

ふあみりいは5月で  
開設25周年を  
迎えました！



み



いか



な



つ



く



ひ  
や  
あ



く



第七十六号



これからも皆様と共に  
和顔愛語の心で  
歩みます♥



# リレーメッセージ

「月夜の明かりは、畠の草がよく見えるから草取りが夜遅くまでできる。」と喜び深夜まで草を取り続け、雨の日には、雨合羽を着て百姓をする。暑い夏の日には、服が汗でびっしょり濡れても、ひたすら畠を耕し続ける…。それが、私の見続けた母の姿です。

百姓が落ち着いた季節には、布や反物を買ってきて私達の服や着物を縫ってくれ、高校の寮に入る時には敷布団と掛布団を手作りして持たせてくれた母。家の中でも外でも、働いている姿が思い出されます。

母が楽しみにしていたのは、軽く化粧をし、よそ行きの服を着て、町内参加の旅行に出かける時でした。そんな母が突如 60 歳を目前にした年に海外旅行に目覚めた時は、家族全員が驚きと、「どしたん！だいじょうぶう～？」という気持ちでした。

きっかけは、母の妹から「姉さん、ハワイの叔母さんの家に行ってみようよ！」という言葉から「それも、ええのぉ。行こうや。」と。

自分が海外旅行をするなんて…頭の隅でも考えたことがない母が軽く返事をしたことを受け、行動力ある母の妹は計画を立て、どんどん話を進めていき、二人であつという間にハワイ、マウイ島の叔母さんの家に辿り着き、楽しい 10 日間を過ごして帰ってきました。以来 10 年間は百姓が落ち着く 3 月になると、あちこちの国へ出掛けに行くようになりました。「海外旅行は荷物も多いし、移動も多く長いからしんどいじゃろ？」と聞くと、「3 月のツアーは、大学生や若い人が卒業旅行や記念旅行をするのと合同になるから、皆が私ら年配者を気遣って助けてくれるからとても楽で、楽しいばっかりよ。」と旅行を満喫して次の年も行きたくなる理由でした。

汗を流し日焼けして真っ黒になりながらも百姓を楽しむ。荷物が多くて、キツい日程の旅行でも楽しむ。どんな時間も楽しんでいる母は素晴らしいと思います。

丁度、コロナ禍の時期での入所で、思うような面会は出来ないけれど、たまに会えば「ここは楽しいよ。」「楽しい、楽しい。」と笑顔で言い、「じゃあね、バイバイ。」と面会を早く切り上げ自分の居場所に帰ろうとする母。どんな立場で、どこに居ても今の自分を楽しむ。認知症になってしまってそんな姿を見てくれる母の様に前向きな人生を私も送りたいと思います。

文章：奥野るり子様



写真： 奥野るり子様（福島幸子様 次女）

福島幸子様

福島芳幸様（福島幸子様 長男）

ふあみりいには、入所で15、デイケアで18の委員会・係りがあり、各職員が所属し活動しています。 今回はその中から2つを紹介します！

## 入所

### 排泄ケア・褥瘡対策委員会

看護師の井上と介護士の内海が担当をしています。

今年度より、褥瘡対策委員も兼務となりました。

排泄ケア委員会の活動としては、排泄環境の整理整頓、ご利用者それぞれに合った排泄方法の検討、排泄物品（オムツ・パット・リハビリパンツ等）や排泄用品（ポータブルトイレ・尿器等）の管理・確認を行っています。

例えば、尿量や回数の多いご利用者には、職員同士で話し合い、トイレ誘導やパッド交換の回数を増やしたり、排泄量に合った物品を使用したりして、気持ちよく衛生的に過ごして頂けるよう援助を行っています。

褥瘡対策委員会の活動としては、発生を予防すると共に、発生時にも適切なケアが行えるように、3ヶ月に1回褥瘡対策会議を開き、医師にも参加してもらって検討しています。

今後も、早期発見・早期治療で「褥瘡を作らない・褥瘡ゼロ」を目指して取り組んでいきたいと思っています。

より良いケアを目指してメーカーさんと話し合い



### 環境整備係り

2人で担当させて頂いています。

「いつも清潔・快適で優しい雰囲気作り」を目標に努めています。

時には利用者さんに意見を聴きながら、改善等があれば参考にさせて頂いていますが、とても貴重な意見があり助かっています。

ホール内の活動としましては、書類の整理、畳の上の布団やタオルケット・本棚・机の上の整理、足台（埃の除去）、汚物処理室の整理等です。

全体的に見ると行き届かない点が多く有ると思いますので、今後もお気付きの点がありましたら教えて頂ければと思います。

「今日も過ごしやすかった。」と思って頂けるよう、

これからも、より一層ふあみりいをキレイにして行こうと思っています。

長年関わらせて頂いている中、

環境整備にとても強い思いを感じて仕事をさせて頂いています。



明るい気分になるように  
カーテンの柄を選びました



# これって知っ得！

## 梅雨の健康対策

### ～梅雨から夏にかけて～

梅雨が明けて暑くなり始める6～7月、暑い夏を健康的に乗り切るため特に注意しておきたいポイントを解説。

今回は、それぞれの対策や予防について紹介します。

#### 汗による蒸れに注意！

湿度が高くなるこの時期は汗による蒸れも起りやすくなり肌がかぶれる原因となります。特におむつを利用している方や、寝たきりの方は汗によるかぶれの注意が必要です。

##### 対策としては

- ・おむつの交換をこまめに行い、清潔を保持する。
- ・皮膚摩擦を防ぎ床ずれを予防する。
- ・バランスのよい食事を心掛け、栄養を十分に摂る。



#### カビ・ダニによる感染症対策！

梅雨や台風の季節に多く繁殖するのがカビやダニ。

体力や免疫力が低下されている高齢者はこのカビやダニによる感染症で病気が発症するおそれもあります。

##### 予防としては

- ・部分的な箇所や全身の洗身。
- ・肌着や下着をこまめに交換し清潔に保ち、皮膚にうるおいを与える。
- ・除湿などを起こさない、室内の湿度を50%以下に保つ。



高齢の方は体調の変化に鈍感になるため、この時期はより一層周囲の方の注意が重要となります。

今では自宅にいながらでも熱中症になる恐れもあります。

少しでも具合が悪いと感じたら無理をせず、涼しい場所で十分な休養をとり、暑い季節を乗り切りましょう。

##### ＜編集後記＞

気が付けば あっという間に今年も

折り返し地点。

今年は寒暖差の大きい日が多い気がしますが、体調はいかがでしょうか？

コロナ禍で行動範囲の限られた生活が続いています。梅雨にもコロナにも

負けないよう笑顔で

元気に過ごしましょう。



##### ＜ゆっくらみなひやあ 第76号＞

題字：楠本 カヲル様

久しぶりに書いたので  
緊張しました。

発行：令和4年6月

発行者：〒720-2104

福山市神辺町道上中ノ町 2977-1

(TEL)084-960-0300

(FAX)084-960-0301

