

人生いろいろまだ途中

今回は8階の佐々木英美子様をご紹介します

8階に入居しておられる佐々木英美子様は、中学校の教師をしておられました。

県立女子大で中学校の教員免許を取得、安芸郡の府中中学校で図書室の本の整理のアルバイトをされていた時、知り合いの校長先生に「先生がおらんで困っとるけえあんた先生になれ。」と言われ、幟町中学校の国語教師になられました。そして24歳の時にはその校長先生の甥にあたる旦那様と結婚されました。余談ですが校長先生は、『原爆の子の像』をモチーフとした映画に出てくる先生のモデルになった方だそうです。その後、教育センターに勤務し、28歳頃より再び幟町中学校に勤務されました。当時、校舎の窓から物を投げる生徒がおり、首にタオルを巻いて腰にゴミ袋を提げて拾い集めるユニークな校長先生がおられたそうです。

庚午中学校でも国語教師として従事され、最後は己斐上中学校にお勤めになったそうです。

8階職員の山本は偶然にも庚午中学校卒業生ですが、残念ながら私の在学時には佐々木先生は既におられず、西広島あかり苑に入居後にお話しをさせていただいて庚午中の先生だった事がわかり、驚きました。



お誕生日おめでとうございます!

7/11 ~ 9/10



中原 道野様 87歳



畠山 玲子様 85歳



日高 房枝様 96歳



西村 ミエコ様 91歳



藤井 君江様 97歳



門脇 修様 85歳



鈴川 千鶴子様 86歳



海士 トミエ様 84歳



高木 篠子様 90歳

いつまでもお元気で
お過ごし下さい!!!

研修報告

人権擁護・高齢者虐待について

平成27年8月20日

人権侵害や虐待となるかもしれないグレーゾーンなどを例に人権・虐待について知識を深める。

感想

- ・介護をしていく上で常に「これって虐待？」と自問自答して行動していく事は大切。
- ・相手の気持ちを考えながら介護していきたい。
- ・実際にあかり苑の身体拘束手順に沿って説明してもらえたのでよく解った。

個人情報保護について

平成27年8月27日

個人情報の重要性・取り扱いについて学ぶ

感想

- ・普段何気なく入居者様のケアの事をスタッフ間で話しているが、場所や状況をよく考えて、個人情報が漏れないよう、気を付けていきたいと改めて思いました。
- ・氏名一つにしても配慮が必要だという事、シュレッダーが必要だという事、情報の持ち出しはしない。

口腔体操

口腔（嚥下）体操とは、食事を飲み込みやすく食べやすくする際に必要な、ほほ、舌、のど、あごなど口腔周辺の筋肉の体操です。また、顎（あご）関節と舌下にある唾液腺を刺激することで唾液の分泌をうながし「飲み込み」と「消化」の助けにも大いに効果があります。あかり苑では、朝、昼、夕の食前に各フロアそれぞれに工夫を凝らしながら口腔体操を行っています。今回は5階の口腔体操を紹介します。



まずは、姿勢を整え深呼吸！気持ちと筋肉をリラックスさせます。続いて肩の上げ下ろしから首の体操。嚥下に関係する筋肉が集中している首の筋肉をほぐす事で食べる準備を始めます。いよいよ、お口の周りです！

1) **頬の体操**：「あっぷっぷー」で頬を内側から膨らませる筋肉のトレーニングです。しっかり噛むために、また食べこぼし防止にも役立ちます。2) **舌の体操**：「あっかんべ〜」で舌を伸ばしてから、上、下、右、左としっかり動かします。咀嚼時、嚥下時の舌の動きを滑らかにしてくれます。3) **発音練習**：「パ」「タ」「カ」「ラ」と発音する事で、唇や舌を動かします。それぞれの発音、発語により唇、舌の動きを目的別にトレーニングします。4) **咳払い**：誤嚥した際に、しっかりむせて吐き出すためのトレーニングです。やりすぎてしまうと喉を痛める事もあるので、最後に「エヘン」と一度行って終了です！是非ご家庭でもお試しください。