

トマト・きくら  
新聞

社会福祉法人こしば福祉会  
介護老人保健施設  
トマト  
サービス付き高齢者向け住宅  
さくら  
三重県津市殿村860-2  
電話059-237-5050  
FAX059-237-5650  
<http://www.tomato.or.jp>

入所者様は、津まつり会場に出向くことができないため、間近で「安濃津よさこい」に参加

される華岡藝術學校の生徒の華麗な演舞を鑑賞することができ、大変感激されていました。

今年も7月後半から9月後半まで、高田短期大学キャリア育成学科介護福祉コース（2名）とみえ夢学園高等学校（4名）の介護実習生の受け入れを行いました。

通所リハビリテーションでの  
実習では、実習後半になると積  
極的に、そして笑顔でやさしく

消  
防  
訓  
練

(有料老人ホームさくら)

10月29日に、有料老人ホームさくらの厨房を出火元として、消防訓練を実施しました。

火災が発生した場合には、職員が初動対応を行うことになり、制限された人員や時間の中で、初期消火、消防機関への通報、入居者様の避難誘導等を円滑行う

地域の皆様への広報

必要があります。

入居者様が安心して過ごしていただけるよう、いつ発生するかわからない災害に備えて、職員一人ひとりが冷静に対応できるように、今後も消防訓練を実施していきます。

地域の皆様への地域貢献活動として、8月には「オーラルフレイル」、11月には「スキン・テアの予防」の広報誌を地元の自治会で回覧していただきました。

これまで10回の広報誌は、ホームページでご確認をただけします。

地元の皆様のお役に立てる情報を、今後も継続して提供していきます。

# 高齢者の弱くした皮膚を守りましょう

## ～スキンケア（皮膚看護）の予防～

### ① スキンケア（皮膚看護）とは

スキンケアとは「肌のケア」を意味し、皮膚のトラブルを未然に防ぎ、弱くした皮膚を守り、皮膚の健康を回復させることをいいます。

高齢者の皮膚は、年齢とともに乾燥しやすくなり、傷つきやすくなり、回復力も低下してきます。また、皮膚の病気や感染症にもかかりやすくなります。そのため、高齢者の皮膚を適切にケアすることが、健康の維持と生活の質の向上に役立ちます。

② スキンケアの重要性

高齢者の皮膚は、年齢とともに乾燥しやすくなり、傷つきやすくなり、回復力も低下してきます。また、皮膚の病気や感染症にもかかりやすくなります。そのため、高齢者の皮膚を適切にケアすることが、健康の維持と生活の質の向上に役立ちます。

③ スキンケアの方法

④ スキンケアの道具

⑤ スキンケアの注意点

⑥ スキンケアの効果

⑦ スキンケアのまとめ

高齢者の弱くした皮膚を守りましょう

～スキンケア（皮膚看護）の予防～

① スキンケア（皮膚看護）とは

スキンケアとは「肌のケア」を意味し、皮膚のトラブルを未然に防ぎ、弱くした皮膚を守り、皮膚の健康を回復させることをいいます。

高齢者の皮膚は、年齢とともに乾燥しやすくなり、傷つきやすくなり、回復力も低下してきます。また、皮膚の病気や感染症にもかかりやすくなります。そのため、高齢者の皮膚を適切にケアすることが、健康の維持と生活の質の向上に役立ちます。

② スキンケアの重要性

高齢者の皮膚は、年齢とともに乾燥しやすくなり、傷つきやすくなり、回復力も低下してきます。また、皮膚の病気や感染症にもかかりやすくなります。そのため、高齢者の皮膚を適切にケアすることが、健康の維持と生活の質の向上に役立ちます。

③ スキンケアの方法

④ スキンケアの道具

⑤ スキンケアの注意点

⑥ スキンケアの効果

⑦ スキンケアのまとめ

[illegible]



通所リハビリより

【作品】

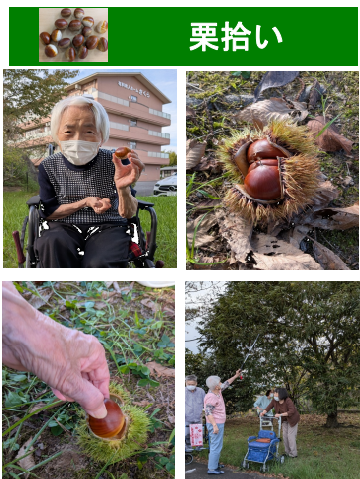
秋の風景



利用者様に紅葉やイチョウの葉を切っていただき、秋の風景の作品を作成しました。指先を動かし、利用者様同士で談笑しながら、楽しさや達成感を味わい、作品作りに取り組むことは認知症の予防にも効果的です。

【栗拾い】

栗拾い



施設内の栗の木にたくさんの実が生り、栗拾いに行きました。木の下に落ちた栗のイガに注意しながら、足でイガを避け艶のある大きな栗が収穫できました。栗の生産量は、茨城県が全国1位だそうです。栗の種類の

中には、「トゲナシグリ」という「トゲ」のない栗もあるそうですよ。

【レクリエーション（実習生）】

8月に高田短期大学の2名の実習生が、実習の一環として自分たちで考案されたレクリエーションを行いました。ボールを蹴った距離に応じて得点が入るレクリエーションや、紙コップを使用して球を飛ばし、紙コップのタワーを倒すレクリエーションを実習生の進行で行いました。

いつもと違った内容のレクリエーションを利用者様に楽しんでいただきました。



入所棟より

【花火大会】

9月10日と17日に花火大会を開催しました。昨年は8月開催で黄昏迫る夕刻のまだまだ明るさが残る時間帯でしたが、本年は9月開催にしましたので、日没も早く、花火が鮮やかに浮き立ちました。

噴出花火や打ち上げ花火そしてナイアガラ花火など、様々な花火に職員が点火し、参加された入所者様は、「わぁ♪綺麗な花火！」と喜んでいただき、夏の終わりの良い思い出となりました。

【レクリエーション】

10月の入所棟レクリエーションでは風船バレーを行いました。普段身体を動かしていないため、気分転換になったという声も聞かれました。好評でしたので、また行いたいと思います。

本年は慰問を再開しており、力士の慰問と台湾の学生の慰問がありました。それぞれパワーをもらえたとの声が多く、すでに来年を楽しみにされている入所者様もいました。

12月にはクリスマス会を企画していますので楽しみに♪



有料老人ホーム「さくら」

ハロウィンが終われば、もうすぐクリスマス



【沖縄三線8/3】

「高崎幸生と美ら風」様をお招きし、沖縄三線の演奏を披露していただきました。ゆったりとした、南国情緒豊かな音色が何とも心地よく、小学生のお子さまも演奏されており、興味深く聞かれていました。



【歌謡コンサート9/28】

5名のグループ「淳逢」様をお招きし、カラオケによる歌謡コンサートを披露していただきました。懐メロ、演歌などを15曲ほど熱唱していただき、年齢が近い方々のすばらしい歌声に、元気をいただきました。

編集後記

毎月行っているレクリエーションのイベントも、ほとんどの入居者様が参加され、ご好評をいただいています。今後もまごころを持って、イベント活動に取り組んでまいります。



11月に入り、本年も早いもので残り2カ月を切りました。長い夏が終わり、やと秋が来たと思ったら、一気に寒くなりました。11月は異名が「霜月」なので、いかにも冬らしい呼び名ですね。

11月7日は二十四節気のひとつの立冬で、冬の始まりとされ、枯れ葉が舞い木々も冬支度を始めています。22日は小雪。小雪のころの氣候のいい日を「小春日和」と呼ぶそうです。冬の始まりを楽しみながら、クリスマスや年末年始に向けて心身や暮らしを整え、心地よく過ごすために、冬支度を始めてはいかがでしょうか。

編集員一同

