



心

高幡会だより

こころ 37 2013.10



私達は、地域において必要とされる 病院・施設・事業所を目指します。



日本医療評価機構認定病院 大西病院 <http://www.onishi-hp.or.jp/>

大西病院創設65年



第19回 高幡会夏まつり



輪投げ! どんな景品が当たるかな?



第19回 高幡会夏まつりが8月3日、天候にも恵まれ、盛大に開催されました。当日は、夕方から猛暑も少しやわらぎ絶好の夏まつり日和となりました。今年は大西病院開設65年ということで大抽選会や記念のお菓子なども用意させていただき大いに盛り上がりました。

より皆様に楽しんでいただける様、職員一同工夫し大忙しでしたが、ご来場していただいた方々の笑顔や喜びに、元気をいただき、とても充実した時間となり、また来年も頑張ろうと気持ちも新たになりました。



涼しげでおいしそうです…

第19回 高幡会夏まつり

メニュー

| | |
|------------|------|
| おでん | 100円 |
| フランクフルト | 100円 |
| ちらし寿し | 100円 |
| フライドポテト | 100円 |
| 水ぼうかん | 100円 |
| そうめん | 100円 |
| やきそば | 200円 |
| 焼きそば 2本 | 100円 |
| いなり焼き | 200円 |
| かき氷 | 100円 |
| わたがし | 100円 |
| ポン菓子 | 100円 |
| ビール | 200円 |
| ノンアルコールビール | 300円 |



模擬店も大賑わい!



ひかり保育所の園児たちによる熱演!



大盛り上がりの大抽選会!

防火訓練

9月12日、防火訓練を実施しました。消防訓練として避難訓練を行い、消火器と消火栓を実際に使って放水を行いました。
高幡会では万が一に備え、常日頃から職員一人一人の防災の意識を高め人命を第一に考えた取り組みを行っております。



避難訓練終了後、四万十清流消防所より総評をいただきました。

おおむね、よくできているが、

『災害時には予測できないことが多々発生するので、日ごろから自分はどうすべきかを想定しておくことが大切である』

と指導を受けました。



敬老の日

9月16日 敬老の日、100歳の長寿のお祝いが行われました。
西病棟の下元繁視様（100歳）、介護老人保健施設あけぼのの林ミサヲ様（101歳）、
介護老人保健施設あけぼの通所リハビリテーションの西亀野様（白寿）、おめでと
うございました。これからもお体に気を付けて。



当日は高瀬四万十町長から
ねぎらいの言葉と記念品の
贈呈がありました。

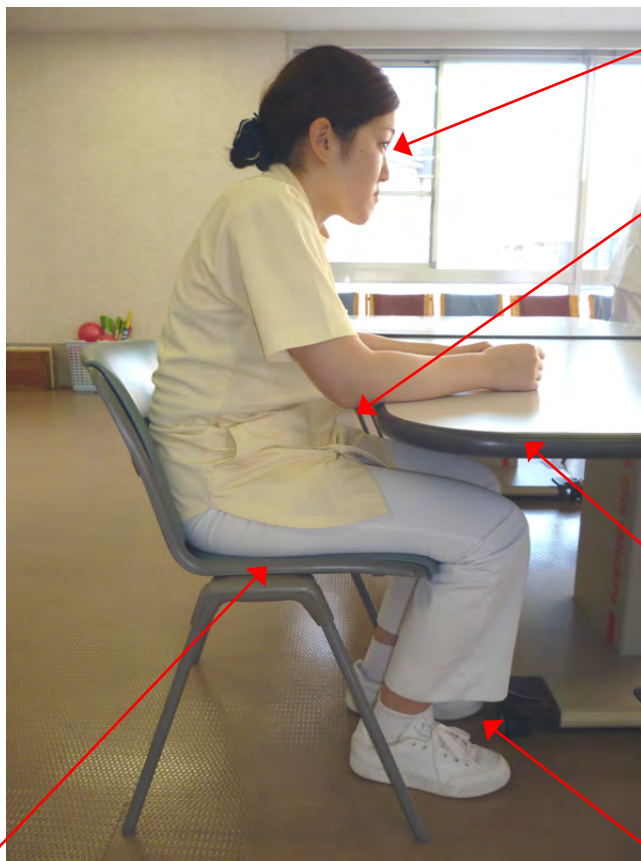


—いつまでも口から食べよう— シリーズ5

安全な食事はまず姿勢から！

食事をする時の姿勢が悪いと食べこぼしが多く、また誤嚥を起こしやすくなります。

正しい食事姿勢のポイントを下の写真に示しています。
ご自身でチェックし、参考にしてみてください



①少し前かがみになる

②体とテーブルの間に
握りこぶし一つぐらいの
すき間をあける

③テーブルの高さは、腕をのせて
肘が90度曲がるくらい

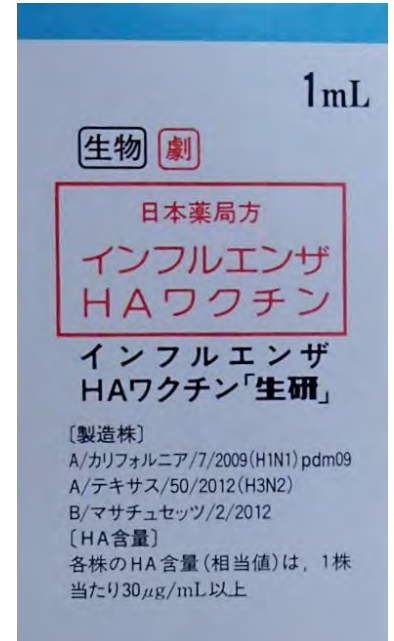
⑤椅子の高さは膝が90度に
曲がるくらい

④足は床にぴったりつける

正しい姿勢で安全においしく食事をとり、健康な生活を送りましょう。

インフルエンザの季節です。予防接種を受けましょう

インフルエンザの最も確実な予防は流行前にワクチン接種を受けることです。高齢者や特に心臓や肺に慢性の病気を持っている人、気管支ぜんそくを持つ子供などは、特に早めの対応が必要です。



日常生活での予防

日常生活ではまず、体調を整えて抵抗力をつけ、ウイルスに接触しないことが大切です。また、インフルエンザウイルスは湿度に非常に弱いので、室内を加湿器などで適度な湿度に保つことは有効な予防方法です。

- ① 栄養と休養を十分にとる
- ② 人ごみを避ける
- ③ 適度な温度、湿度を保つ
- ④ 外出後の手洗いとうがい
- ⑤ マスクの着用



インフルエンザは普通の風邪と違って怖い感染症です。特に高齢者にとっては命にかかわるとも言われています。まずは予防。そして、かかったかなと思ったらできるだけ早く、医師の診断を受けましょう。



行事食

♪ 敬老の日 ♪



敬老の日のお祝いとして、赤飯を提供しました。

もち米を用いず白米だけで作ったので、高齢者でも安全に食べられるよう仕上がっています。

さつまいもプリンは、さつまいもペーストとプリン液を混ぜて作りました。いつもとは一味違うデザートで、秋を感じていただけたのではないのでしょうか。

赤飯 魚の塩焼き 冬瓜の含め煮
お浸し すまし汁 さつまいもプリン



♪ 十五夜 ♪



さつまいもご飯の黄色、丸くかたどった海老しんじょう、うさぎりんごで、十五夜の満月をイメージした献立に仕上げました。

また、肌寒い季節を迎えたので、けんちん汁など体を温める献立も今後提供していきます。



さつまいもご飯 揚げ物盛り合わせ
酢の物 けんちん汁 うさぎりんご



環境整備に努めています

高幡会では、利用者様に心やすらぐ環境をと心がけています。
そのひとつの取り組みとして、施設内の花壇の整備を季節ごとに行っています。
9月は、イエローパレットの花を植えました。



中庭も秋に衣替えしました。



※お知らせ

大西病院、介護老人保健施設あけぼの内のエアコンが変わりました。
8月下旬から10月上旬にかけて、施設内のエアコンをすべて最新型の省エネタイプのものに入れ替えました。従来のもものより3割以上電気が節約できます。
より細やかな温度設定や調節ができるようになり、患者様・利用者様に心地よく過ごしていただけるようになるかと思えます。

工事期間中は利用者様には、ご迷惑をおかけしました。
ご協力いただき、ありがとうございました。



皆様からの「投稿」をお待ちしております。
病院へのご意見・ご質問、広報誌へのご感想
ご意見などをお寄せください。

〒786-0007
高知県高岡郡四万十町古市町6番12号
TEL.0880-22-1191 / FAX 0880-22-1250
✉ [e-mail: info@oonishi-hp.or.jp](mailto:info@oonishi-hp.or.jp)