

大衆演劇・舞踊ショー



今年も「劇団双葉」の皆さんが来て下さり、舞踊ショーの定期公演を開催しました♪本格的な衣装や舞台装置に患者さんは始まる前からドキドキワクワク☆約45分の舞台を食い入るように観覧し、最後の握手会では涙を流して喜ばれる方もいらっしゃいました。「劇団双葉」の皆さん、今年もありがとうございました(*^-^*)

看護日誌

1病棟 看護師
須永 和子

今年はスーパー猛暑だそうですね。暑さもだいぶ前倒しで来ているようですが、夏バテすることなく夏を乗り切るのは大変な事です。つつい冷たい飲み物や食べ物、口当たりの良いものを選んでしまうので胃腸も疲れてしまいます。

夏バテを防ぐためには、実は「小腸の働き」が大切です。小腸は広げるとテニスコート1面分くらいの面積があると言われており、表面には小さな突起が無数にあります。これを腸絨毛(ちょうじゅうもう)と言います。健康な腸絨毛はきれいなピロードの絨毯のようになっていて十分な栄養を吸収してくれますが、栄養が足りないと髪の毛の言う薄毛のような状態になってしまいます。小腸が元気だと自己免疫力が上がりますので、暑くてもバランスの良い食事を心がけたいですね。

他にも夏バテ防止には、豚肉・うなぎ・いわし・納豆・枝豆・豆腐・卵・牛乳・チーズ・夏野菜・シソやショウガなどの香味野菜が良いとされています。また、水分補給に夏の果物や牛乳が良いそうです。

私たちは日頃から、患者さんにこまめな水分補給をするよう心がけています。10時には牛乳を提供していますし、毎食ごとの水分量や食事量をチェックして体調の管理をしています。私たちスタッフも体調を整えつつ患者さんと一緒に暑い夏を乗り切っていこうと思います。



スタッフ紹介

3病棟 介護福祉士
宮内 幸恵

皆さんは日々のストレスをどう解消していますか？私は犬と過ごす事でストレス解消というか、癒しをもらっています。仕事が終わって家に帰ると、愛犬2匹が嬉しそうに甘えに来てくれて、疲れやストレスが一気に吹き飛ばすように感じます。犬を飼うともちろんお金もかかるし大変な事もたくさんありますが、家族の会話も増えますし、私にとっては絶対に必要な存在です。さらに、当院にはセラピードッグの「もも」がいるので、仕事に来る楽しみの一つになっています。



作業療法科だより

作業療法科
土方 昇

「音楽を楽しみ脳を活性化しましょう」

認知症の高齢者は脳の機能が徐々に衰えていくことにより、生活の様々な場面で不自由さを抱えており、精神的に混乱したり不安定になったりします。心身の機能低下により、日常生活も活動性の少ない単調なものとなりやすく、興味や関心、意欲の低下につながりかねません。

作業療法では、生活改善プログラムとして、音楽活動の「歌の会」を毎週行っています。歌を聴いたり、一緒に歌ったりすることは、個々の交流、コミュニケーション、共感を促進する効果が期待できます。昔の懐かしい唱歌、流行歌や曲に反応して、表情が豊かになったり、会話が aumentari、精神的に安定したりすることに繋がっています。

昭和という時代は、皆さんが良く知っている歌や曲が多くありました。若い頃の思い出や記憶として残っている歌詞やメロディー、リズムは、いくら認知症が進行したとしても、いつまでも心の中で残り続けるのです。



◇8月のお知らせ◇

●誕生日会…14時30分～
毎年恒例のスイカ割り大会を各病棟で実施致します♪
終わった後のおやつはもちろんスイカです！お楽しみに～☆

- 1病棟： 6日(月)
- 2病棟： 9日(木)
- 3病棟： 10日(金)

●行事食

- 15日(水) … 昼食 お盆 夏バテ防止メニュー
- 22日(水) … おやつバイキング

