

# 西の京だより

## VOL.13



梅雨に入る季節が訪れる今日この頃いかがお過ごしでしょうか？  
6月と言えば、食中毒のリスクの高い期間と言われています…気温の上昇と共に、食中毒の菌が繁殖しやすくなるらしいですね！今号で、食中毒の簡単な注意点を特集いたしますのでご参照ください！  
梅雨入りも間近ですが、お健やかな日々をお過ごしくださいね！



栄養課だより 愛媛県を代表する郷土料理である



「鯛めし」をご提供しました。  
食べやすいよう鯛の身を丁寧にほぐし、刻みのりと三つ葉を添えました。  
なんと、ごはんにすまし汁をかけていただくと雑炊風にも召し上がっていただけます。



問題！  
グループホームについての下記の中から正しいものを選んでください。

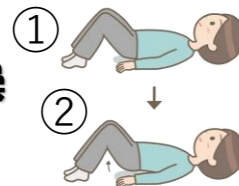
相談室

- ① グループホームは個室対応である。
- ② グループホームには介護職員が24時間配置されている。
- ③ グループホームにいてもデイサービスに通うことはできる。
- ④ グループホームは認知症の診断は受けておらず、介護が必要な方を対象としている。

QUIZ

### 今月の体操

#### 腰痛予防体操



梅雨の入るとジメジメしてきますね！  
そんな時に寝たままでも腰痛を予防できる体操を紹介します！  
(1) 仰向けになり、①の様な姿勢になります  
(2) お尻を挙げます \*繰り返し



A

答え：①、②  
グループホームは1ユニット（フロア）9名で全て個室対応の施設です。介護職員が常駐しており、見守り、介護を行います。施設に介護職員が配置されており食事、排泄、入浴など介助を行うため、介護保険を利用して外部のデイサービスに通う、ヘルパーに来てもらうことは基本的にはできません。  
認知症の診断を受けた方で介護が必要な方が入所の対象となります。

## 入所通信

新型コロナウイルス感染症対策の為、中止とさせて頂いていた「予約なしでのフロア面会」を、この4月から再開させていただいています。  
平日は9時半～16時まで、土曜日は9時半～12時までの時間帯で（日祝日と各階入浴日の午後は面会できません）、1回につき2名まで、制限時間10分間です。やはり、ご面会していただくことで利用者さんの笑顔が増え、活気につながっています。又、ご家族様からも、「施設での様子がわかって、安心です」とご意見をいただいています。  
いずれは、高齢者施設での感染対策を講じながら、制限なしの面会ができればと考えています。  
看護師長 野中 知栄



### デイケア空き状況

	月	火	水	木	金	土
一日利用 (昼食あり、入浴なし)	×	○	○	○	×	○
一日利用 (昼食、入浴あり)	×	×	×	○	×	△
短時間利用 (午前/午後) (昼食、入浴なし)	×/未	×/未	×/未	×/未	○/未	○/○

2024年5月1日現在 ○…空きあり △…あと少し ×…ご相談ください \*未は準備中  
無料体験・見学受付中

西の京デイケアのSNSが、  
「老人保健施設西の京」に名称変更！

←Youtube QRコード  
↓パソコンからはこちら

老人保健施設西の京 Youtube 検索

家庭での食中毒を予防しましょう。  
食中毒というと、飲食店での食事が原因と思われがちですが、毎日食べている家庭の食事でも発生する危険性がたくさん潜んでいます。食中毒の予防は3原則が基本です。

- ① 付けない！ 正しい手洗いを心掛けましょう。
- ② 増やさない！ 細菌の多くは高温多湿な環境で増殖が活発になりますが、10℃以下では増殖がゆっくりとなり、マイナス15℃以下では増殖が停止します。
- ③ やっつける！ ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅します。中心部を75℃で1分以上加熱することが目安です。



正しい知識を持って、  
食中毒をしっかりと予防しましょう

社会福祉法人 保健福祉の会 介護老人保健施設 西の京  
〒604-8454 京都市中京区西ノ京小堀池町16 代表TEL 075-821-3388 デイケアTEL/FAX075-821-3384

一部、感染対策を実施の上マスクを外し撮影している写真があります。ご了承ください。

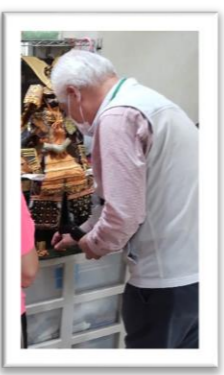
5/1は鯉の日ということで洗濯バサミを使った魚釣りをしました。竿の先に付いた磁石で洗濯バサミを釣りあげます。一つずつ慎重に釣り上げる方、一度に3つ4つと大漁に釣り上げようとチャレンジされる方等々様々でした。大漁に釣れると見ている方からも歓声が上がっていました。



壁画が完成しました  
毎週木曜日に少しずつ進めて遂に藤棚の壁画が完成しました！  
花や葉っぱの配置など考えながら貼り付け、完成したのを見て「いいやん」と一言。早速デイホールの柱に飾っています。



五月人形を飾りました。  
毎年のごとなのですが組み立て方や片付け方を忘れてしまい、いつもドライバーさんに助けを頂いて助かっています。



### 西の京ふれあいサロン

去る、5月21日(火)、第9回目の西の京ふれあいサロンを開催いたしました。最初に作業療法士によるロコモ体操を行い、次にアコーティオンの演奏に合わせて歌を数曲歌った後、コーヒーを飲みながら歓談(茶話会)を行いました。今回は、太子道診療所の方が3名見学に来られ、少し緊張しながらの開催でした。



「西の京ふれあいサロン」  
オープン日 10  
6/18(火) 15:30~  
会場:老健西の京 1階デイホール  
参加費:200円(コーヒー&茶菓子代)  
誰でも参加できます。体調やしゃべり出しが苦手な方も安心して参加いただけます。

皆様、ご協力ありがとうございました！

### 通所リハビリテーション

### 満足度調査2023第2報

先月に続き、満足度調査第2報です。今月と共に前月のおたよりもご参照ください！

対象者 : 2024年2月時点で登録されているご利用者様(ご家族様)  
調査日 : 2024年2月

- ⑥お風呂に自分で入りたいですか？  
入りたい61.5% 入りたくない27.0% わからない11.5%
- ⑦自宅のお風呂に入りたいですか？  
入りたい41.7% 入りたくない41.7% わからない16.6%  
\*入浴に対してのご意見  
・本人は満足していると思います  
・入るのが楽しみです  
・デイのお風呂は広く熱めのお湯で気持ち良いと喜んでます  
・家のお風呂には入りたがらない  
・転倒してから今はムリです
- ⑧職員の介助を不安に感じたことはありますか？  
ある 0 ない 18
- ⑨職員の言葉使いや態度で、つらい思いをしたことはありますか？  
ある 0 ない 18
- ⑩食事は満足されていますか？  
満足 11 わからない 5
- ⑪食事についてご意見  
・とてもおいしいです  
・昼はあまり食べないのでそのままが良い  
・丁度良い  
・味をもう少し濃いめが良い  
・カロリーを少なめに  
・いつも美味しいと話してくれ、同じメニューを作ったりしています
- ⑫西の京をまた利用したい(継続したい)ですか？  
思う 17 思わない 0 わからない 1
- ⑬その他ご意見ご感想  
・デイケアの時は家事を忘れのんびり過ごせます  
・満足しています  
・送迎の方の中に言葉使いのあらい時や車の中で大きく音楽をかけて来られる方があり少し不愉快です  
・順番に帰りたいです、来た順にお願いしたいです  
・私に接して下さっている職員の方にイヤな思いをした事は有りません  
・徐々に筋力が劣っていて長い距離は歩けなくなっているの歩けなくなってしまうのが心配です。歳が歳なので仕方がないのですが少しでも長く自分の足で歩けるように思っているので宜しくお願いします  
・いつも本当に良くしていただき安心して行かせてもらっています  
・楽しそうな母の話を聞いてホッとしています  
・平日は話す人もなくデイの方々と話ができて本当に良かったと思っています  
・西の京通所リハビリテーションをご利用が出来たこと本当に良かったです  
・大切にしていきたいと思っております  
・職員様皆様の温かいご指導感謝しております  
・これからもお世話になります、よろしくお願いします

皆様、ご多忙の中、ご協力ありがとうございました！  
この結果を真摯に受け止め、より良いサービスに繋げていくよう努力いたします。