

2013.10.15 第8号

西陣憩いの郷だより



蹴鞠・球技の神様を奉る
堀川今出川「白峯神宮」の『鞠庭』

〒602-8476 京都市上京区桐木町885-1
TEL 075(431)1513 FAX 075(431)1514

発行:社会福祉法人北野健寿会 特別養護老人ホーム西陣憩いの郷
発行責任者:吉村 康 (全室個室のユニットケア施設)

〈施設の運営理念〉人としての尊厳・自己決定を尊重し、安心安らぎの場を提供します。



「看取り」をどう考えるか

施設長 吉村 康

特別養護老人ホームなどで組織している、京都市老人福祉施設協議会の研修会が過日行われた。「看取り」を考える「死ぬのに医療はいらない」という少々刺激的なタイトルで、ある特養の診療所長中村仁一医師の講演があつた。

レジュメから内容の一部を紹介すると、「医療」「介護」が守るべき鉄則――
①死にゆく自然の課程を邪魔しない、
医師の講演があつた。

「死に時」が来たから食べないんだよ」とあり、食べなくなると「脳内モルヒネ」が分泌し、水を飲まなくなると「意識レベル」が低下し、体内に蓄積する「炭酸ガス」の麻酔作用によって「心地よいまま死に時」が来たから食べないんだよ」と思つてがんばつているが、ご本人に苦痛を与えることになつてはいいのか、と指摘された。介護職員は一所懸命食事の介助をさせてもらつてはいるが、そう言われば、反省すべき点もあるのではないか――講演を聞いた施設職員のおおかたの感想である。どうするのが一番ご本人のためになるのか――とてもむずかしい課題であるが、よく考えてみんなで取り組んでいきたい。

とあります。この世からあの世へと移行するのだという。いまの介護は、無理に食べてもらおうと思つてがんばつてはいけないが、ご本人に苦痛を与えることになつてはいいのか、と指摘された。介護職員は一所懸命食事の介助をさせてもらつてはいるが、そう言われば、反省すべき点もあるのではないか――講演を聞いた施設職員のおおかたの感想である。

「死に時」が来たから食べないんだよ」とあります。この世からあの世へと移行するのだという。いまの介護は、無理に食べてもらおうと思つてがんばつてはいけないが、ご本人に苦痛を与えることになつてはいいのか、と指摘された。介護職員は一所懸命食事の介助をさせてもらつてはいるが、そう言われば、反省すべき点もあるのではないか――講演を聞いた施設職員のおおかたの感想である。



施設長 吉村 康



行事食の紹介 一部

「外注菓子」
俵屋吉富の「清流めぐり」

「紙園祭膳」

- しらすと大葉のまぜごはん
- 鰯の二色揚げ
- 包み冬瓜みんじゅう
- はも胡
- 清まし汁 ●びわ缶

「大文字弁当」

- ちらしずし ●かに真薯
- 鯛と小芋の大文字焼き
- しめじのびんだ和え
- 揚げ丸茄子のえびそぼろ餡
- いんげんと湯葉の黒胡麻あえ
- 漬まし汁 ●マンゴー

「外注菓子」

俵屋吉富の栗入雲龍「翔龍」
お薄と一緒にいただきました。

「敬老の日 特別膳」

- 銀杏ごはん ●秋刀魚の幽庵き
- 海老のアーモンド揚げ
- 出し巻き卵 ●枝豆の寒天よせ
- 人参の梅煮
- 南瓜の鶏そぼろあん
- 菊菜の菊花和え ●清まし汁
- びわ缶

「夏祭り屋台メニュー」

- 手鞠すし ●焼きそば
- 焼き鳥 ●ラムネ
- かき氷
- わたがし

西陣憩いの郷 行事のご報告

平成25年7月から9月

地蔵盆

大文字 イベント

フラダンスを 楽しむ会



職員有志による音楽ライブ



野菜収穫



屋上で栽培した
トマトときゅうりです

書道 クラブ



フォークダンス ボランティア



消防訓練



こんな活動も
していきます

市老人協医療部会

介護長
山本 美枝

介護の現場より③

平成24年度より、京都市老人福祉施設協議会の中にある施設ケア委員会の分科会『医療部会』の部会長を、吉村施設長が引き受けています。

3年近く休会状態であった医療部会を再開させたのが、昨年の5月でした。部会では各施設での取り組みや課題等、看護師さんたちの積極的な意見が飛び交い、時に修了時間をオーバーする程、とても充実した会合になっています。部会の内容をそれぞれの施設で報告してくれ、各施設長よりお褒めの言葉をいただくこともあります。

①ごぼうは、5mm幅の斜め切りにし、酢水にさらす。にんじんは細切りにする。
②熱したフライパンに胡麻油を入れ、ごぼう・人参・鷹のつめを炒める。
③しなりてから砂糖・みりんを入れ、しばらくしてから炒める。
④煮汁がなくなったら白ゴマを加えて火を止める。

ポイント!

ごぼうは、皮にうま味が多く含まれているので皮は包丁の背の部分でこそぐ程度にする。

どんな栄養価があるの?

ごぼうは食物繊維が豊富に含まれているので、便秘解消や大腸癌予防に効果が期待できます。また抗酸化作用のあるポリフェノールも多く含まれているので、風邪予防や老化予防にもなります。

保存性

9~12月が旬の野菜です。種まきから6ヶ月後の10月下旬ごろから収穫が始まり、収穫後は土付のままで保存した方が鮮度が保てます。乾燥に弱いので土付きの物は新聞紙に包んで冷暗所に立てて保存します。

野菜ソムリエ松本栄養士の「旬を味わいましょう!」

きんぴらごぼう (2~3人分)

- ◆ごぼう: 小2本 (200gくらい)
- ◆にんじん: 1/2本
- ◆鷹のつめ: 少量 ◆みりん: 大さじ1
- ◆薄口しょうゆ: 大さじ2 ◆砂糖: 大さじ1
- ◆胡麻油: 大さじ1 ◆白ゴマ: 大さじ1



- ①ごぼうは、5mm幅の斜め切りにし、酢水にさらす。にんじんは細切りにする。
- ②熱したフライパンに胡麻油を入れ、ごぼう・人参・鷹のつめを炒める。
- ③しなりてから砂糖・みりんを入れ、しばらくしてから炒める。
- ④煮汁がなくなったら白ゴマを加えて火を止める。



▲9月4日医療部会の様子

ですが、吉村施設長が引き受けてくれて「よかつた」と思えることもたくさんあります。

年6月には、施設ケア委員会全体のご協力のもと中村仁一先生をお迎えしての研修会を開催し、参加者250名を超える盛会となりました。終了後アンケートでもさまざまなお反響があり、「高齢者福祉施設での看取り」という、課題の多い深いテーマでしたが、一石を投じることができたのではないかと感じております。

これからも、高齢者施設で生活される方の残された人生を輝かせていくお手伝いをしていけるように、「特別養護老人ホームにおける看護」を模索していくことを考えていました。そして『西陣憩いの郷』のレベルアップはもちろんのこと、京都市の老人福祉の発展に少しでも貢献できるような活動を続けて行きたいと思います。

西陣憩いの郷の看護師として勤務し始め、一年が経ちました。私は以前、病院に勤めていました。病院と特養での看護師としての違いは、「五感を最大限に使うこと」だと思います。特養には病院のような十分な医療機器はありません。自分の持っている感覚や現場のスタッフの声を頼りに、入居者の方の表情や顔色、息の仕方、肌の温度や感触などから「何かおかしい、いつもと違う」と気付くことが重要だと思います。これは私が特養で働き始めて一番難しいと思ったことでもあります。やりがいを感じることでもあります。

私の理想の看護師像は、人の気持ちをくみ取れ信頼してもらえる看護師です。経験も浅く未熟な私ですが、これからも自分の感性と看護観を大切に、日々精進して参りたいと思います。



医務看護室 看護師
吉田 しおり
舞鶴出身!
ナース4年目

特養での看護師の役割



施設のご案内

京都駅方面より……………市バス 206・50 系統
四条河原町方面より……………市バス 46・59・201 系統
「千本今出川」バス停下車徒歩3分

〈お問い合わせはこちらまで〉

〒602-8476 京都市上京区桐木町885-1

TEL 075-431-1513

FAX 075-431-1514

E-mail:nishijin-ikoi@kitano-kenjukai.or.jp

メールアドレスが
変わりました



総編集後記

第8号は行事報告を中心にお届けいたしました。待ちに待つ秋の到来です。京都の味覚や風景を少しでも味わっていただけるような行事を企画していきたいと思っております!

(担当:N)

