



自然派家族です!

デイケア オアシス寿安
柔道整復師 濱田 健太郎

私の家族は自然大好き家族です。私は海、家内は山と普段は全く違ったロケーションでそれぞれの趣味の時間を過ごしています。

私はサーフィンが趣味で、よく伊勢や日本海などに行きます。2020年東京オリンピックでも新たに競技種目となったサーフィンですが、その競技ではショートボードという短めのサーフボードで激しく動くのに対して、私は3m近くのロングボードでゆったりと波の上を滑ります。最近では私くらいの中年サーファーが多く、運動不足やメタボ解消にはもってこいのスポーツだと思います。

一方、家内の登山歴は6年くらいですが、驚くことに山へ登る頻度は見事に毎週土日で、述べ300箇所以上



の山へ登っています。

雪山登山などはもちろんの事、沢登りやクライミングなど、その装備たるもの地球防衛軍のような装備で出かけることもしばしば…。

普段は別行動の多い夫婦ですが、たまに家族でサーフリップへ出かけたり初級編の山登りへ付き合うこともあります。お互いそれぞれの自然の良さを話すことで、会話も増えて夫婦円満の秘訣になっているのかも!?



教えて!

あなたの○○○

介護支援センター オアシス 地下鉄平野駅前
ケアマネジャー 新堂 仁子

好きなもの「習字を習っています」

娘が幼稚園の年少だった頃、女子の間では字を書くのが流行っていました。幼稚園では、字を教えることはなかったのですが、娘も教えていない字を書いていた。よく見ると字は裏返っている、鏡文字になっていました。左利きということもあり、どうしようかと思っていたところ、公園友達で近所の習字教室に通っていると聞きました。娘に話したところ、私も通いたい!ということで通い始めました。3年後に下の息子と私も一緒に習い始めたのでした。

子ども達は大きくなり、二人とも辞めてしまいましたが、私だけ今も習い続けています。仕事の都合で月1~2回しか通えませんが、書く回数が増えてきて、段々とヘタになってしまいましたが、うまく書けた時は自分でも嬉しくなります。先生も高齢になり、あと何年教えていただけるかはわかりませんが、辞められるまでは私も続けて行こうと思っています。



教えて! オアシスに入職してよかったこと

オアシスでは毎月各委員会主催の勉強会があります。介護の仕事に必要な内容から自分自身気を付けなければならない内容等様々です。仕事が忙しいにも関わらず色々考えての講習はとても勉強になります。今後もできる限り参加して行きたいと思っています。



盛夏の候、皆様におかれてはますますご清栄のこととお喜び申し上げます。

本年6月、社会福祉法人和福寿会は、「特別養護老人ホームオアシス寿安」(大阪市平野区長吉六反1丁目)と同じ建物の1階に、内科診療所「クリニック オアシス・寿安」と、これに併設した通所リハビリテーション事業「デイケア オアシス寿安」を開設しました。

医師の管理に基づくマンツーマンのリハビリテーションや機能訓練、健康的な食事、ご近所の方々との交流の場の提供を通じて、在宅高齢者の心身機能の維持・向上と、自立した生活をサポートいたします。今後は、オアシスの通所サービスの特長である、ゲストやボランティアの方々によるイベントやレクリエーションを多数開催し、上質かつ癒しと安らぎに満ちた空間で、非日常的な時間をお楽しみいただく予定です。

さて同じ6月に、認知症対策大綱が閣議決定されました。2025年には認知症の人が約700万人(65歳以上の2割)となる中、増え続ける社会保障費の抑制に向けて、認知症の「予防」と認知症の人々との「共生」を2本柱とした取り組みが進められます。

残念ながら、現時点では認知症を予防する決定的な方法は見つかっていません。「生活習慣病の予防・治療」「適度な運動」「脳の活性化」「達成感」「他者との交流」などが効果的とされていますが、これらを意識して日々の生活に取り入れ、継続することは簡単ではありません。

そこで無難なく認知症を予防する方法として、働くことの有用性に期待しています。仕事をすれば頭や体を使い、同僚や顧客との人間関係が生まれ、達成感も得られます。自分のためだけに頑張る続けることは難しいですが、役割や責任を与えられると、簡単には辞められないでしょう。

老年学者の調査によると、現在の70~74歳の平均的な歩く速度は10年前の5歳若い年齢層と、また75~79歳の平均的な歯の数は11年前の10歳若い年齢層と同じだそうです。健康志向による食事内容や運動量の改善、医療の進歩により日本の高齢者は若返っており、70歳を超えても働ける方が増加していると考えられます。

認知症の発症時期を遅らせることでQOLは高くなり、自身や家族にかかる様々な負担を軽減できます。高齢になってからは、お金よりも健康寿命を稼ぐために働こうと考えれば、仕事の選択肢は広がり、モチベーションも維持しやすくなるでしょう。そしてそれは結果的に生活を豊かにし、さらには労働力不足という日本が抱える大きな問題の改善にも寄与することになります。

オアシスグループは認知症対策として、認知症予防・介護予防のため、また認知症や要介護状態になっても安心して生活していただくため、医療・介護・福祉サービスの包括的な提供に努めるとともに、高齢になっても安全に働ける仕事や職場環境、福利厚生を用意し、自身の健康維持と社会の負担軽減に取り組む方々を支援してまいります。

四季折々の花樹に囲まれ、
優しさと上質を備えた新感覚デイケア

デイケア オアシス寿安
— 通所リハビリテーション —

ご利用
体験申込み
受付中

〒547-0012 大阪市平野区長吉六反1丁目5-5 (大阪市立クラフトパーク北側) 2019年6月 平野区長吉六反にOPEN

理念 “安心・健康”を提供します

運営方針

- 1.利用者中心のサービス
- 2.快適な環境の整備
- 3.地域社会への貢献
- 4.職員・組織の向上
- 5.健全な法人経営

アンチエイジング始めませんか

木下内科クリニック ☎06-6790-1200

いよいよ夏本番、厳しい暑さが本格的な季節となりますが、体調はいかがでしょう。なんだか疲れがとれない、冷房で身体がだるい、暑さで夜眠れない等、身体の不調を感じておられる方がいらっしゃるかと思います。

当院では、自費診療でアンチエイジング療法を行っております。予約制にて「高濃度ビタミンC点滴」「マイヤーズカクテル」、予約せず当日施術が可能な「グルタチオン点滴」「にんにく注射」「プラセンタ注射」がございます。これらの療法は、美容目的だけでなく、疲労回復や抗酸化作用、免疫力の向上、また様々な疾患に対する症状の改善に効果が期待されます。

日本抗加齢医学会にて認定された専門医である当院の医



〈日本抗加齢医学会専門医 認定証〉

点滴療法室

師により、お一人おひとりの身体の状態に合わせた最適なアンチエイジング療法をご提案させていただきますので、お身体についてのお悩み等ございましたらぜひご相談ください。

私ごとではございますが、現在10日に一度のペースでプラセンタ注射を受けております。以前に比べ、朝目覚めが良くなった、午前中から身体が動くようになったと感じています。

アンチエイジングの目的は健康寿命を延ばすことにあります。いつまでも、いきいきと健やかに毎日を送りましょう。

新しいドリンクマシーンが入りました!

デイサービス オアシス長瀬 ☎06-6726-0107

以前にもご紹介しましたが、ご利用者様へのサービスとして、ドトールのコーヒーサーバーを設置していましたが、最新のドリンクサーバーにバージョンアップいたしました。

以前と同様でコーヒー豆を挽くのはもちろんですが、新味で抹茶ラテが加わりました!味の種類は8種類あり、「ドトールコーヒー」はもちろんのこと、「UCCコーヒー」「ココア」「カフェモカ」「カフェオレ」「ミルクティー」「緑茶」「抹茶ラテ」です。

そして、大きな違いとして、以前のサーバーはホットのみでしたが、今回のサーバーはホットとコールド両方楽しめるように

なりました。夏場になり暑くなっていきますので、さらに大活躍してくれること間違いなしです!!
現在でも「今日は冷たいコーヒーを飲みたい。」と大人気です!!



お誕生日カードに心を込めて!

ヘルパーステーション オアシスながよし ☎06-6790-1577

年間のお祝い行事として、ご利用者様のお誕生日にささやかなプレゼントと手作りのカードをお渡ししています。

カードには普段訪問させていただいているヘルパーからの心のこもった手書きのメッセージが添えられており、カードを楽しみに待っておられるご利用者様がたくさんいらっしゃいます。長年、利用いただいているご利用者様の中には、今までお渡ししたカードを大事に保管している方や、お部屋にきれいに飾っている方も多くいらっしゃいます。

今後もご利用者様のお誕生日をスタッフ一同でお祝いさせていただけたらと思っています。



「令和」もご利用者様とともに

グループホーム オアシスキズリ ☎06-6723-0211

今回は、5月・6月に行われたイベントをご紹介したいと思います。

5月、端午の節句では、お得意の合唱(舟〜...)を披露していただき、楽しいクイズで盛り上がり、揃ってお食事、季節を感じながら有意義な一日を過ごすことができました。

6月、久宝寺公園へ入居者様と遠足に行ってきました♪当日は天候に恵まれ、初夏の自然を味わいながら、職員手作り弁当を召し上がっていただきました。お食事の後は、自然に触れ合いながら公園内を散歩して、青空の下でリフレッシュしました!

「令和」という新しい時代を迎え、これからもご利用者様に寄り添いながらたくさん笑顔(^^v^^)とともに、ご満足いただけるイベントを企画してまいります。



夏本番! 恒例のお楽しみイベント開催!

介護老人保健施設 オアシス [入所介護] ☎06-6790-1760

じめじめとした梅雨が明けると夏本番がやってきます。皆様いかがお過ごしでしょうか。

老健入所介護では、7月に今年も「だんじり」が来てくださいます。

「だんじり」イベントは、ご利用者様も大好きなイベントの一つでとても楽しみにされています。1階屋内よりガラス越しに見学し



ますが、「だんじり」の迫力はご利用者様の心に響き渡ってきます。そして、毎年元気をいっぱいいただくのです。

8月は毎年オアシス駐車場にて、花火大会を行っています。小さな花火大会ですが、ご利用者様はとて喜んでいただいています。

そんな楽しいイベントで、今年もご利用者様と共に暑い暑い夏を乗り越えていきたいと思っています。



オアシスで快適な一日を!

介護老人保健施設 オアシス [デイケア・ロング] ☎06-6790-3300

日ごとに陽射しも強くなり、木陰の恋しい季節がやってきます。

昨年の夏も自宅で熱中症になる方がたくさん出る猛暑になりましたが、今年の夏も大変な猛暑が予想されます。夏の間は一人での外出は熱中症など大変危険な場合もあります。

通所リハビリテーション デイケア・ロングでは、毎日入浴や食事、イベント、機能訓練などを皆様に提供しております。夏の間、コーヒータイムにアイスコーヒーなども提供しております。また、入浴後にはとても冷えたお水で水分補給もしていただけます。

オアシスに来て、快適な館内で冷たいお飲み物を飲んで、熱中症の予防をし、元気に秋を迎えましょう。スタッフ一同、心よりお待ちしております。



大人気! 手作りアート!

介護老人保健施設 オアシス [デイケア・ショート] ☎06-6790-3300

デイケア・ショートでは、数多くのイベントにさらに新しいものを導入し、日々ご利用者様に楽しんでいただいています。しかし中には「これは苦手だ」と不参加の方もいらっしゃいます。

そのような時にも、皆さまに喜んでいただける時間とサービスを提供する為に何が出来るかを考え、さらに手指の巧緻性向上も目的とし、手作りアートをしていただいています。折り紙を使い風車やチュウリップ、季節にちなんだ桜や五月節句の兜などを作っています。

ご家族様からも連絡ノートに感謝のお言葉をいただくことがあり、スタッフのやる気も増幅します。お越し下さったご利用者様全員に喜んでもらえるように、色んな工夫をして充実した半日を過ごしていただけるよう努めて参ります。



開設一周年を迎えて

特別養護老人ホーム オアシス寿安 [入所介護] ☎06-6769-6200

5月12日(日)母の日のイベントで職員から女性入居者様に手作りのカーネーションティアラをプレゼントしました。

当日まで企画・運営をし、どのようにすれば皆様に喜んでいただけるか、また、花の配色を考え、サンプルを作成し皆で検討し当日を迎えました。

皆様大喜びで頭の上に乗せたり記念の写真撮影をし



ました。ご家族様からお礼のお言葉をいただき、大変有意義な1日でした。
今年の5月で一周年を迎えることができました。これからもご利用者様に喜んでいただけるよう職員一同がんばってまいります。

