

# なごみ

平成二十八年八月 題字 周防 和衛

## 第九回納涼祭を終えて

平成二八年八月七日(日)第九回宝塚ちどりの納涼祭を開催しました。

当日は晴天の中、ご利用者、ご家族、ボランティアの方々、そして地域住民の方々、職員を合わせて総勢約三百名を超える方々にご参加頂きました。本当に多くの方々のご協力いただき、感謝申し上げます。

さて、ここで納涼祭について振り返ってみます。まずは催しについてです。今年は宝塚ちどりの「デイサービスセンター」でボランティアとして活躍頂いている『ボラボラの会』様による、手打ちうどんの実演でオープニングを飾っていただきました。昨年に続き、百人分のうどんを手打ちし、こねる、踏む、伸ばす、切る、ゆでる、と全工程を目の前で鑑賞できました。もちろん味も絶品で中

は四杯も五杯も食べるリピーターも現れるほどおいしく、完売となりました。

次には後の記事でも紹介する職員による女装コンテンストを開催しました。十名の女性?により、美しさを競いました。

祭り本編の第二部では、女性と男性職員が協力し、出し物をしました。地域の子ども達に職員一人ひとりの頑張りを見てもらえる機会となり、子ども達の「がんばれー」の応援はお祭りの中でも一層盛り上がりました。

そして納涼祭といえは盆踊り。今年も福井・亀井自治会婦人部の方々と、御所の前自治会婦人部の方々による踊りにより、よりお祭りらしい



ものとなりました。今年こそは皆様の輪の中で一緒に踊れるようにと、スタッフがそれぞれ練習会場にお邪魔し、踊りを教えて

いただきました。熱心なご指導のおかげで当日には私たち職員も大分踊れるようになり、今年のやぐらを囲む盆踊りの輪は、これまでで一番大きなものとなりました。

その他、店舗として宝塚ちどりのお庭を整備して下さっているボランティア『メリーポピンズの会』様による苗の販売もして頂き、非常に好評でした。ここでは紹介できませんが、多くのボランティアの方々にご協力を頂きました。改めて感謝申し上げます。

納涼祭は多くの方々に参加、そして取り組む、宝塚ちどりの中でも筆頭イベントといえます。お祭りを通



して関わった皆さまが笑顔になれる機会になればと思っております。また来年のお祭りが待ち遠しい、皆がそう思えるような納涼祭を今後も行えるようにしていきたいです。本当に多大なご協力ありがとうございました。(文責 笹尾・杉本・市枝)

### ■女装コンテスト

冒頭記事でも触れましたが、納涼祭の第一部で宝塚ちどり第二回女装コンテストを開催いたしました。各ユニット、部署から選りすぐりの十名が参加し、美しさと笑いを競い合い会場はある種、特殊な空気に包まれました。その中で一番輝いており優勝されました、二代目チャンピオン大場瑞輝CWにインタビューを行いました。

(記) 最初参加が決まった時どうでしたか？

(大) びっくりしました。今まで女装をした事がなかったのです。

(記) 実際女装してみてどうでしたか？

か？

(大) 自分ではよくわからなかったですが、周りから「綺麗！」「本当に女の子みたい」と言われ、恥ずかしいけど少し嬉しい気がしましたね。

(記) トップバッターでの登場でしたが？

(大) はい。緊張しました。

(記) 会場から「可愛い！」と声援があがっていましたね。

(大) そうですね。まさか自分にこんな声援が起きるとは思ってもいなかったので。

(記) 優勝してどうでしたか？

(大) まさか優勝できるとは思っていませんでしたので正直びっくり



(BEFORE)

(AFTER)

R)

りしています。

(記) 来年もし女装大会があったら出場しますか？

(大) また考えておきます(笑)

### ◇八月号限定企画

#### ★管理栄養士より夏を乗り切るワンポイントアドバイス★

まだまだ暑さが続いています。皆様夏バテされていますか。夏バテの原因は、冷たいものの食べ過ぎや水分の過剰摂取、冷房による体の冷え、寝苦しさによる睡眠不足など様々です。夏バテした体には栄養・睡眠・運動が必要ですが、その中でもビタミンB群やクエン酸は炭水化物をエネルギーに変えるためには欠かせない栄養素です。ビタミンB群が豊富な食べ物としては豚肉や大豆、レバー



やニラなどがあり、クエン酸は梅干やレモン、酢などに含まれています。これらを使った、豚の生姜焼きやレバニラ、レモンのちみつ漬けや、酢の物などを食卓に取り入れてみてはいかがでしょう。夏のはちみつ漬けや、酢の物などを食卓に取り入れてみてはいかがでしょう。夏のはちみつ漬けや、酢の物などを食卓に取り入れてみてはいかがでしょう。

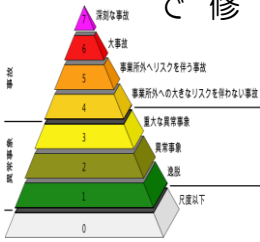


（浦）  
 月にかけて出てくることもあるそうです。しっかりと栄養を摂って、元気に残暑を乗り切りたいものですね。

### ■委員会報告

#### ◇事故防止委員会

先月、事故防止研修を二回開催いたしました。その成果があったのか、研修に参加した職員が作成した事故報告書は、内容が分かりやすくなっており、改善策においても具体的な取り組みが記載されるようになりました。研修に参加した職員だけでなくすべての職員が同じように、わか



りやすい事故報告書を作成できるようにしていくことが今後の課題です。まず、事故防止委員会が来月より月に一回、全部署へ足を運び、報告書の質の向上がなされているのか、また、部署内で周知が出来ているのかを評価させて頂きます。

事前に報告書を委員会メンバーが確認し、職員に対し書き方の指導や改善策を実践できているか、改善策を継続し事故原因となった部分は改善されているのか、などを中心にチェックしていきたいと思えます。良い取り組みがあれば施設全体で共有し、今後もご利用者の安全について考えていきたいと思えます。（大亀）

#### ◇研修委員会

今月は、研修委員長として研修に對する「こだわり」について少しお話しさせて頂きたいと思えます。研修委員長に着任して早四カ月が経過しました。新人研修を含めると毎月のように研修が開催されています。介護未経験の職員からベテラン職員

まで研修対象は幅広く、研修内容も様々です。冒頭でも触れました私の研修に對する「こだわり」は、「興味を持ち自主的に学んで頂けるよう工夫する」といった点にあります。言うは易しですが、実際に研修を行う中で日々難しさに直面しています。

現在、研修委員会では研修を実施するまでに研修計画書を作成し、それを用いてプレゼンテーションし、委員内で研修内容の精査を行っていただきます。まだまだ研修準備段階の精度を上げる必要があります、研修委員自身の知識や技術の向上が不可欠と考えます。自己研鑽に励み、委員長として自身の「こだわり」を実現できる様に努力致します。（池下）

#### ◇給食委員会

七月は一年に一度の七夕を彩るイベント食。メニューは、いなり寿司・七夕そうめん・ナスの生姜醤油和え・スイカと盛りだくさん



でした。七夕そうめんは、天の川の様な素敵な盛り付けで、ご利用者からは「わあ綺麗」と言葉が漏れ、笑顔いっぱいのお食事になりました。

九月には思い出メニューを企画しています。思い出メニューとは、食事を通して懐かしい雰囲気味わって頂きたいとの思いから、ご利用者の思い出に残っているメニューに、エピソードも添えて提供する企画です。第一弾は、桜・雲雀ユニットのご利用者の思い出メニュー「親子丼」です。エピソードは当日にご紹介させていただきます。(永山)

### ◆感染症対策委員会

七月の感染症委員会では、口腔ケアスポンジを使用した口腔ケアの方法について、図解にて十個の手順をポスターに記載し、各ユニットに配布致しました。

また、実際に委員会メンバーが各ユニットを周って、口腔ケアスポンジが正しく清潔に管理できているかどうかラウンドを行いました。管理方法に

### 7月・実践！口腔ケア



健康な人でも口の中には500種類以上の細菌がすんでいると言われています。  
⇒その中の中には、食中毒の原因菌になる黄色ブドウ球菌も！

歯垢(プラーク)は、さまざまな細菌が密着してスクラムを結んでできています。歯垢が増えれば黄色ブドウ球菌もさらに増加して、食中毒が起こりやすくなる可能性もあるのです。

そこで！！歯垢を防止するために毎日歯から口腔ケアを実践しましょう！！

＜スポンジブラシを使用した口腔ケアの方法＞

マウスケア 口腔ケアスポンジ



①上の歯の内側を、左側から右側から順番に磨く。②下の歯の内側を、左側から右側から順番に磨く。③舌の裏側を、舌根から舌尖まで順番に磨く。



④上の歯の外側を、左側から右側から順番に磨く。⑤下の歯の外側を、左側から右側から順番に磨く。⑥舌の裏側を、舌根から舌尖まで順番に磨く。

※スポンジブラシの磨き状態について、各ユニットを回って確認させて頂きます。7/13(水)16:15～ ご協力の程宜しくお願い致します。

平成28年度・7月 感染症発生委員会

ついては、①口腔ケアスポンジが洗面台に無造作に置かれていないか②コップに入った状態でスポンジの部分が上を向いているか③口腔ケアスポンジを一回／一日交換しているかの三点をチェック項目とし、6ユニットのラウンドを行いました。各ユニット共、しっかりと管理出来ました。今後とも口腔ケアスポンジは、最低一日一回交換し、口腔内がひどい汚れの時は、適宜交換し、ご利用者の口腔内の清潔維持に繋がっていきたいと思います。(向川)

### ◆地域交流委員会

夏はお祭りの季節！ということと七月二十五日に未成小学校で開催さ

れました、納涼夏祭り大会にご利用者と参加しました。ご利用者も「子どもどころ近所のお祭りによく行ったわ」「お神輿もよく見に行った」等、お祭りの雰囲気でも思い出され楽しませていました。

屋台でたこ焼きを買いほおぼると、お祭り独特の雰囲気もあり、とても美味しく召し上がっていました。(安藤)

### ◆編集後記

暑い日が続く、涼しい場所を求めてしまう毎日です。しかしこの時期は、夏祭りや花火大会などが盛んに行われる季節です。先日、私は淀川の花火大会に行き、華やかな花火を目に焼き付けて来ました。

皆様もこの時期にしか味わえないイベントや行事に出掛けてみてはいかがでしょう？(田口)

