

純心だより

2月

春が待ち遠しい日々が続きます。朝夕はまだまだ冷えますが、昼間はお日様の暖かさを感じる日が増えてきました。温暖化だ暖冬だといってもやはり冬は寒いものです。寒さと乾燥の影響でしょうか、新型コロナウイルス感染症がまた増えています。インフルエンザも同時に流行し、溶連菌感染症もあり、コロナツクでは発熱の患者様もまだまだ多いです。施設内でもコロナが発生し、一部面会ができなくなっています。ご利用者様、ご家族の皆様はさみしい思いをしていると思いますが、徐々に解除されているようで少し安心しています。これからも流行が続くのか治まってくるのか私にはわかりませんが、早く治まってほしいものです。

節分には各所で豆まきイベントが行われました。保育園、こども園では豆の代わりに紙を丸めて豆まきをしたようです。学生の時に「5歳以下の子供に豆やナッツは危険だから食べさせないように」と習ったのを思い出しました。しかし私の子供のころは家の中で「鬼は外！福は内！」と豆まきをして「歳の数だけ」と豆を食べていた記憶があります。(そういえばあの豆はあのあと誰が掃除してくれたのでしょうか？きつと両親でしょうね。楽しかったことしか覚えていません。)現在、豆は丸めた紙に変わったかもしれませんが、日本の伝統行事がこうして残っているのは先人たちの知恵や思いが現在の私たちの癒しや心の支えになっているからだと思います。

2月は逃げるとよく言ったものであつという間に終わってしまいます。3月は去るでまた慌ただしくなりそうです。春を楽しみに、みなさまとともに一日一日を新しい気持ちで大切に一生懸命過ごしていきたいものです。先日、きれいな梅の花が



咲いているのを見たので、ぴったりな俳句を一句置いておきます。
梅白しまことに白く新しく 星野立子

副理事長 岸史



節分祭

今年も各施設で節分祭が開催されました。節分は暦の上で春が始まる立春の前日にあたり、「二年間健康に過ごせるように」という願いを込めて「悪いもの」を追いつ出す行事とされています。節分の定番といえば「豆まき」。昔は、病気や災害など悪いものはすべて「鬼」の仕業だと考えられていたため、鬼を退治する効果があるとされる豆を投げる風習が広まりました。また、恵方巻きを食べる風習も一般的。その年の恵方に向けて、しゃべらずに黙々と食べると願いが叶うといわれています。



今年のきらめき荘通所リハビリテーションでは、丸めた新聞紙を豆に見立て、鬼の格好をした職員めがけて豆まきを行いました。「鬼は外！福は内！」の掛け声と共に容赦なく豆が飛んできます。ご利用者様も職員も大盛り上がりで楽しいお祭りになりました。



グループホーム平津では、手巻き寿司パーティーを行いました。ご利用者様自身で好きな食材を詰め、今年の方角である東北東を向いて食べました。



皆さんにたくさんの福が訪れますように願っています。「また参加したい！」と言っていただけけるイベントをこれからもたくさん行っていきます。



きらめき訪問看護ステーションの紹介

こんにちは！きらめき訪問看護ステーションです。きらめき訪問看護ステーションには明るく元気なスタッフが在籍しており、365日、24時間体制で看護サービスを提供させていただいております。

訪問看護とは、看護師がご自宅やケアハウスなどへ訪問し、看護を行うサービスです。ご本人様やご家族の意思、ライフスタイルを尊重して、QOL(生活の質)が向上できるように主治医の先生やケアマネージャーをはじめ多職種とも連携しながら、予防的支援から看取りまでを支えます。

看護師が訪問するとなると、何か大きな病気や寝たきりの状態を想像される方が多いと思いますが、元気なうちから私たちを利用していただくことで健康状態の確認ができたり、生活の相談を看護師の視点からアドバイスを受けたりすることが出来ます。また、かかりつけの先生には相談しにくいことも、私たちが間に立つことでスムーズに話が進む場合もあります。そのような予防的な積み重ねも含めて、毎日を元気に明るく過ごすお手伝いをする事ができたらと思っています。

岡山純心会では、地域交流の一環として地域の高齢者の方を対象に定期的に健康教室を行っています。昨年12月に行われた教室では訪問看護ステーションも参加し、フレイルについてお話をさせていただきました。フレイルとは加齢に伴い、心と身体が弱っている状態のことを指します。日頃から運動すること、お口の健康を維持してバ



ランスの良い食事をとること、社会参加をすること、この3つの柱がフレイル予防に大切になります。皆様とても熱心に話を聞いていただき、健康への関心の高さを知ることができました。

また、当事業所へ定期的に岡山医療センター附属岡山看護助産学校から看護学生が実習に來ています。未来を担う看護師の卵たちに優しく、時に厳しく指導しています。はじめは緊張していた学生さんたちも訪問を重ねることに笑顔が増え、たくさんいい気づきや学びができており、私たちスタッフもとてもいい刺激になっています。

訪問看護に少しでも興味を持たれたり、詳しい話を聞いてみたいと思われたりしたら、遠慮なくお声を掛けていただけると光栄です。スタッフ一同、心よりお待ちしております。



岡山純心会 二月の予定とお知らせ

- 和菓子の日 二日 全施設
- 節分祭 三日 きらめき通所リハビリ他
- 誕生日会 二十日 全施設

