

Oasis
おあしすvol.
35夏号
令和5年8月

- 藤崎苑
通所リハビリテーションへ
行こう!
- 入社式
- 新人紹介
- レシピ「牛乳寒天ゼリーとキウイジャム」



医療法人社団良友会

RYOYUKAI

<https://www.ryoyukai.or.jp/>

ホームページ



Instagram



Facebook



「読書感想文」

医療法人社団良友会
理事長 中島 唯夫

今年も猛暑で、1日乗り切るのがやっとな今日この頃です。夏の思い出といえば夏休みですが、楽しい思い出ばかりではありません。夏休みの宿題が大変だった人も多いことでしょう。特に苦手なことは人によって違いますが、夏休みの絵日記、自由工作、自由研究、そして読書感想文が挙がるのではないかと思います。

私は小学生の頃、読書感想文がとにかく書けませんでした。「とても面白かった。以上、終了。」本当にその程度しか書けませんでした。国語の時間に先生に添削してもらおうと、先生は「どこが面白かったの」と先ず聞きました。「20ページ目の3行目のところ」と答えると、「それから」と尋ねられたように思います。その授業の後から、読書感想文が本文の切り抜きと感想の繰り返しをするようになりました。しかし、いま考えると国語の先生に当時間かれたのは「どこが」と「どのように」だったのではないかと思います。しかし、当時の私は「どこ」しか理解することができなかつたのです。どのようにと言われても「面白かった」をどう変化させたら良いのかわかりません。本来、国語の先生の仕事は、例えば示しながらある程度誘導すべきだったと思います。現に、私は患者さんの病状を聞き出すのに、頭痛と言われたら「ズズズキする痛み」「頭にはちまきをカ一杯締めたような」とか、何かしら症状が捉えられるように、イメージを膨らませながら聞きます。だから、国語の先生も「面白かった」

に対して、「どう面白かったのか」を先生のイメージにある表現を例に出しながら、「腹を抱えるくらいおかしくて、面白く感じた」とか、「つらい中で、耐え忍んだ結果、勝利をつかんだことに感動して面白かった」とか、いろいろな面白さの表現を教えないといけなかつたのではないのでしょうか。それは親も同罪です。子どもに物語を読み聞かせをしたり、一緒にテレビを見たりしたときに、子どもにどう感じたのか。その感覚について話をしてあげることで子どもの感覚と言語が接続されるため言葉の表現力が発達すると思います。

最近ではネット小説など、いろいろな人が次々と自分の作品を簡単に発表できる場が増え、そこからプロデビューする人もたくさん居られ文章力に優れた人が多数出ている一方、SNSなど140文字程度の制限された中でしか言葉のやりとりをしない、コミュニケーションの下手ないわゆる「コミュ障」の人も増えています。やはり自分の思いを言語にして相手に伝える訓練が必要です。人前で話をするのは恥ずかしいですが、読書感想文はその練習方法の一つだと思います。「よく書けています」とか「いい感想です」とか算数のように正解を求めるものではなく、密かで良いので思いを言葉にする練習をしてみてもはいかがでしょうか。





藤崎苑通所リハビリ

藤崎苑
通所リハビリテーションって
どんなところ？

リハビリ+楽しみ・満足感を提供します

日常生活を送る上で困っていることはありませんか？
藤崎苑では作業療法士だけでなく様々な専門スタッフがサポートし、あなたの「困った」にお応えします。皆様が元気に楽しく快適に生活できるよう、リハビリプログラムを計画します。

ときには専門家として、
ときには家族のように優しく寄り添います



集団が苦手な方でも
大丈夫！自分のペースで
トレーニング！



家族以外の方との
コミュニケーションも
生まれます



リハビリプログラム 一例



階段昇降

— 効果 —
下肢筋力の維持・
強化など



関節可動域訓練

— 効果 —
関節のこわばり予防、
血流促進など



フーリー(滑車運動)

— 効果 —
座位姿勢の矯正、
立位姿勢の改善など



エルゴメーター

— 効果 —
下肢の循環、病気に
かかりにくくするなど

利用パターンは3パターンで、自分に合った使い方ができます。

日によって利用時間を使い分けているご利用者様もいます。(例：月・水 ▶ 15:00帰り 金 ▶ 11:00帰り)

集中リハビリコース

9:30~11:00

午前中でリハビリだけしっかりして
帰りたの方にオススメ

内容

- 健康チェック
- 個別リハビリテーション
(運動療法、物理療法)

ベーシックコース

9:30~14:00

リハビリや入浴、食事を食べて
帰りたの方にオススメ

内容

- 入浴 ●昼食
- 集中リハビリコース + ●集団体操
- ティータイム

1日満足コース

9:30~15:00

午後からもしっかり
リハビリしたい方にオススメ

内容

- ベーシックコース + ●午後からの
リハビリテーション
- 個別活動

テーションへ行こう！

見学は
基本無料

昼食を
召し上がる場合は
500円



1日の流れ

- 9:30 ● 藤崎苑 到着
● 健康チェック
(血圧測定、体温測定)



送迎

車椅子の方でも
安心してご利用
いただけます。

- 10:00 ● 入浴・リハビリ

入浴リハビリ

「自宅で入浴できるよう
になりたい」という声にお応
えして、必要なりハビリを
提供します。

- 11:00 ● 集中リハビリコース送迎

- 11:40 ● 昼食前の口腔体操

- 12:00 ● 昼食



昼食

日替わりでおいしいごはん
を召し上がれます。

- 13:00 ● 集団体操



- 13:40 ● ティータイム

- 14:00 ● ベーシックコース送迎

- リハビリ・個別活動
(好きな作業など)



カルタ



園芸



誤嚥
防止

- 15:00 ● 1日満足コース送迎

認知症
予防



新聞ちぎり絵

リフレッシュ
効果

ストレス
軽減



カラオケ



藤崎苑に行くことが楽しみだと感じていただけるよう、常に工夫しています。基本的なりハビリの他、最近では買い物レクリエーションも開始し、大好評をいただいております。「〇〇がしたい」「〇〇ができるようになりたい」と思ったら、ぜひ一度見学にいらしてください。職員と一緒に「できたらいいな」を実現してみませんか？



藤崎苑通所リハビリテーションへ行こう!



買い物レクリエーション



今年の5月から毎月第3土曜日に買い物レクリエーションを開催しています。

買い物をして楽しみたい方や一人ではなかなか買い物に行けない方を中心におこなっています。月1回ではありますがご利用者様も職員も買い物を通してみんな笑顔になり、一緒に楽しい時間を過ごせていると感じます。



中には「4年振りに買い物に出かけた」と言われるご利用者様もいました。



初めは「少し買い物ができたらいいなあ」と控えめだったご利用者様も、いざ買い物に行くと時間いっぱいたくさん買い物をされていました。



買い物ツアー動画はこちら!



バランス会

年に2回、5月と12月に看護師や管理栄養士がご利用者様に夏冬の過ごし方、自宅で気を付けて欲しいこと等をお話させていただいています。

「ご利用者様の生活をもっと楽しく、もっと快適に!」をテーマに心も身体も健康に毎日を送っていただけるよう生活・栄養・身体・心の4つのバランスを守るお手伝いをさせていただきます。



いつでもお気軽にお問合せください!

お問合せ先

介護老人保健施設 藤崎苑
藤崎苑 通所リハビリテーション 担当:大村
〒702-8006 岡山市中区藤崎463 TEL 086-274-4121

2023年度
医療法人社団良友会 入社式



祝



良友会ではこの度、入社式が行われ5名の新入職員の方が入社しました。

皆さん、緊張しながらも挨拶や返事をきちとこなし、社会人として新たなスタートを切りました。

今後の良友会の未来を担っていく新入職員のこれからの成長に期待です！



小林 美穂
こばやし みほ

趣味：ジグソーパズル



介護の仕事は未経験ですが、精一杯頑張ります。少しでも早く仕事に慣れたいです。



安田 幸平
やすだ こうへい

趣味：旅行



先輩職員方と協力して、クライアントの思いに寄り添った支援を展開できるような人材を目指します。



石井 秀悟
いしい しゅうご

趣味：筋トレ

患者様を笑顔にできる作業療法士になる。



井堀 愛子
いほり あいこ

先輩たちに指導していただきながら、日々業務に励んでいます。患者様一人一人とのコミュニケーションを大切にしながら少しでも早く業務の自立を目指していきたいです。



川崎 奎一郎
かわさき けいいちろう

任せられた仕事は最後までやり遂げ、言われる前に自ら積極的に動くよう意識します。

Information

お問合せ

☎086-276-1103



中高生の不登校・引きこもり相談

ひとりで悩まずにまずは
お気軽にご相談ください。



募集

中途／院内SE・作業療法士・
理学療法士・介護職(パート可)・
看護師・准看護師・調理員・
精神保健福祉士
新卒／介護職・看護師

お問合せ ☎086-276-1101

担当 ひろせ・かとう

Instagram
@ryoyukai

詳しい内容はホームページをご覧ください。 <https://www.ryoyukai.or.jp/recruit>

栄養部
おすすめ



牛乳寒天ゼリーとキウイジャム



牛乳寒天ゼリー
(一人分の栄養価)
エネルギー：124kcal
たんぱく質：2.7g
カルシウム：89mg

〈牛乳寒天ゼリー〉

材料 4人分

粉末寒天…………… 4g みかん(缶詰)…………… 100g
牛乳…………… 300cc (シロップはきいておく)
水…………… 200cc キウイフルーツ…………… 1個
砂糖…………… 60g (うすく輪切りに切る)

作り方

- ① 鍋に水と粉末寒天を入れてかき混ぜ、火にかける。沸騰したら弱火にして1~2分ほどかき混ぜながら煮る。
- ② ①に砂糖を加えて溶かし、火を止める。(砂糖は粉末寒天が溶けてから加える)
- ③ ②に常温にもどした牛乳をゆっくり加え、よく混ぜる。
- ④ 容器にキウイフルーツとみかんをならべ、果物と③を交互に流し入れる。冷蔵庫で冷やして固める。



〈キウイジャム〉

材料 4人分

キウイフルーツ…………… 4個(正味300g)
砂糖…………… 150g(キウイフルーツ正味の50%)

作り方

- ① キウイフルーツの皮をむき1cm角のサイコロ状に切る。
- ② ①と砂糖を鍋に入れ、軽く混ぜ合わせて30分程度置いておく。(キウイフルーツから水分を出すため)
- ③ キウイフルーツから水分がでたら、焦げないように混ぜながら弱火で約15分加熱する。(時々、あくをとる)
- ④ 鍋底に水分が少し残っている状態で火を止め、煮沸消毒したビンへ移す。



ひとくち
メモ

●キウイフルーツ1個には、ビタミンC、食物繊維、カリウム、葉酸、鉄、銅などたくさんの栄養成分が含まれています。また、キウイフルーツにはグリーンキウイとゴールドキウイがありますが、特にビタミンCとビタミンEはゴールドキウイ、食物繊維はグリーンキウイにより多く含まれています。

医療法人社団良友会

理念

この組織は有機体システムである。
有機体システムとは多様な構成要素が、それぞれの個性を保持しながら、同一の目的に向かって機能し、行動する組織体のことである。

主文一 互いが互いの存在を自己に見出し、相互の一体性が、完全な価値の創造を可能とする

主文二 人間は出逢うものを通して、自己にとつての真の価値を知り、自己の中に主体的自立を確立する

主文三 統合の思想は、価値の転換を可能とする
価値創造のプロセスで、この知性を生かす

目的

医療法人社団良友会

一つ、私達は、今日より明日の未来に向かって、「顧客満足度」に努めることを誓います

一つ、私達は、今日より明日の未来に向かって、自己の価値観を厳しく検証し、「自己革新」に努めることを誓います

一つ、私達は、今日より明日の未来に向かって、有機体思想の下に、「人材育成」に努めることを誓います