

### 春風駘蕩、風の便り

本のページをめくるように季節が移りゆく、といふのは良く知られたことですが、近頃は一遍に三ペー、短い秋を愛でる間もなく年の瀬を迎え、より一層忙しい思いがします。

さて今年、新型コロナウイルス感染症に翻弄され、介護・医療のみならず、社会活動が一般的に逼迫し、かつ停滞した一年になりました。感染者が急増し、施設内での流行や蔓延に至らないよう、緊張感を切らず手を尽くしていただかないよう、また、遠からずインフルエンザ流行も危惧されま

祈りつつ、年をあらためたいものです。何となく、今年の良い事あることし、元日の朝、晴れて風なし（石川啄木）そんな一年のスタートを迎えたいものです。

施設長 吉田 巖

### 相談室よりこんにちは

#### 【訪問リハビリテーションのご紹介】

ご自宅へリハビリの専門職（理学療法士・作業療法士・言語聴覚士）が定期的に訪問し、お一人お一人の目標に沿ったリハビリを行うほか、福祉用具のご紹介や、ご家族様に介助方法などのご提案もさせて頂きます。（介護保険制度の在宅サービスの一つです）

#### ★このような時にご相談ください！

「施設ではできなかったことが、自宅で同じようにできるか不安」「身の回りの事を自分で行ないたいが、自宅での練習をすれば良いかが分からない」「この頃、食事の際にむせやすくなった」「介助の方法が分からない」など。お気軽にご相談ください。



訪問リハビリの様子



私たちが訪問リハビリテーション担当の職員です☆

### じゅんぷう取り組み紹介

#### 【フットケアで足のむくみ予防】

むくみ予防のポイントは「足の血行を良くすること」です。当施設の取り組みをご紹介します。

取り組み①「足浴とフットマッサージ」  
足浴をして足を温める事で血行や、老廃物の排泄がスムーズになり、むくみの改善に繋がります。

取り組み②「座ったままできる足の運動」  
足の運動をする事によって、筋肉の量を増やしたり、血行障害を予防できます。

アロマオイルを使用して足のマッサージを行う事もあり、喜んで頂いています。



足浴とフットマッサージの様子



足ゆび体操の様子

### 厨房コラム

旬の食材を使用し、季節を感じて頂くことができるように、日々努めております。また「グルメリーフエア」は、「秋の味覚」として、特別感のある食材を使用し、献立を提案してまいります。十月のグルメリーフエアは、「秋の味覚」として、特別感のある食材を使用し、献立を提案してまいります。（下段に続きます）

小豆と枝豆のあったかご飯  
鱧と松茸のお浸し  
秋茄子のお浸し  
銀杏の入った茶碗蒸し  
巨峰



### 職員紹介

今年、新社会人として入職した介護職三名です。四十九号に続き自己紹介形式でご紹介致します。



飯田 美喜（いいだ みき）  
三階入所フロア所属  
京都女子大学  
家政学部出身



生駒 篤史（いこま あつし）  
五階入所フロア所属  
京都医療福祉専門学校  
福祉メデイカル科出身



森本 侑樹（もりもと ゆうき）  
五階入所フロア所属  
京都医療福祉専門学校  
福祉メデイカル科出身

家族の介護をきっかけに、介護の仕事に就きたいと考えました。特にアメリカの映画が趣味は、DVD鑑賞です。特にアメリカの映画が好きです。「ターミネーター」はアクションシーンに見応えがあり、気に入っています。

在学していた高校の近くに介護施設がありました。携わってみたいと思うようになりました。自分も介護に興味をもちたいです。京都の街並みが好きです。歴史を教える利用者様にお伝えしています。