

# ボランティアの皆様、ありがとうございました。

- ・楠神 堅慈様 ・古高松老人会の皆様 ・吉田 ちあき様 ・ミラクルマリンの皆様
- ・日赤奉仕団の皆様 ・香川県警察音楽隊KPB240 ・高松北署生活安全課の皆様
- ・ナーレシ・サニーズ様 ・串田様、有岡様 ・佐藤 君枝様他5名様



誕生会



## 敬老会

小さな優しいお友達に、吉祥のおじいちゃんおばあちゃんたちはとても喜んでいました。

今後ともよろしく願っています



## 防犯教室 と クリスマスコンサート



▲ 防犯教室(身近な犯罪の被害防止について)



クリスマスコンサート▶

12月20日(金)午前10時より吉祥2階地域交流室にて香川県警察音楽隊KPB240と高松北署生活安全課山地様をお迎えして身近な犯罪防止についての講話と懐メロやクリスマスソングを織り交ぜたミニコンサートを開催いたしました。

防犯教室では、メモをとって話に聞き入っていらっしゃる方もいらっしゃいました。またミニコンサートに参加された方々は、懐かしい曲の数々に思わず口ずさみとても喜んでいらっしゃいました。

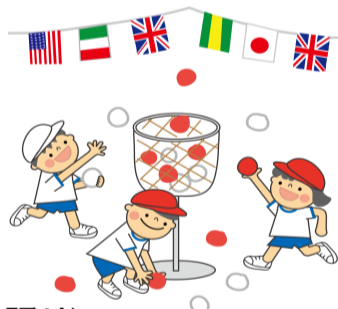
楽しかった

## 吉祥大運動会

平成25年11月23日(土)

プログラム

- 1.選手宣誓
- 2.準備体操
- 3.旗揚げ
- 4.大玉送り
- 5.玉入れ
- 6.きよしのズンドコ節(総踊り)



ご夫婦で、元気よく選手宣誓!!



大玉転がしは、自分のところに来た大玉を次の人たちへ送る競技でした。大人数でする醍醐味を味わいました。とても白熱したものになり勝負がつくと、感嘆の声があちこちからあがりました。

今年はショートステイを含めデイサービス、特定の皆様で赤組、白組に分かれ運動会を開催しました。最初に、ラジオ体操や旗揚げでからだを十分にリラックスさせました。

大玉転がしでは、手や腕を上手に使い大玉の行方を追っていらっしゃいました。玉入れではご家族様にも参加していただき、皆様笑顔の中にも真剣に取り組まれていらっしゃいました。

今回、新しい競技にも取り組んで趣向を凝らした運動会にしたので、ご利用者様、ご家族様、職員が一体となって大盛況となりました。来年もまた楽しい企画に取り組んでいきたいと思っております。

(運動会実行委員:白坂 太陽)

# 楽しいレクリエーション



## ☆リース作り☆

クリスマスに向けて、利用者様と手作りリースを作りました。厚紙をドーナツ型にくり抜いてその上に綿をはさんでサテン布でくるみ、裏側にきれいな千代紙を貼りつけるとリースが完成します。そのリースにちりめんの布を貼り合わせて作ったポインセチアとクリスマス飾りを貼り付けました。皆さん大変喜ばれていました。



## ☆シフォンケーキ作り☆

ボランティアの方に指導してもらい3つのオーブンをを使って焼き上げました。卵割り、黄身と卵白に分けるだけでも大仕事です。作業工程は難しかったのですが、うまく焼けたケーキを皆で食べた時はいい笑顔でした。



## ☆ネームプレート作り☆

プラスチック板に絵を描き焼き上げました。お気に入りのネームプレートは、利用者様愛用のデイサービス通所用のカバンにつけられています。



# 遠足



**10月29日(火)、30日(水)、31日(木)、11月1日(金)**  
**(行先):大串自然公園**

10月29日から11月1日の4日間にかけて、季節を感じていただいたり、日々の機能訓練の効果を発揮していただく為に遠足にいきました。

大串自然公園から瀬戸の島々が一望でき、利用者の皆様から「景色がとてもきれい」「皆と来てよかった」「限りない地平線をみたら、地球が丸いということがわかるね」という声がきかれました。

また平坦な道や芝生の上を歩いていただき、普段と違った感触を楽しみながらいただきました。

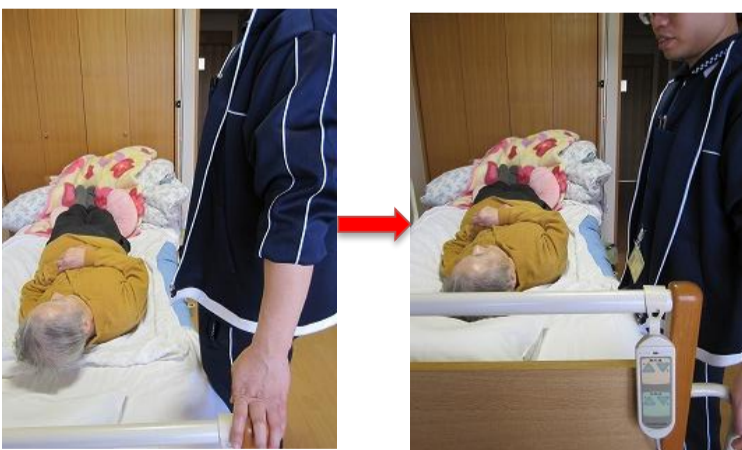
「デイルームを飛び出して、美しい瀬戸内海を眺めながらみんなで外で食べるお弁当はとても美味しかった」と、大好評でした。

# 介助時の腰痛予防

ご家族で介護されている中で経験された方もおられると思いますが、ベッド上でのおむつ交換の時に腰の痛みを感じられたことはないでしょうか。当施設での介護時の腰痛予防対策をご紹介しますとおもいます。

### ①ベッドの高さを上げる

自分の腰の位置までベッドの高さを調整し介助の体勢を整える。



### ②スライディングシートを入れる

介護者を、優しく押しシートを体の下に敷き込み次に自分の方へ介護者を向けて体の下からシートを引っ張りだす。



### ③利用者様の体を上方移動

介護者を抱えて上方へ移動させる。この時シートは外しておむつ交換するとよい。



吉祥では、おむつ交換時にはベッドの高さを上げて(腰の返り)介助をしています。これは、職員の腰痛予防対策となるだけでなく、ご利用者様を安全に介助することにも役立っています。

また、ベッド上で寝ておられる利用者様の体を上方移動する際には、スライディングシートを使用しています。ご家庭でも45ℓ程度のゴミ袋で代用できますのでぜひお試しください。

(特定介護職員:平井 洋志)