

今年1月から東雲の丘式生涯学習プラットフォーム「カルチャーレストラン」が正式オープンになりました!カルチャーレストランとは、自分でパソコンを操作し、様々な講座から楽しく学ぶことができ、パソコンを触ったことがない方でも一から学ぶ事ができる講座です。これからの時代、ITがますます重要(必修)になってくると思われます。この機会に是非学んでみてはいかがでしょうか?体験受講も出来ますので、お気軽にお問い合わせ下さい!!



【営業時間】10:00~19:00(定休日なし)  
【場 所】2階カフェパルミラ内  
【講座内容】パソコン初級・中級講座、Word/Excel講座、iPad講座、情報モラル、脳トレくらぶ、脳トレ読書、デコクラフト、ペーパークラフト、水彩画、Word絵画、山の幸染め、ライフケアカラー、デジカメ・写真講座、アルバム作成講座、写真で綴る自分史講座、大人塾(英語・数学・理科・社会)、旅行会話(英語・中国語)、他30講座以上

## 東雲の丘 デイサービスセンター『パルテノン』



みんなで話して歌って、踊って笑いましょう!

笑っていますか?  
ひとりで家にこもっていませんか?  
体、動かしていますか?

車椅子に座ったままで出来る楽しい体操もありますよ。  
住み慣れた自宅でいつまでも暮らしたい。

そんな皆さまの思いを、東雲の丘は全力でサポートします。

健康チェック・食事・入浴・リハビリ・レクリエーション・季節ごとの楽しい行事を日帰り楽しんでいただけます。

のんびりゆったりできるふれあいを心がけています。

ショートステイ(短期入所)のご利用もお問い合わせ下さい。

【実施地域5市4町】那覇市・糸満市・豊見城市・浦添市・南城市・八重瀬町・南風原町・与那原町・西原町・他

## 東雲の丘 配食サービス事業所

高齢者福祉施設のこころ配りを念頭に、管理栄養士による管理された、安全で美味しい食事を朝食、昼食、夕食と毎食一年365日ご自宅へ配達致します。

- ・朝食・・・430円(7:15~8:30)
- ・昼食・・・550円(11:15~12:30)
- ・夕食・・・550円(16:15~17:45)

※ご希望に応じ病状に合わせた食事提供を行っています。

ごはん・・・おかゆ、アチピー、マンナンライス(コンニャク入り)、低タンパクごはん、ミキサー食など

おかず・・・常食・きざみ食・ミキサー食など ※主な治療食→糖尿病、腎臓病など

【サービス提供範囲】南城市・南風原町・与那原町・西原町・八重瀬町

※離れて暮らすご家族様にもご安心いただけますよう配達時に安否確認サービスを実施しております。

※南城市食の自立支援事業については、南城市からの助成があります。



## 高齢者に関する事は、何でもお気軽にご相談下さい!

- 特別養護老人ホーム 東雲の丘
- 東雲の丘 グループホーム
- 共用型認知症対応型通所事業
- 在宅型有料老人ホーム マチュピチュ
- 東雲の丘 デイサービスセンター
- 東雲の丘 ショートステイ
- 東雲の丘 配食サービス事業
- 居宅支援事業所 東雲の丘
- サービス付き高齢者住宅 ハナミズキ
- しののめ小規模多機能型居宅支援事業所
- 東雲の丘式生涯学習プラットフォーム カルチャーレストラン
- しののめ nursery school (I・II)

- 定員 100名完全個室型のユニットケアが特徴です。
- 定員 18名完全個室型の認知症ケアが特徴です。
- 定員 6名認知症対応の「通い中心」に在宅生活を支える事業です。
- 定員 20名自立から要介護者までどなたでも入居できる施設です。
- 通い中心に在宅生活を支える事業です。
- 年中無休で必要に応じて「泊り」が出来る事業です。
- 管理栄養士の献立のもと朝・昼・夕と毎食配達が出来ます。
- 介護保険に関することを利用者の立場でケアプランを作成します。
- 定員 18名 60歳以上の虚弱な方から利用出来ます。
- 定員 25名通いを中心に「泊り」や「訪問」のサービスが受けられます。
- パソコンを利用した高齢者向けの自立学習型生涯学習教室
- 小規模型事業所内保育園(19名)、企業主導型保育所(30名)

社会福祉法人 憲章会  
特別養護老人ホーム 東雲の丘

〒901-1203 沖縄県南城市大里字大城 1392 番地

http://www.kenshoukai.or.jp/ または”東雲の丘”で検索!

TEL:098-946-2051

# 第67号 しののめ ライフ 7月号

『しののめライフ』は社会福祉法人 憲章会の最新ニュースを毎月 10日に発行しております。

## 認知症になっても住み慣れた地域で 安心して暮らせるように!

東雲の丘では「認知症を理解し安心して暮らせる南城市を目指す」ために、沖縄県認知症指導者2名、認知症キャラバンメイト3名を養成し、私たちが出来ることは何かを地域の方々と共に勉強しています。

各地の公民館や地域の医療機関、企業、郵便局、老人クラブ等において、依頼があれば「認知症サポーター養成講座」を開催しています。認知症サポーターの出来ることは、

- \*「なにか」特別なことをやる人ではありません。
- \*認知症を理解した認知症の人への「応援者」です。
- \*認知症はだれでもなる可能性のある病気です。



「自分たちの問題である」という認識を持つことも大切です。加えて、日本の認知症対策の「国家戦略」のポイントとして、

- 現行の認知症施策推進5カ年計画に代わり新たに策定。
- 地域包括ケアシステムで、早期診察から医療、介護まで連携。
- 省庁を横断し、生活、就労、社会参加の支援、情報通信技術(ICT)の活用などを進める。
- 認知症の本人や家族の視点に立った施策を推進する。

また、平成29年6月15日現在警察庁の「平成28年における認知症の行方不明者1万5千人突破」の状況は、認知症(疑い含む)が原因で行方不明となって警察に届けられた人は1万5432人で過去最多。前年より9607人増えた(26.4%増)と発表されました。

この現状を鑑みて、東雲の丘では、認知症になっても「安心して暮らせる地域社会づくりを目指して」社会貢献したいと思っております。皆さまからの「認知症サポーター養成講座」受講依頼お待ちしております。

研修部長 上里絹代

## 7月の行事

- ★7/3 介護職員初任者研修
- ★7/20 納涼まつりリハーサル
- ★7/22 第37回 東雲の丘 納涼まつり
- ★7/29 地域会議、介護サポート部門会議、リーダー会議



**2017.6.15**  
雨続きで外遊びができないぶん、アクロポリスにて3クラス合同でミニミニスポーツ会です！網ネットくぐり、ジャンプ、平均台とサーキット型にして目一杯楽しく過ごしています(^.^)

## しののめナーサリースクール 3, 4, 5 才児 園児募集！ 平成 29 年 4 月 1 日～



**2017.6.10**  
しののめ nursery school 歯科検診実施！！  
やえせ歯科 山田院長の講話を1時間。其の後歯科検診の実施！歯磨きに関する悩み相談等事前のアンケートをもとに懇談しています。殆どの子供たちが歯磨きをきれいにされているとのことでお褒めの言葉をいただいています。食後の歯磨きの実施について、nursery school の保育士さん達素晴らしいと…(^.^)  
山田先生いつもありがとうございます。



**2017.6.16**  
今日の昼食は「梅雨」をテーマにカタツムリハンバーグとカエルバーガーにしました。子供たちもテンション上がって野菜までペロリと食べてくれました。調理師の智子先生いつも美味しいお食事ありがとうございます(^.^)



**2017.6.29**  
不審者侵入の危機管理訓練！



**2017.6.16・27**  
お誕生日会！



**2017.6.30**  
食に興味を持たせ、食物への感謝と”ねぎ”の生育過程を学ぶ。野菜嫌いがなくなるようにヒラヤーチーにします。



しののめナーサリースクールの楽しい毎日



## 入居者の日常生活をスナップ写真にまとめてみました♪

入居者の笑顔と職員の頑張りをご覧ください



2017.6.18 父の日セレモニー



**2017.6.1** ユニットケアホーム東雲の丘開所記念スポーツ大会！  
平成 17 年 6 月 1 日に建て替えユニット型施設始まりました！  
ゆったりと個別ケアが推進できる環境があり最高のケアを目指したいものです(^.^)



**2017.6.25**  
家族意見交換会行ないました。6 家族、14 名の家族の皆さんが出席されました。話し合いの後、恒例の沖縄そばを食べながら親睦を深めました。

お誕生日おめでとうございます♪



**2017.6.6**  
フィリピン共和国からの介護福祉候補者 チャーリさんが、5 年間東雲の丘で、介護職員としての職務を全うして本日、母国へ帰ります。



**2017.6.22**  
全国個室ユニット型施設推進協議会 沖縄県支部 沖縄県ネットワーク会開催！！

**2017.6.21**  
理事会開催



## 熱中症予防について学びましょう

### 高齢者の熱中症予防 チェックリスト

熱中症の予防法はできていますか？

- こまめに水分補給をしている
- エアコン・扇風機を上手に使用している
- シャワーやタオルで体を冷やしている
- 部屋の温度を測っている
- 暑い時は無理をしない
- 涼しい服装をしている
- 外出時には日傘、帽子
- 部屋の風通しを良くしている
- 緊急時・困った時の連絡先を確認している
- 涼しい場所・施設を利用する

### ～ 熱中症時の水分補給、塩分補給の方法とは～

熱中症が疑われるときの対処法として、こまめな水分補給が挙げられます。水分補給は大切なことですが、かえって症状を悪化させることもあるので注意が必要です。高温多湿の屋内外で 30 分を超える長時間の労働やスポーツなどにより汗を大量にかくと、体内の水分とともに塩分やミネラルも奪われてしまいます。そこに水分補給だけを行うと、体内における塩分やミネラルの割合が低くなり、様々な熱中症の症状が出現します。つまり、水分だけを補給することがかえって、熱中症の発症へとつながったり、悪化させたりすることもあります。熱中症が疑われるときは、ただ水分を補給するのではなく、塩分も一緒に補給することが重要です。さらに、長時間のスポーツなどで失われた糖分を補い、エネルギーを補給するために砂糖などを加えると、水分や塩分の吸収が良くなる上に、疲労回復にもつながるのでより効果的です。

適切な水分補給で熱中症を予防しましょう。

生活相談員 竹越久泰