

# 月刊 やまき物語

vol 150  
 2012.6月

## 7月9日(月)

PM6じ やまき苑1F

大震災のこと、脱原発のこと、介護のこと

### 三好春樹 講演会に 来て下さい!

経済より命、原発より介護  
 「産業が強いから原発は必要」、よく言う  
 よ。介護をせればいい。安心電力の女に命  
 と自然を貰うんじやない、若子んじやない。  
 3、11以降、私は何を讀んで来たか、介護の  
 意味はどう変わったかを語りた」と思ひます  
 三好春樹



やまき介護すてーしょん  
 デイサービス & GH華 & 居宅

**5月事故報告**  
 H24.4.21  
 ~5.20までに  
 大阪市へ届けた  
 件数 0件

**GH母の日企画**  
 世界の花と緑  
 咲くやこの花館



**6月スケジュール**

父の日企画 (GH)  
 日程未定  
 音楽レク  
 紙芝居(デイ)  
 おやつレク  
 イベント  
 盛りだくさん

5/10(木)・5/18(金)・5/24(木)  
 鶴見緑地へお出かけしました。  
 世界中のキレイな花をいっぱい見て、おいしいものをいっぱい食べてリフレッシュ★

こいのぼりを紙コップと折り紙で作りました。



**母の日企画** in住之江水道局バラ園  
 5/10(木)・5/14(月)  
 色とりどりのバラと利用者様の笑顔が満開に咲いていました。

### GHの手作り料理

#### すふた

グループホーム華では、ごはんを調理する時は利用者様と一緒に楽しくお料理を作っていますよ!  
 今回は酢豚です♥

#### デイ一押しメニュー

天下茶屋麵をつかったきつねうどん

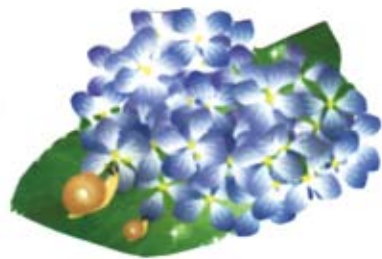


#### 5月の誕生日の皆さま



齋藤 タケ 様  
 藤々木 まり糸 様  
 中木 和江 様





# はるか青雲だより



歩く・見る  
考える

## フィールドワーク「高野山とハンセン病問題」に参加してきました。



やまきグループから  
9名が参加



一か所に集めて放置され  
ていたハンセン病者の墓



長島愛生園大師講供養塔



なにを見ているのやら...



高野山大門

## デイケア

先生をお招きし  
てお化粧レクを  
しました♡



♡綺麗な笑顔が素敵です♡



## 有料老人ホーム

第1回家族会を開催しまし  
た。イラストは星川様のお  
孫さまが描かれました。



←左 端午の節句にお好み  
焼きパーティをしました。  
⇒右 中庭にトマトを植えま  
した。皆様楽しみにされてい  
ます。



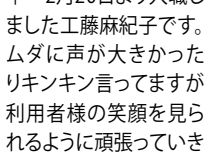
↓ 3月1日より入職し  
ました岸本洋介です。  
皆さんの笑顔を糧に頑  
張ります。よろしくお願  
いします。  
(介護士2F)



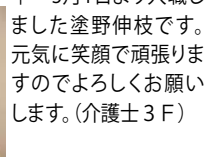
↓ 3月12日に入職し  
ました宮地真弓です。  
皆さんが笑顔になるよ  
う頑張りますのでよろし  
くお願いします。  
(介護士3F)



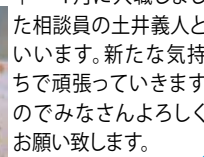
毎週木曜日はりハビリの先生による棒体操です!!



↑ 2月20日より入職し  
ました工藤麻紀子です。  
ムダに声が大きかった  
りキンキン言ってますが  
利用者様の笑顔を見ら  
れるように頑張ってい  
きます。(介護士2F)



↑ 3月1日より入職し  
ました塗野伸枝です。  
元気に笑顔で頑張ら  
ますのでよろしくお願  
いします。(介護士3F)



↑ 4月に入職しまし  
た相談員の土井義人  
といます。新たな気持  
ちで頑張っていきます  
のでみなさんよろしく  
お願い致します。

## 2012年 2月の 事故報告

4/21~5/20 までに  
大阪市へ届けた  
件数0件



## 老健



老健2F・3F 母の日の会を行いました。



ご家族様来苑され利用者の皆さん喜んでおられ  
ました。昔懐かし母の日の思い出を語っていただ  
き、楽しいひとときでした。ありがとうございました。



スタッフより  
手作りプレゼント  
愛をこめて

## ★6月のスケジュール★

- 17日父の日、誕生日会
- 20日音楽レク
- 24日おやつレク

はるか

## ♡5月のお誕生日♡

デイケア



伊吹 岳一様



松本 光夫様



帯谷 喜久子様

有料老人ホーム



中川 喜久子様

老健2F



桑村 千代子様



堀 博之様



田村 實様

老健3F

♡おめでとうございます♡





### 武富潤子さんとの再会

昨年に引き続き、GW期間中に千葉県舟橋から玉出に戻ってこれやまき苑にてショートステイ利用されました。少しふっくらされて、ADLにも改善が見られ、お元気そのもの。今年もご友人が毎日訪れて笑顔満開でした。今後も在宅生活の大きな楽しみになればいいですね!またお待ちしております。

## やまき介護事業部 アウトドアクラブ 100kウォーク 5月12日(土)



神戸は舞子から京都嵐山まで、8名参加(全体で138名) 私たちは尼崎まで42キロを歩きました。

# 元祖 やまき だより

## 子どもの日 5月5日(土)



皆さんが協力して作って下さった「鯉のぼり」をフロアに飾り「子どもの日」を過ごして頂きました。皆さんで作りに上げた良い時間となりました。



## ☆肩こりについて☆

《肩こり》とは、首や肩に起こる不快感や強張り、痛みなどの総称です。多くの肩こりは首から肩甲骨にかけて筋肉の緊張から生じます。ただし、肩こりの中には臓器の病気が原因で起っているものや五十肩の可能性もあります。医療機関を受診して原因を確認することが重要です。

### ●肩こり解消のポイント●

肩こりを解消するためには、首や肩の筋肉にかかる負担をできるだけ軽くすること、つまり筋肉を《サボらせる》ことがポイントです。長時間同じ姿勢が続くときは、1時間に1回、首や肩を動かして筋肉をサボらせましょう。

①～③を行うとともに、良い姿勢を保つことも大切です。椅子に座るときは、深く腰をかけ、背筋を伸ばして、顎を引いた姿勢を保つように心がけましょう。



①ストレッチ体操  
⇒頭を横に傾けて  
3～10秒間静止

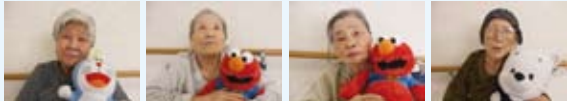


②リラックス体操  
⇒頭を横に傾けて、  
下げた方の肩を回す

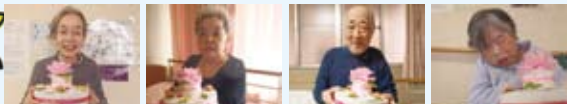


③筋肉強化体操  
⇒手と頭を押し合うようにして5～10秒間静止する。  
(前後左右それぞれ)

# Happy Birthday



岡 妙子様 児玉 カズミ様 池内 敏子様 藤崎 千代子様



茅岡 暁子様 乾 俊子様 宮内 正純様 三野 容子様



湯浅 文子様 千葉 浩二様 勢井 フサエ様 中島 敏子様 川端 みよ子様



合田 善章様 繁田 忠彦様 三上 房人様 山田 艶子様 鈴木 博様

## 6月のすけじゅ～る

- |                 |                   |
|-----------------|-------------------|
| 6日(水) 音楽療法      | 19日(火) 車いすダンス     |
| 11日(月) 三味線・民謡   | 23日(土) 書道教室       |
| 13日(水) カラオケ大会   | 25日(月) いきいき歌体操    |
| 15日(金) いきいき歌体操  | 28日(木) きれい館美容サービス |
| 16日(土) 民謡ボランティア | 29日(金) 音楽療法       |
| 17日(日) お誕生日会    |                   |

(判定会議は6・13・20・27)



やまき苑

## 2012年5月の事故報告 4/21～5/20

1件でした (左手関節橈骨骨折)  
やまき苑の大阪市への事故報告の基準は、  
通院・入院を要したものとしております。

やまき苑  
安全対策  
委員会

6月

# あべのスクエア



冷たいものが  
おいしい〜

行ってきました



暑いから  
かき氷  
うれしいね。

## どっぷり昭和町

2012年4月29日

地下鉄「昭和町駅」界隈を中心に、毎年4月29日「昭和の日」に開催されているお祭りです。「昭和の日」に「昭和町」にある「昭和の建物」で「昭和」を味わう…をコンセプトに2006年にスタートしました。今年で7回目になります。当日は天候もよく、参加された利用者様は楽しまれたようでした。



職員と一緒に  
次はどこに  
行こうかな…



ミニコンサート  
開催中

こちらはくじ引き  
何を引いたのか  
気になります…



## 6月のスケジュール

- 3日(日) 3A母の日・父の日レク
- 6日(水) 4F母の日・父の日レク  
ハーモニカ(2F)
- 10日(日) 2, 3Fお誕生日会
- 11日(月) 紙芝居(4F)
- 12日(火) 音楽療法(5F)
- 14日(木) うたごえクラブ
- 16日(土) 3C父の日レク
- 19日(火) ハーモニカ(デイ)
- 21日(木) 音楽療法(デイ)
- 22日(金) 紙芝居(デイ)
- 24日(日) 4, 5Fお誕生日会
- 28日(木) うたごえクラブ

あべの苑

## 5月の誕生日おめでとうございます



吉野 律子 様



蔭山 ミエ子 様



和田 かず子 様



藤井 貞子 様



村田 浩 様



今戸 助義 様



## 5月の事故報告

4/21~5/20

0件でした。

あべの苑安全対策委員会

## ◆◆編集後記◆◆

髪洗うたび流されていく純情  
対馬康子さんの句です。女性は頻繁に髪を洗いますので夏の季語になっています。純情は流されても分別が育ちますように。