックテープの方が楽に着ることができます。



サイズ

「少し大きいかな?」と思うぐらいがちょうど良いです。サイズによっては、血管が圧迫され血行が悪くなり浮腫みにつながります。また、着脱の際に思いもよらない傷や怪我ができてしまうこともあります。

素材

高齢になると体温調節能力が低下しやすくなります。通気性や保湿性を考えつつも、シワの出来やすさや、洗濯の適正などによって選び方は様々です。通気性や吸湿性に優れている物が多く、着心地が抜群な天然素材をお勧めします。※毛(ウール)は洗濯できないのでご注意ください!