

12月号

ニューズレター

あすか



通算309号

2018年12月10日

2018 あすか年間 ベストショット大賞

さあ、昨年から始まりましたベストショット大賞！2回目を迎えた今年も、あすかの各事業所からとびっきりのベストショットがたくさん届きました。

今年は全国各地で悲しいことがたくさん起こりました。この広島でも多くの方が悲しい想いをされました。でも、そんな思いを吹き飛ばすくらい、あすかには素敵な笑顔が溢れていました。ごく一部ですが、みなさんに笑顔のお裾分けをしたいと思います。

そんな中、編集部セレクトで今年の栄えある第1位に輝いたのはショートステイいわや4階でした！



1位 ショートステイいわや4階



7月のイベントの七夕で、短冊に願い事を書き笹に飾るシーンです。

楽しく願い事を考えて書き、飾りつけではとても良い笑顔で飾っていただきました。



★★★次ページに続く【ベストショット①～③】掲載しています。ぜひご覧ください。★★★

医療法人あすかの経営理念 『感謝 尊厳 謙虚 誇り』

医療法人あすかは、地域の患者様、利用者様との出会いに感謝し、信頼される法人として常に最善の医療、看護、介護を提供することを使命としています。私たちの仕事は、人の尊厳を守り、人の人生によりよい影響を与え、支えていくことです。私たちは、心を込めて仕事をします。私たちは謙虚であり、仕事に誇りを持ち、社会に貢献していくことを喜びとしています。



【目次】

1. 今年のベストショット大賞	1
2. 今年のベストショット①	2
3. 今年のベストショット②	3
4. 今年のベストショット③	4
5. 今年のベストショット④	5
6. おもしろきかな我が人生 ～ 佐伯 寛次さん ～	6
7. 健康だより	7
8. わたしの好きなもの 第55回	8

ベストショット大賞①

2018



2位 いわや3階



8月の盆踊り大会で浴衣を着て、『炭坑節』『ドンパン節』を皆で踊ったあとの、アイスクリームは甘くて冷たくてとっても美味でした。

3位 訪問看護



凄腕プロカメラマンの大木さん。ご自宅に訪問すると奥さまが商売道具のカメラを出されていました。動きにくい手にカメラを手渡すと慣れた手つきでカメラを持たれファインダーをのぞかれた瞬間、プロカメラマンとしての目の輝きを見せてくださいました。カメラを構えた姿がかっこいい！

野の花



6月に野の花のリハビリマシンをリニューアルした時の写真です。

新しいマシンの感想をお尋ねすると「たのしいで～あんたも来んさいや！」と手招きしてくださいました



ショートステイいわや2階



一生懸命、飴玉を探しましたが中々見つからず、目も鼻も顔中真っ白になり、みんなで今年いちばんの大笑いをした瞬間でした。



★ ★ ベストショット大賞② 2018 ★ ★

まやるちょーく



誕生会のワンシーンです。誕生者が名前を呼ばれ、お祝いの花束を受け取る時、周りの方の拍手と笑顔がいっぱい。「おめでとうー！おめでとうー！」笑い声と拍手が聞こえてくるようです。

すてっぷ



すてっぷのご利用者最高齢！！今年、白寿を迎えられました。いつも笑顔でリハビリを頑張っておられる姿に、スタッフや他のご利用者も元気を頂いています。

ショートみどりい



誕生日当日、ご自分が掲載された通信記事を見ての1コマです。とても喜んでいただきました。

つどいの家



手作りの木製パズルに挑戦。頭をひねり悩みに悩み完成！周りからのお疲れ様コールと歓声に、ニッコリ笑顔で答えてくださいました。

★ ベストショット大賞③

2018



ポシブル



下肢筋力低下に伴い自宅での生活が少しずつ辛くなっておられる中、ポシブルでのリハビリにより少しでも元気に生活したいという思いを持って笑顔で取り組まれています。

しゅりあちよーく



“しゅりあの畑を輝かそう”と経験豊富な利用者様の手にかかると、みるみるうちに輝きを増していきました。「わたらの手にかかったら、早いよ！」とキラキラとした表情が見てわかります。

ショート大町



ひな祭りのワンシーンです、どんなに歳をとってもいつも心はお姫様、お雛様が2人写りました。



あおぞら保育園



現在、あおぞら保育園の園児は全員で4人！！少人数で寂しさを感じることもありますが、4人の子どもたちのキラキラ輝くかわいい笑顔は癒しそのものです♡



ベストショット大賞④

2018

デイ大町①



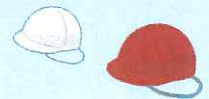
ケアプラザ夏祭りの1コマです。満面の笑顔の2人を見ているとこちらまで笑顔になります。デイ大町の笑顔が素敵ナンバーワンのお2人です。



デイ大町②



運動会での応援合戦!! 皆さんとてもいい表情で応援されていました。赤組が勝ったのか…白組が勝ったのか…。とても盛り上がった運動会でした。



レジデンスヘルパー



3月のイベント 山崎隆造さんのトークイベント後のワnシーン。山崎さんの大ファン。長生きして良かった!(涙) 乙女心は今も変わりません♪

山崎隆造さんのトークイベントの記事は平成30年3月号・4月号のニュースレターあすかに掲載しておりますのでぜひご覧ください♪



2018 ベストショット大賞

いかがでしたか? みなさん良い表情!! ああ、2018年、終わってしまいますね。。来年も良い一年になりますように☆2019ベストショット大賞もお楽しみに♪ ~ 完 ~

おもしろきかな我が人生



レジデンス

さえき かんじ
佐伯 寛次さん

昭和4年12月1日生まれ(89歳)

趣味(好きな遊び):麻雀



私は佐伯寛次と申します。
3年前からお世話になっていました。
さて、私は山口県防府市三田尻に本籍をもち、父親が海軍の軍医でしたので、世界大戦が始まる昭和12年までは、父親の転勤とともに各地を転々としていました。

舞鶴、広、呉は印象も新しく残る所です。なかでも呉で見た南京陥落の提灯行列の人並みは、我が家が二河公園の裏山の高い位置にあったものから、街灯もない戦時中のこと久しぶりに見た光の行列の美しさは、今も目に焼き付いています。

戦争が本格化し、郷里の防府で大人になったわけですが、軍人の子ども故人一倍の不自由に耐えさせられました。耐えるが美德の時代。糠を食べ、僅かな庭を耕し、収穫した作物で飢えを凌いだと記憶しています。

戦後、父は復員し開業しましたが、今と違い深夜でも患者発生と聞けば、自転車で往診する超強制労働時代。その無理がたり私の大学1年の後期試験の2月に、早朝往診から帰り就寝した直後、心臓病で亡くなりました。

私は試験中でしたが、葬儀優先で葬儀に参列しました。しかし、教養課程の欠席した課目は卒業に絶対必須の課目のため、山口から2時間離れた宇部からの受講は容易ではなく、随分苦労しましたが、付き合ひ始めた家内にノートの複写を頼んだものです。コピー機のない時代です。私は複

写されたノートを頼りに論文をまとめ、提出できました。

私の恋愛時代は、今の若者と異なり、夫唱婦隨の世帯染み込みのもの。家内はバレーボールの選手で、耐えることには抜群の能力の持ち主。その蔭の力で、その後の私の人生は過ごすことができたと思います。

山口大学工学部土木工学科を卒業した私は、就職事情の全く悪い時期に就職し、都市計画基礎調査を担当しました。街路計画、用途地域指定、ロープウェイ計画、下水道計画に参画し、下水道係長に昇進した時点で、日本道路公団に割愛入社しました。

京浜建設局では、東京横浜間の第三京浜道路の建設。静岡建設局では、東名高速道路静岡用宗工事長として、大阪建設局では、宝塚工事事務所として、中国道西宮工事長として、大阪工事事務所では、副所長として近畿自動車道茨木松原間を担当しました。仙台建設局では、宮城県古川から岩手県一関間四十六科の東北道路建設の築館工事事務所所長として、開通建設の任に当たりました。

東北道は文化財の宝庫地であり、その保存交渉をはじめ、幾多の政策を秘めていた関係上、大臣、知事折衝など、若輩の身でありながら、建設一途の情熱で幾多の問題を克服し、開通の喜びを満悦しました。

これを最期に公団を退職し、地元防府市役所建設部長として復職。専

ら青春を地元で過ごしたおかげで、市議会の答弁に対応でき、地元協議にも対応できました。

そして再度、日本道路公団の要請に依り、高速道路設計会社の常務取締役 役広島支店長に推挙され、67歳まで勤めさせて頂きました。

84歳にして愛妻を失い、レジデンスあすかにご厄介になることになりました。今やっと落ち着きましたが、愛妻と忙しかった時代を回顧し旅する予定でしたが、夢半ばで終わり年とともに老い行く身体を大切に、地図を見て残りの人生を楽しむ予定です。旅が大好きです。旅のお話お聞かせください。

※今回佐伯さんが原稿を書いてくださいました。



東海道開通建設中の時の記事★

いつも穏やかで、優しい笑顔を見せてくださった佐伯さん。

これからもレジデンスと一緒に楽しい時間を過ごしましょう。

また、佐伯さんは大好きな麻雀と一緒に楽しんでくれる仲間を募集しています。麻雀が好きな方はぜひお声掛けください♥ (河野 由貴)

健康だより

インフルエンザの予防



例年、この時期はインフルエンザが流行します。
改めて「インフルエンザ」について確認しましょう！

インフルエンザの特徴

“インフルエンザ”は、インフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気です。インフルエンザは風邪と似た症状があり、混同されやすいのですが、普通の風邪より急激に発症します。また、風邪よりも症状が重いのが特徴です。インフルエンザウイルスの感染力は強く、感染すると通常1～3日の潜伏期間で発症します。インフルエンザが怖いのは、潜伏期間でも感染力があることです。また、主な感染経路は、①飛沫感染(くしゃみや咳から出るしぶきを吸い込むことによる感染)と、②接触感染(感染している人の唾や鼻水が手から手へ、あるいはドアノブやつり革などを介して手に付着することなどによる感染)です。①②の感染経路のため、広範囲で多くの人に広がりやすいといえます。

なぜ冬の時期に流行するの？

インフルエンザウイルスは、“低温・低湿”で活発に活動します。具体的には20℃以下の温度、40%以下の湿度の空間で活発になります。気温が低くて、乾燥している冬の季節に流行するのはそのためです。

こんな症状に気をつけて

以下の症状に気付いたら、早めに医療機関への受診をお勧めします。

- ★38℃以上の突然の高熱
- ★頭痛
- ★関節痛・筋肉痛
- ★咳
- ★のどの痛み
- ★倦怠感(だるさ)
- ★鼻水・鼻づまり
- ★吐き気や下痢といった胃腸の症状

インフルエンザウイルスを予防する

●手洗いとうがいの励行

外出後は、こまめに手洗いとうがいを行いましょう。手洗いは、石鹸をよく泡立ててまんべんなく洗いましょう。流水で石鹸をよくすすぎ、清潔なタオルやペーパーで水分を拭き取ります。うがいは、口腔内と喉をうがいしまししょう。

●消毒はアルコールが有効

インフルエンザウイルスには、アルコール消毒が効果的です。最近では、アルコールが主成分の「手指消毒薬」が市販されています。流水と石鹸での手洗いが難しい場所での使用など、状況に合わせて使い分けてください。

●十分な休養とバランスのとれた栄養を

過度の疲労は、免疫力が低下し、インフルエンザなどの感染症にも罹りやすくなります。疲れを感じた時は、十分な睡眠をとり、栄養も偏らないように工夫しまししょう。

インフルエンザに罹ったら

インフルエンザの症状かな？と思ったら、医療機関で受診しまししょう。インフルエンザと診断されたら、安静にして治療に専念してください。気をつけたいのは、熱が下がって2日後も感染力は残っているということです。熱が下がったからといって、すぐに外出することは避けるようにしましょう。

●室内は温度・湿度を保つ

前述のように、インフルエンザウイルスは低温・低湿・低湿度を好みます。ウイルスの活動を抑える環境に調整しまししょう。温度は20～24℃、湿度50～80%を保ちまししょう。

●人混みを避ける

できるがけ、繁華街など人が多く行き交う場所は避けまししょう。やむを得ない場合は、マスクの使用がおすすめです。

●インフルエンザの予防接種を受ける

インフルエンザは予防接種を受けることで、感染してもかなりの確立で発症が抑えられ、たとえ発症したとしても重症になることを避けることができます。健康な13～64歳の人は、通常1回の接種です。予防接種後、抗体がつくまでに2～3週間かかり、抗体は3～5ヶ月持続します。例年、インフルエンザは12～3月に流行します。接種時期としては、流行が予測される前の11月中旬～12月に受けるのが理想です。



※ポシブルでは皆様の体調管理を行わせていただいております。体調の変化、薬の変更、主治医の変更等ございましたらスタッフまでお知らせいただきますようお願いいたします。

わたしの好きなもの 第五十五回

【孫・カープ】



つどいの家

はたけやま 眞吾さん(70)

畠山さんの好きなもの、好きなことってなんでしょうか?と伺うと「好きなもの! あったかなあ、今はないねえ」...奥様に伺うと、「好きなものはどうでしょう。でも、若い頃はパチンコや麻雀などよくしてたみたいですよ。」と...

以前、昔話をされていた時のことを思い出してお尋ねしたところ、学生の頃は球技が好きでバレー部に所属をしていたこと。そのほかにも、野球やテニス、卓球などもされていたことを話してくださいました。

社会人になってからは仕事の付き合いで麻雀やゴルフにもよく行ってたそうです。バレー部の頃の話では、「あの崇徳に勝ったけんのう!」と、とても嬉しそうに話してくださいました。

試しに、「やっぱカープでしょう!」と伺うと、「そりゃさうよ!」好きなものあるじゃないですか!」の職員からの言葉に「そう

だね」と、笑顔で応えてくださいました。「この前は、お孫さんがかわいいうって言われてましたよね?」と伺うと、「孫はかわいいよ」と、これまたとびっきりの笑顔で...「じや、今はカープを応援することと、孫の成長を見ることですかね」と「そうだねえ」と終始笑顔で話してくださいました。

負けんよお〜



「ご利用者様や職員の声掛けにいつも笑顔で返してくれる畠山さん。これからも心を和ませる優しい素敵な笑顔を見せてください。そして、来年こそはカープ日本一です。来年はカープの活躍とお孫さんの成長と忙しい1年になりそうですね!」

(若林 二三枝)

医療法人あすかの関連施設

緑井3丁目20・1

あすか居宅介護支援事業所

082-830-5177

リハビリデイ・ポシブルみどりい

あすか病児保育室

児童デイサービス ぱるみどりい

緑井2丁目12・25

高橋内科小児科医院

デイサービスセンター

まやるちよ〜く

通所リハビリテーション すてっぷ

ショートステイ みどりい

小規模多機能型居宅介護事業所

つどいの家

あすか療養センター 緑井3丁目40・30

毘沙門クリニック

ショートステイ いわや

通所リハビリテーション 野の花

緑井2丁目11・11・102

あすか訪問看護ステーション

毘沙門台東1丁目24・16
デイサービスセンター
しゅりあちよ〜く

あすかケアプラザ 中須1丁目26・12

ヘルパーステーション あすか大町

デイサービスセンター あすか大町

ショートステイ あすか大町

サービス付き高齢者向け住宅

レジデンスあすか

おおぞら保育園

緑井3丁目10・28

児童デイサービス ぱるびしゃもん

緑井2丁目9・31・102

児童デイサービス ぱるひよし

緑井2丁目13・17 2F

児童デイサービス ぱるぶらす

緑井2丁目9・31・101

相談支援事業所ぱる

【編集者のつぶやき】
昨年よりニューズレターあすかを担当して参りましたが、今月号で最後の編集になります。編集担当卒業です。あつという間に1年。来年から新しいことにチャレンジするため高橋内科小児科医院からも卒業します。医療事務として働き始めて約4年。受付にいるとたくさんの方々の出会いがありました。田中さん元気?と声をかけてくださる患者様も、今までありがたうございました。次月号から佐伯さんにバトンタッチ♪これからもニューズレターあすかをよろしく願います。