

きららだより

平成25年7月号 (春夏号Vol.5)

コラム 主治医の処方箋

～笑尉（ショウジョウ）を引き出す心のケア～

人の感情には古来より喜び、怒り、哀れ、楽しい、すなはち喜怒哀楽さらには恐れ、驚き(恐、驚)があります。人は生活、活動する社会環境により、ストレス(負荷、刺激)を多かれ少なかれうけているので、常に感情の変化がおこっています。

図に示すように、その感情は大脳辺縁系にある感情の中枢(感情中枢)によって調節されており、顔、声、そのほか手足などの動き、さらに行動として表現されます。また、身体内部においては自律神経系(心臓血管系、呼吸器系などの器官)内分泌器官が変化します。この情動中枢の障害、失調により、今日流行している神経症、うつ状態、うつ病は引き起こされます。

図:刺激による生体反応(感情など)



その中の良い感情である喜び、楽しみを表す笑いには、微笑みから大声を伴う大笑いまで様々な程度のもがありますが、欧米では医療の場においてクライアントから笑顔を引き出す医療従事者(看護師だけでなく、医師なども)が高く評価されています。その理由が、ただ良くコミュニケーションをしているということだけでなく、クライアントの気持ちをリラックスさせる心理的対応、療法の技能を兼ね備えているとされていることによります。

お年寄りに見られる笑顔を”笑尉”と言いますが、これまでの歩んできた長い人生体験から自然と出てくる穏やかで、満足された表情です。老人保健施設を利用されているお年寄りからこのような”笑尉”を引き出せる施設職員が優れていると評価されると思われます。

施設を利用されているお年寄りは、あまり話したがらず、普段から若輩のわれわれ職員の行動を良く観察されておられ、すぐに自分の心を開こうとはされません。薬物療法をおこなっても気持ちは完全にリラックスさせることはできず、笑顔を引き出すことはできません。しかし、職員が誠意をもって笑顔で対応すると、笑顔すなわち”笑尉”を引き出せると思います。職員が毎日おこなっているケアは利用されているお年寄りとの間に信頼関係が築かれ、心理療法をおこなっていると思います。

当施設の職員は、”笑いはこころの処方箋”であることを認識し、従事して参ります。

介護老人保健施設 きらら
施設長: 主治医 河野 伸造

きらら保育園を開園します。

弊法人が雇用する職員の乳幼児を保育するための保育施設が、8月1日に開園することとなりました。場所は泉区和泉町の住宅街にあり、仕事をしながら育児を行う職員にとって好アクセスの立地となっております。職員が安心して働けることは、ご利用者様へ対する安心したサービスの提供につながるものと期待しております。近接していることもあり園児がきららに遊びに来ることがあるかもしれません。子ども達の笑顔に和やかなひとときを感じ、会話や笑顔もはずませていただければ幸いに存じます。

5月消防訓練



東日本大震災から二年が経過しました。復興庁の発表によると未だ避難者等は二九万人を超えているそうです。さらには毎年の消防訓練と各整備点検、避難経路の確認を地元の消防署管轄の元で行っています。毎年この訓練を行うことで震災の記憶を留めて参ります。

魅惑の歌謡ショー 夢の会



ポランティア「夢の会」の皆様には過去三回程来設していただいており、既にお馴染みで心待ちにしている利用者様もいらっしゃると思います。歌に踊りに三味線の演奏と、まさに生の「歌謡ショー」です。「浪花節だよ人生は」にて開幕。そして、股旅物の踊りと続きます。大好評だったのは、女装の「美空すずめ」さんの演目で、趣向を凝らした演目に割ればかりの黄色い歓声がフロアに響き渡りました。取りは「津軽三味線」でその迫力に圧倒されてしまいました。「夢の会」の皆様は感謝と再公演の依頼をお伝えしたいと思います。終了後は着姿も美しい演歌歌手の安藤榮子さんが握手をして回って下さり、写真も一緒に収めて下さいました。フロアでは興奮冷めやらぬ余韻に浸りながら皆様感激しておられました。

元フジテレビアナウンサー 小林大輔さん



五月十三日(月) この日は元フジテレビアナウンサー小林大輔さんによる「ほのぼの朗読会」が開催されました。絵本「さっちゃん」のまほうの「民話」雪女「母の日にち」などで月刊「エッセイ」読者投稿欄の中から母親への思いを綴った投稿「母とコロケ」を「眩しかった制服」と合計四つの演目が披露されました。絵本と民話の朗読ではスクリーンに絵を投影し小林さんの優しく心地よい声と共に、ゆったりとした時間の流れを堪能して頂きました。当初の予定を変更し披露された母親への投稿作品では、いくつになっても変わる事のない母親に対しての優しい思いが溢れていて、会場全体が穏やかな空気に包み込まれました。

五月十五日 四階フロア ポランティアの方々による日本舞踊の再公演です。前公演後とても好評だったため、再度依頼をし今回は二度目の公演となります。始まる三時間前から控室に入り、入念に準備してくれました。さあ、いよいよ開始です。「男踊り」が得意という事で、角刈りのカツラをかぶり、男姿も勇ましい出で立ちで踊って頂いた「北の漁場」。終わりにポーズをお願いすると、とても照れながらも、キリッとしたポーズを決めて下さいました。最後の演目、氷川きよし「ソーラン節」は利用者様と一緒に「ソーラン！ソーラン！」と思わず大きな声が出るほど大盛況でした。汗を沢山かきながら一生懸命に踊る姿に感動し、二度目の公演に期待が高まりながら、終了となりました。

蕎麦御膳 ¥1000

介護老人保健施設さららにおいて御提供させて頂いていただいているお食事は、ご利用者様の健康管理を目的として、医師及びその指示に基づき管理栄養士により献立を作成しております。しかし、食の愉しみを堪能できる「特別食」をオプションサービスとして提供して欲しいというご要望が、ご利用者様及びご家族様より多数ございました。そこで、このほど二種類の特別食メニューをご用意させていただきます。それが「松花堂弁当」と「蕎麦御膳」です。ご利用者様、ご家族様、ご近所でもご注文は可能でございます。この機会に是非ともご賞味いただければと存じます。御注文方法の詳細等についてはフロア職員又は事務所までお問い合わせください。

松花堂弁当 ¥1500

特別食
献立例
1. 献立例
2. 献立例
3. 献立例

特別食はじめました

三階おしどり 寿司三昧

当日は天候にも恵まれ「おしどり寿司」へ外食レクに出かけました。朝から「今日は寿司屋に行く日でしょ？」と楽しみにされている一方「ちゃんと食べられるかしら？」と心配する声も聞かれました。しかし店舗に到着し、カウンターに座ると皆様目を輝かせてメニューをご覧になっていました。いざ寿司が目の前を通ると自然と笑顔が溢れ、夢中で召し上がる方、しばらく見つめてから味わうように召し上がる方、皆様其々の楽しみ方でご満足頂けたかと思えます。

二時間という長めの時間を確保し、ゆつくりお楽しみ頂いてから帰設しました。しばらくの間はお寿司の話で持ち切りでした。普段余り見られない表情も見せていただき、皆様にとつて、ひとつの思い出を作っていたら嬉しい出来たかと職員として嬉しく思っております。今後このような機会が少しでも多くご用意できるよう、職員一同努めて参ります。

ショッピング

四月二十四日(水) 白山にある相鉄ローゼンへ行って参りました。一三時にさららを出発し、三十分程で到着しました。一階のしまむらでは女性の利用者様が「これもいいわね、あれもいいわね、素敵。」と、とても喜ばれていました。その他にハワードラック、食品を見て参りました。次に二階の、百貨品を見て参りました。みなさま、目を輝かせてお買い物をされてました。「これも？百円の？」なんて言葉が飛び交っていました。帰りがけ店内にあったブリクラ糖を発見し、ちょっとドキドキしながら初挑戦。「はい、キーズ」とても綺麗に纏まりました。滞在時間は一時間程。再びさららに戻り、施設へ帰りました。充実したお買い物のレクが出来たと感じます。また再度開催できるように企画中です。

ご意見箱

日本蕎麦が食べたいです。
たまには美味しい蕎麦が食べたいです。
どうかお願いします。

パジャマに着替えてないよなので着替えてから寝させるようにして下さい。

4月より蕎麦御膳のご提供を試行的に実施いたしました。おかげさまでご好評を賜り、正式に特別食メニューとしてご提供する手筈が整いました。ご用命の際には、給食業者への発注手順等ございますので事前に職員までお申し付け下さい。

誠に申し訳ございませんでした。会議にて巡視時に注意するよう、全職員に対し通達を致しました。以後そのような現場を目撃された場合にはお近くの職員までお申し付け下さい。すぐに対応させていただきます。