

# 地域紹介

今回は、平成伊丹八景の一つ、「伊丹緑道」をご紹介します。

場所は、JR宝塚線・阪急伊丹線

の「伊丹駅」から十分ほど歩いた所にあります。猪名野神社から、伊丹

段丘に沿って約一・二キロメートル続き、国道一七

号線を超えて緑ヶ丘公園へと繋がっています。散歩

道は、さっきまで



樹高十三・五メートルの巨木「ムクロジ」は市の指定文化財に指定されています。

街の中にいたことが信じられないくらい眩しい緑が広がっています。

また、素戔嗚

(すさのお)神を祭神とする「猪名野神社」の境内に

は、酒造蔵・商人の寄進した九十七

基の石灯籠が並び、

# 編集後記

れする時期です。

気温が下がり空

気が乾燥すると体

調を崩しやすくな

ります。どうか、

みなさまも体調を

崩されぬよう、十

分に睡眠と栄養を

取ってご自愛くだ

さい。(三栖)



秋も一段と深まり、落ち葉が風に舞う季節となりました。みなさま、いかがお過ごしでしょうか。

十一月七日は

「立冬」です。

「立」には新しい

季節になるとい

意味があり、朝晩

の気温が低くなり

冬の気配が見え隠

もも

ち

どり

百

智

鳥

第七十二号

中山ちどり  
広報委員会  
平成二十九年  
十一月五日  
発行

# いじめっかっし

中山ちどり看護課長

原 美加子

朝夕の冷え込みが一層厳しくなっています。みなさまお風邪など召されてはいませんか。

私は、中山ちどり診療所看護課長の原と申します。日頃は診療所の運営にご協力いただき、ありがとうございます。診療所ではご入居者やご家族、そして地域のみなさまに少しでも安心をお届けできるよう毎日看護師が奮闘しています。

これから寒くなるとともに、インフルエンザ、感染性胃腸炎などの感染症に罹患する方も増えてきます。施設全体で気持ちをさらに引き締めて、感染防止に取り組みでまいります。

感染症以外にもご入居者のみなさまにお

きましては、日々の体調の変化などにより苦痛や不安を感じている方、また、そんな自分の思いを言葉にすることができない方も大勢おられます。ご家族のみなさまにおかれましては、案じておられるお気持ちには深くお察しいたします。私自身も中山ちどりに勤務することで、毎日のように命の尊さを学ばせていただいています。

心配なこと、ご質問などがありましたら、どうぞ遠慮なく診療所にお越しください。スタッフ全員「大切な命、大切な家族のこ」とは決して悔いの残らないようにしていただきたい」と願っております。これからご希望やご意見を伺いながら、安心・信頼できる医療と看護の提供に努めてまいります。

寒さに向かう季節、お体に気をつけてお過ごしください。今後ともどうぞよろしく  
お願い申し上げます。



# オルゴール



## 豆知識

オルゴールには癒しの効果があります。みなさまも、オルゴールの音色で心が和んだりゆったりとくつろいだ気分を感じられたことがあるのではないのでしょうか？

オルゴールの音色は、交感神経と副交感神経に働きかけ、自律神経を整えることで心身の不調を癒す効果があることが分かっています。

私たちの耳では捉えることの出来ない超低周波や超高周波の音が含まれており、この聴こえない音の響きが直接脳幹を刺激して、私たちが芯から癒してくれます。

病気の改善や予防を期待する『オルゴール療法』や『オルゴールセラピー』などの健康法もあるほど、予防療法のひとつとして期待されているそうです。不安を抱えていたり心が疲れている時にオルゴールを聴いたり、なかなか眠れない時にはオルゴールを枕の横に置いて聴くことで、癒し効果がアップするそうです。

みなさまも、是非オルゴールの癒し効果を体感してみてください。(藤江)

(『スピリチュアリズム スピリチュアルライフを楽しもう』インターネットより)

# なぞなぞ

- Q1、洋服についている花って何？
- Q2、すぐに使えなくなってしまう調味料は何？
- Q3、『あたたかい狸』は、何色でしょう？
- Q4、転んでばかりいる虫は何？
- Q5、買い物かごの中に入っている食べ物は何でしょう？

前月号の答え

- 一問目 剣道
- 二問目 トランプ
- 三問目 学校が休みの日
- 四問目 濁点や句読点
- 五問目 回送電車

## ノーリフトセンター

みなさん、こんにちは。  
機能訓練指導員の塩野と申します。中山ちどりに来て早二年を迎えようとしています。初めは新しい職場ということもあり、自分の仕事や役割に悩んだ事もありました。今はとてもやりがいを持って楽しく働いています。

『ノーリフトニング』とはオーストラリア発祥の新しいケアの形で、介護を受ける方々は勿論の事、介護する側の負担も軽くするケアです。

この『ノーリフトニング』の考えの基、今回中山ちどりに、「移動式リフト」の導入を行いました。私自身も学びながら、ユニットスタッフに「リフト」の使い方や介助方法を伝えています。



(塩野)

中山ちどりに『ノーリフトニング』を浸透させていくことが今の私の目標です。

これからユニットのみなさんと足並みを揃えて自分の役割に精一杯誇りを持って頑張っていきます。

## 子育て支援センター

育児休業から復帰して育児や仕事に奮闘している、訪問介護の田中真琴さんにインタビューを行いました。

Q1、育児休業後、仕事に復帰してみても、今は段々と落ち着いてきて、毎日家族の笑顔と

ご利用者の元気な姿に元気をいただいています」

Q2、仕事復帰した時、不安はありませんでしたか。

「二度目の育児休業でしたが、不安はありませんでした。でも周りのスタッフやご利用者が温かく迎えて下さったおかげで不安もすぐになくなりました」

Q3、これからの抱負をおしえてください。

「子どもを保育



園に預けるようになります。仕事の中でもご家族の目線に立って考える事が出来るようになってきたと思います。これからご利用者やご家族、周りのスタッフに信頼される介護士になりたいと思っています。今後ともよろしくお願い致します」(安井)

# 思い出記事

私は、二十九歳の頃、新婚旅行で長崎の雲仙を訪れました。

雲仙地獄という温泉保養地では、至る所から高温の温泉と噴気が激しく噴出していたことを覚えています。

硫黄の臭いが漂う中、湯煙がもうもうと立ち上る景色を妻と眺めたこと、温泉卵を二人で食べたこと、歩き疲れた体を温泉で癒したことは、目を閉じると今でも鮮明に思い出します。



芦原ユニット

H様

## サザンクオリティさんインタビュー

今回は、障害者の生活支援等の事業を行っている宝塚さざんか福祉会による、お菓子の出張販売「サザンクオリティ」さんにインタビューを行いました。

Q一、おすすめの商品、人気商品は何ですか？

「おすすめの商品はバターを使用したフルーツケーキです。また新商品で珈琲ケーキがあります。このケーキには甘納豆を使用しているのが特徴です。人気商品はシューッテンです」

Q二、ケーキ販売での嬉しかったことや良かったことは？

「リピーターが出来たことです。買っていた方から『あんだとこのクッキーは美味いわ』という、言葉もいただけました。また売り手の利用者が、しっかりと声が出るようになったことも良かったです」

Q三、今後の目標を教えてください。

「支援者は前に出ず、販売員が声を出して、たくさんの方と触れ合っていてほしいです」

(山下 竜)



## 委員会・クラブ報告

### 感染症及び食中毒対策委員会

感染症及び食中毒対策委員会では、九月二十一日に入職三年目までのスタッフを対象とした内部研修を実施しました。

嘔吐等の症状に対する対応方法の説明や穴埋めテストを実施し、嘔吐物処理の方法、正しい手洗いの仕方について参加したスタッフにも実践してもらいました。嘔吐物処理や手洗いを実際に行うことでスタッフのスキルアップに繋がったと思います。来年度以降も継続して実施していきます。

十一月から感染症流行時期に差し掛かります。外出先での手指消毒やマスクの着用、帰宅後の手洗い、うがい等、蔓延防止のご協力を今年度も賜りますが、何卒ご理解の程よろしくお願い致します。

(種谷)

### ちどりミント

ちどりミントでは、九月に抜き打ちで各ユニットの洗面台のチェックを行いました。ご入居者の衛生的な環境を保つ為に口腔用品が清潔に保たれているか、洗面台周りは整頓されているかなどの確認を行いました。この抜き打ちチェックで出た様々な課題は、今後、ちどりミント委員とユニットスタッフが協力して解決していきます。

また、ちどりミント新聞も定期的に発行しています。各ユニットの掲示板やエレベーター内などに掲示していますので、少し足を止めて見ていただければと思います。(石塚)

### ちどりメロディ

カラオケクラブ『ちどりメロディ』はケアハウスの方を対象に、毎月第四土曜日の十五時から十六時まで開催しています。

季節の歌を歌ったり、ご入居者の若かりし頃の歌やスタッフが最近流行りの曲を歌ったりと、毎回、みなさまとても盛り上がっています。

歌を歌うのが好きな方だけでなく、歌を聞くのが好きな方やカラオケの場や雰囲気が好きの方もたくさんのご入居者が参加されています。ご興味のある方は、是非一度ご参加ください。(石塚)

特養  
雲仙・鶴島  
ユニット

十月十八日

(水)にご家族  
によるウクレレ  
のコンサートが  
行われました。



今回は四人の演奏者の方が来てくださいました。ウクレレ独特の心地よい音色で、『上をむいて歩こう』や『りんごの歌』、季節にちなんだ『紅葉』など色々な曲を演奏してくださいました。

みなさま、「やっぱり生演奏はいいですね」「きれいな曲やったね」と、笑顔で話されていました。

(前本)



# ♪ユニット便り♪

特養  
箱根・熱海  
ユニット

十月十八日

(水)に、フルー  
ツポンチ作りを  
行いました。  
新鮮な果物や生



クリームなどを用意して、ご入居者にトッピングを楽しんでいただきました。

みなさま、カップの中に美味しそうな絵を描きながら、「美味しそうにできたわ」「この果物を使おうかしら」と笑顔で話され、ご入居者同士での会話も弾んでいました。(高永)



十月十七日(火)に、喫

茶蔵人へ出掛けました。

店内は、コーヒーの芳ばしい香りが広がっており、「喫茶店なんて久しぶりやね」「コーヒーのいい匂いね」とご入居者同士で話も弾んでいました。

みなさま、生クリームたっぷりのロールケーキや新鮮な果物が乗ったフルーツケーキなどを召し上がりながら、「このケーキ美味しいわ」「また、連れて来てね」ととても喜ばれて

いました。

(三栖)



ケアハウス  
有馬・城崎  
ユニット

小規模  
多機能  
ホーム

(六反田)



みせておりました。接戦の末、今年は小規模多機能ホームの勝利で幕を閉じました。みなさま、「ありがとう、楽しかった」「来年は絶対に勝つぞ」と、運動

会が終わっても笑顔で話されていました。

十月四日(水)にサポートハウスと合同で運動会を行いました。今年で四年目となる合同運動会は、選手宣誓に始まり、玉入れや応援合戦など練習の成果をいかに発揮され、熱い戦いが繰り広げられていました。ピンポン玉リレーではご利用者のみなさまも、笑顔いっぱい、盛り上がりを見せ

