

第 75 号 秋号 発行月：令和 4 年 10 月

和らっはっ

四天王寺和らぎ苑 季刊誌

も く じ

🌰 取り組み NOW ～ 午後のレクリエーションの取り組み ～

🌰 掲示板ブログはじめました！

🌰 和敬の集い ご報告

🌰 栄養ミニミニ便り

取組 NOW!

当苑にて現在進行形で実施している様々な取り組みについてご紹介します。今回はレクリエーションについてです。ご利用者が日々楽しまれている遊びや体験、レクリエーションを継続して行う上での工夫や仕組みを聞いてきました。

～午後のレクリエーションの取り組み～

午後のレクリエーションを実施するに至った経緯を教えてください

長年日中活動においては、医療的ケアの有無や多様な障がい特性により、全てのご利用者に十分な活動の提供ができていないという状況がありました。「毎日活動が行えていない」「内容がご利用者の個別性に合っていない」という意見も多く挙がっていました。そこで、活動がスムーズにできるようなシステムを構築し、ご利用者と過ごす時間を増やし、コミュニケーションへとつなげるために活動の充実を目指しました。



医療的ケアが必要なご利用者へのレクリエーションの内容で工夫をされているところを教えてください。

医療度を理由に活動の機会が損なわれることを避けるため、どのような方法なら活動に参加していただけるのかを検討しました。医師や看護師の協力を得ながら、入浴・処置・リハビリ・移動支援といった個別の予定を調整した上で活動時間の確保を行いました。生活上の様々な制約（＝障がい）を当たり前のこととせず、どのようにすれば障がい乗り越えられるかを考えることが大切だと感じています。

具体的にどのようなレクリエーションを提供されていますか？

春には散歩をして苑の外にでかけお花見をしました。夏にはベランダで水遊びをして涼みました。また、毎月1回実施しているサロンではエアーマットに空気を入れて飛んだり跳ねたりして楽しむエアポリンや、ネットスーパーでおやつやジュースを自分で選んでいただくお買い物、看護師と療法士と連携してジュースやお菓子を飲んだり食べたりしています。その他ハンモックや製作活動など様々なレクリエーションを行っています。



どのような職員がレクリエーションに関わっていますか？

これまでは支援員のみで活動していましたが、現在は療法士と協働で活動を行っています。

療法士の介入により、ご利用者との1対1の関わりができるようになりました。その中で専門的かつ個性（能力・反応）を重視した活動の展開が期待でき、多数の視点からご利用者の新たな楽しみ、よろこびを探ることを目的としています。また、前述の通り、医療度の高いご利用者の活動参加のためには、医師や看護師の協力も不可欠なものとなります。

レクリエーションを継続して行う上での難しさなどありましたら教えてください。

一日のスケジュールの中では、どうしても排泄介助や更衣介助、水分補給介助が優先されるため、活動を行う職員をしばしば確保できませんでした。そこで、これまでに確立されたご利用者の活動の機会を損なうことなくより充実させるため、勤務体制の大幅な見直しを行いました。現在は支援員2名を活動に配置することができており、感染対応時等を除き、毎日継続して活動を行うことができています。



職員の皆さん、ご回答いただきありがとうございました。これからも和らぎ苑はご利用者が楽しめるもの、笑顔になれるレクリエーションを提供し続けていきたいと思っています。これからも和らぎ苑が「NOW！」で取り組んでいることをご紹介します。

掲示板ブログはじめました！

当苑では様々な情報をホワイトボードに掲示し、情報をお伝えしています。公式ホームページでも定期的に掲載されている活動状況、ブログを苑内でも始めてみました。名付けて「ココだけブログ」！通称“ココブロ”は四天王寺和らぎ苑ホームページの活動状況に掲載されているブログを転載という形で文章、写真を掲示しています。月に2～3回更新しています。ココブロでは、その時の活動の様子をおさめた写真そのものを使用することで、ご利用者の表情や様子がより伝わりやすい、ココだけにしかない内容になっていますので是非足を止めてご覧ください。公式ホームページのブログ「四天王寺和らぎ苑活動状況」もよろしくお願いします。



和敬の集い ご報告

令和4年度の和敬の集いが、9月24日に開催されました。今年は、感染状況を踏まえ2階3階別々での実施になりました。60歳を迎えられる方が新たに2名、総勢14名の方がご参加くださいました。

式典では、施設長の挨拶より、ご利用者のお生まれになった年の出来事など話され、それぞれの時代を過ごされてきたことを思うと、とても感慨深いものがありました。

次年度は、今年度よりも感染対策による制限がなく、ご家族も含め全員でお祝いできますように、職員一同心より祈念しております。



栄養 音楽 便利

管理栄養士より秋の味覚についてのご紹介です♪

- **サンマ**  10月下旬には脂ののったおいしいサンマが出回ります。サンマの脂にはコレステロールを減らし、動脈硬化や心筋梗塞、高血圧などに予防効果のある「DHA」や「EPA」といった不飽和脂肪酸がたっぷりと含まれています。
- **きのこ**  日本には約5千種類のきのこが生息し、その内約120種が食用です。きのこに豊富に含まれる食物繊維は、コレステロール値を下げ、生活習慣病やガンの予防にも効果的とされています。
- **根菜類**  さつまいも、じゃがいも、さといも、長いも、にんじん、ごぼう、れんこんなど、主に根を食用とする野菜のことで、いずれも秋から冬にかけて旬を迎えます。根菜は土の中の養分を吸収・貯蔵している根の部分を食べるため特に栄養素が豊富です。

発行者：四天王寺和らぎ苑広報委員会

ホームページ

四天王寺和らぎ苑

検索

〒584-0082 富田林市向陽台 1-3-21

Tel：0721-29-0836(代)

Fax：0721-29-3916