

こんぴらだより



vol.63 2024

グループホーム こんぴら

行事報告

サンライズ こんぴら

行事報告

利口げな話

特集：「へえ〜っ、そうなんだ!?
〜昔の人はすごい!!〜」 第57回

編集後記

関連機関



特集

へえ〜っ、そうなんだ!?
〜昔の人はすごい!!〜

第57回



！ 掃除機はゆっくりと力を込めずにかける

掃除機は、素早くかけるとほこりが吸い取られる間もなく掃除機が通り過ぎてしまうので、ゴミが再び落ちてしまいます。一度にかけるストロークも、長すぎるとノズルが先で浮き上がって、ほこりの取り残しの原因になります。30cmくらいの範囲で動かすのが適当です。また、押しつけるように力を入れてかけたからといって吸引力が増すわけではなく、かえって吸引力が落ちる場合も。力を込めなくてもほこりはしっかりとれるので大丈夫です。



*昔から、「おばあちゃんの知恵」といわれているものは、長年の経験に基づいた先人たちの知恵の凝縮です。わたしたちも入居者の皆様から、たくさんの「へえ〜っ、そうなんだ!? 知らなかった〜! 昔の人はすごいなあ〜」と、実感できるアイデアを日々、教わっています。

(参考文献:宝島社 おばあちゃんの知恵袋 決定版 生活のコツ700 編集/佐藤倫子)

編集後記

サンライズこんぴらが、森内科・グループホームこんぴらの4階に移転してから3ヶ月が経ちました。最初は慣れない環境に戸惑いもありましたが、ようやく落ち着いてきたように思います。今後は、両事業所が連携をとり、楽しい行事等を考えていきたいと思えます。

グループホームこんぴら・サンライズこんぴら広報誌「こんぴらだより」第63号
発行元：グループホーム こんぴら・サンライズ こんぴら 編集者：こんぴらだより発行部
住所：〒766-0002 仲多度郡琴平町167 TEL:0877-73-0811 FAX:0877-73-0812
ホームページ <http://www.eisei-hp.or.jp/> (永生病院のホームページよりお進みください)
eメールでのお問い合わせは keiryokai@eisei-hp.or.jp
発行年月日：令和6年4月15日



支援医療機関 介護保険事業所

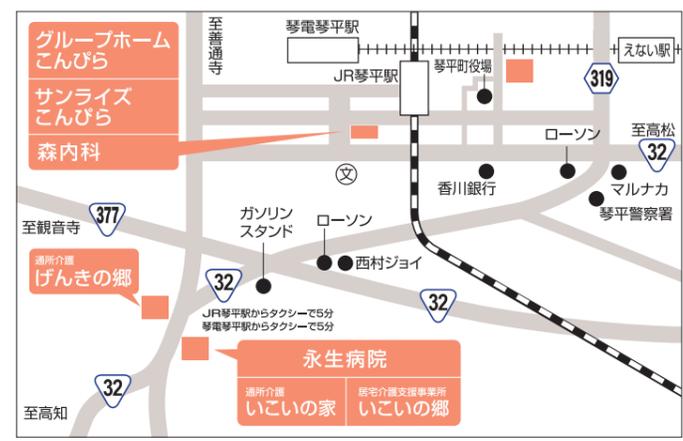


永生病院
〒769-0311
仲多度郡まんのう町買田221-3
Tel 0877-73-3300



森内科 (グループホームこんぴら 建物の1階)
〒766-0002 仲多度郡琴平町167
Tel 0877-73-4188
グループホームこんぴら
Tel 0877-73-0811
サンライズこんぴら
(小規模多機能型居宅介護)
Tel 0877-58-8600

- **いこいの郷** (居宅介護支援事業所) Tel 0877-73-3655
- **いこいの家** (通所介護) Tel 0877-73-3718
- **げんきの郷** (通所介護) 〒769-0311 仲多度郡まんのう町買田102-1 Tel 0877-58-8811



グループホームこんぴら Group Home Konpira

●基本理念

家庭的温かさ・個人の尊厳を大切に、豊かな生きがいのある共同生活が送られるよう、家族の一員としての介護支援を行います

●基本方針

- 1.家庭的で安全な療養環境を提供します
- 2.24時間家族の一員がそばにいる安心感がもてるよう介護支援を行います
- 3.自分らしさを尊重した生活が送られるよう入居者の健康増進を図り個性のある介護支援を行います

～10月 遠足～

「善通寺五岳の里」市民集いの丘公園へ遠足に出かけました。天候にも恵まれ、澄んだ空気の中で秋の気配を感じながら、嬉しそうな笑顔がとても印象的でした。



～11月 文化祭と交流会～

ACTことひらに生花の展示を見に行きました。たくさんの力作に見入っていました。交流会では、以前フラダンスを習っていた入居者が先生となり、みんなで一緒に瀬戸の花嫁を踊りました。



～12月 クリスマス会～

クリスマスソングが流れる中、全員がサンタの衣装を着ると、ゲームがいつも以上に盛り上がりました。



～1月 初詣～

琴平町の六条神社へお参りに行きました。今年は暖かいお正月となり、絶好の初詣日和でした。「今年1年が良い年となりますように」と、お参りされていました。



～2月 節分～

青鬼となった職員に、丸めた新聞紙を投げて豆まきをしました。また、玉入れでは赤鬼の口の中に一生懸命玉を投げてゲームを楽しみました。



～3月 ひな祭り～

ひな壇の前で「明かりをつかましょぼんぼりに～」と歌ったり、甘酒とひなあられを食べたり童心に帰って過ごしました。



サンライズこんぴら Sunrise Konpira

●基本理念

住み慣れた地域の中で、その人らしく暮らし続けられるよう、在宅生活の支援を行います

●基本方針

- 1.通い泊まり訪問のサービスを、随時組み合わせた介護支援を行います
- 2.地域の中での関係を大切に継続するとともに、個性を尊重した支援を行います
- 3.365日24時間切れ目のない安心した在宅生活が送れるような支援を目指します

10月



3年ぶりのちょうさ祭り！太鼓の音が聞こえるとワクワクしますね♪

11月



紅葉がとてもきれいで思わず見惚れてしまいました！

12月



サンタさんが来てくれました。クリスマスプレゼントをもらって嬉しそう(*^-^*)

1月



今年は「辰年」という事で辰の置物を作りました。表情が違って素敵です！

2月



ACT琴平の「ひなまつり展」は、様々なひな人形があり、どれも素敵でした。

3月



天気も良く、お花見日和♪満開の桜が見られて良かったです(*^-^*)

名所めぐり ～まんのう町 満濃池～

満濃池は日本最大級の農業用ため池です。満濃池の貯水量は、1540万㎡。周囲は約20km、水深約22m、灌漑(かんがい)面積3000haになります。今から1200年前に弘法大師空海が考案したそうで、2016年に「世界灌漑施設遺産」に四国で初めて選出されました。「ゆる抜き」は、江戸時代以前から行われている行事で、讃岐平野の本格的な田植えシーズンの到来を告げるイベントとして、毎年6月中旬に行われています。



利口げな話

第36回

～高齢者の転倒事故～

高齢者にとって、転倒・転落は骨折や頭部外傷等の大けがにつながりやすく、それが原因で介護が必要な状態になることもあります。高齢者の転倒事故の多くは、自宅で発生しています。

居間

- 1 コードの配線は歩く動線を避ける。壁をはわせるか、部屋の奥にまとめる
- 2 引っ掛かりやすいカーペットやこたつ布団は使用しない。めくれやすいカーペットの下には滑り止めを敷く
- 3 床に物を置かない
- 4 1～2cmの段差はつまずきやすいので、スロープをつけるか、手すりをつける



玄関

- 1 手すりをつける
- 2 玄関マットの下には滑り止めを敷く
- 3 靴の着脱のために椅子を置く
- 4 上がりかまちが高い場合は踏み台を置く



浴室

- 1 椅子に座って着替える
- 2 入口の段差が高い場合は、すのこやスロープで段差を小さくする
- 3 すべりにくい床材にするか、すべり止めマットを敷く
- 4 手すりをつける



こうした実態を知り、身近な場所に転倒リスクがあると意識する事が大切です。高齢者の生活環境を確認し、万が一、転倒しても大けがに至らない工夫をしていきましょう。(参考HP: <https://www.gov-online.go.jp/useful/article/202106/2.html>)