

# スローライフ通信

スローライフ通信・第36号  
平成23年7月15日発行  
編集：スローライフ広報委員会  
社会福祉法人和貴会  
<http://www.slowlife.or.jp>

スローライフ千里の小規模多機能型住宅をご利用の飯田様が作った「リボンフラワー」。写真では本物の花のように見えますが、実は色とりどりのリボンできています。ぜひ実物を見にきてください。



## 今月の作品

製作者  
スローライフ千里  
小規模多機能型住宅利用者  
飯田立子 様  
“リボンフラワー”

笑い声も、笑顔も飛び跳ねる  
トランポリンレクササイズ



す  
ら  
い  
ふ  
な  
ら  
い  
ふ  
な  
ら  
い  
ふ

各スローライフでの行事や日常を紹介します。

トランポリン  
レクササイズ！  
スローライフ千里  
では、5階フロアの  
小規模多機能、デイサ  
ービス、グループホー  
ムと、2階フロアのグ  
ープホームの各利用  
者が、ミニトランポ  
リンを使用した、ト  
ランポリンレクササイズ  
とエ

そんな不安定な所で足踏みなんて…とご心配される方もおられるかもしれませんが大丈夫！



こんな形のミニトランポリン

①

歌と体操で準備運動した後、ミニトランポリン(写真参照)に乗り、音楽に合わせて足踏みを行います。

今は講師の方が主体ですが、今後は施設の職員を中心にして行っていく予定です。

クササイズを組み合わせたものに取組んでいます。なにぶん初めての取り組みの為、ボランティアとして普段は八尾市内でトランポリンレクササイズを実践されている、西谷さんと田村さんに講師として来て頂いています。

実際に参加した皆さんは、楽しみながら気持ちの良い汗を流しておられました。今後は講師の方が主体ですが、今後は施設の職員を中心にして行っていく予定です。

千里  
Senri  
飛んで、はねて  
楽しく汗をかこう！





やさしいフルートの音色にうっとり

「私の誕生日を迎えられ、会場の皆様から、おめでとうと、たくさんのお祝いの言葉を掛けられた下様は、

「楽しんでこそ「音楽」なのである  
5月の誕生日会は近畿修猷会しゅうゆうかい)による音楽を楽しむ集い」が開催されました。  
ケアハウスとモアの入居者様、ボランティアの皆さん、職員たち……総勢50名を超える参加者がケアハウスの食堂に集まり、

真剣な時は本気で、楽しむときは存分に！



例年になく早い入梅をものともせず盛り上がりました。

恒例の「スローライフ生駒の歌」から始まり、「青い山脈」「茶摘」「夏は来ぬ」など初夏を感じさせる選曲に皆様も手拍子したり一緒に口ずさんだりと楽しまれて、予定時間をオーバーするほどの盛況でした。  
この月にめでたく



訓練に取り組む時は真剣に。

白寿(99歳)の誕生日を迎えられ、会場の皆様から、おめでとうと、たくさんのお祝いの言葉を掛けられた下様は、

火災に備えて真剣に訓練  
5月9日、定例の消防訓練を行いました。職員誘導のもと、ハンカチ・タオルなどで口元をおおい、上体を低くして階段を下りてこられる入居者様も、真剣な面持ちで取り組んでおられました。避難訓練の後は駐車



懐かしい曲が次々と

場にて消火器の取り扱い説明を受け、実際に消火器を使う体験をして頂きました。

東日本大震災に思いを馳せつつ、入居者様・職員とも真剣に取り組んだ半日でした。

7月・8月

介護予防教室

健康運動ひろば  
～自宅でできる、転ばない体づくり～

実施日 7月21日(木)

講師 介護老人保健施設 スローライフ八尾

健康運動実践指導者 田中則兵衛

みんなの健康教室

夏をのりきる秘訣!!  
～熱中症予防について～

実施日 7月14日(木)

講師 地域包括支援センター スローライフ八尾  
保健師 田中 佳子

みんなの健康教室

楽しくできる認知症予防  
～押し花を使った作業療法を学ぼう～

実施日 8月23日(火)

講師 介護老人保健施設 スローライフ八尾  
作業療法士 浅井 千晶

無料の介護予防教室です!!  
どなたでもお気軽にご参加下さい。



場所:介護老人保健施設 スローライフ八尾 時間:午後1時30分より



八尾市地域包括支援センター スローライフ八尾

072(990)1220

お知らせ

「負担限度額認定証」「後期高齢者医療被保険者証」届いたら、事務所へ。

「介護保険負担限度額認定」の更新(毎年7月)に伴い、新しい認定証がご自宅に届きましたら、出来るだけ早く施設事務所までお持ち下さい。

この認定証が確認できないと、毎日の食事代や室料の減免が出来なくなってしまうので、ご注意下さい。

また、「後期高齢者医療被保険者証」につきましても、8月に更新されます。新しい保険者証が届きましたら、施設事務所までお持ちいただけますようお願い申し上げます。

今後の予定

生駒

7月7日(木)

七夕まつり

7月17日(日)

フラダンス・誕生会

尾・千晶

逃がさないようにえいっ!



ジメジメだけど涼しげに  
楽しく賑やかなお昼ご飯!

さらさらと  
そつめん流し



例年にないほど早く入梅し、6月だといつのに真夏日の連続……。ジメジメ、ムシムシと、気持ちも滅入る今年の梅雨。そんな中、せめて気分だけでも涼しくなるように、「そつめん流し」を行いました。

入所各フロアの昼食を兼ねてみんなでワイワイ、ガヤガヤと賑やかに行いました。竹は今年もスローライフ千里の敷地から頂戴したもので、その他全て職員の手作りです。そつめんを一本も逃がすまいと、一生懸命の利用者様、涼しげで楽しいお昼ご飯になりました」と笑顔で話していました。

初心を忘れないように  
一歩ずつ前進します。

認知症対応型通所介護

生活相談員 松村 有紀

昨年7月1日に入職し、早くも1年が経ちましたが、まだまだ新米生活相談員です。ベテランスタッフに助けをもらいながら日々奮闘しております。毎日色々な事がありますが、利用者様がお帰りの際に笑顔を見せて下さると、ホッ



デイで来られた方の荷物を運ぶ松村相談員

とした気持ちと、「あ、今日一日を無事に過ごして頂けてよかったな」と嬉しい気持ちで、その日の疲れを忘れてしまいます。まだまだ勉強をし

ないといけない事が沢山あるので、これから周りのスタッフに色々教えてもらいながら、そして支えてもらいながら少しずつ前へ進んでいきます!

ご協力ありがとうございました

東日本大震災被災者への義援金

東日本大震災により、被害にあわれた方々や、未だ不自由な生活を強いられている方々には心よりお見舞い申し上げます。

被災者の方々に対しまして、和貴会各施設の利用者様、ご家族の皆様、そして職員の協力で集まった義援金(8万2881円)を、社団法人大阪介護老人保健施設協会を取りまとめ、読売新聞 読売光と愛の事業団に寄託いたしました。

また、スローライフ生駒では、奈良県老人福祉施設協議会を通じて義援金(3万円)を被災地に送りました。1日も早い復興を祈念しております。

千里

夏祭り!  
7月30日(土) 17時より

楽しい催しを職員みんなで企画中です。たこ焼き、焼きそばなどの模擬店も用意しておりますので、振ってご参加下さい。

ご家族様におかれましては、各施設のイベントにぜひご参加下さい。

たまにやめ  
得知とく?

第11回

も一度おさらい「介護保険」  
介護保険における住宅改修費の支給

介護保険には住宅改修にかかった費用の9割を負担する制度があります。原則として支給対象は20万円(分割して利用する事も可能)までですが、介護の必要度が著しく高くなった場合や、引越した場合は再度支給を受けれる事が出来ます。

支給の対象は、手すりの設置、段差解消、滑り防止、移動の円滑化等のための床・通路面の材料変更、開き戸から引き戸等への扉の取替え、和式から洋式への便器の取替えその他これらに付帯して必要な工事の6項目

ましよう。申請が認められれば、次は工事となり、その際の費用は「一旦全額支払い」となります。その後、窓口へ領収書等を添えて改修が終わった事を報告し、20万円を上限に支払額の9割が戻ってきます。改修に当たっては、現在だけでなく、将来の使い勝手などについて相談してから利用される事をお勧めします。

生駒を元気にしたい！

隣接の鍼灸整骨院

ケアハウススロライフ生駒に隣接して、社会福祉法人和貴会グループの関連会社



社が運営する『スロライフ生駒クリニック』が5月

16日にオープンしました。3階に「スロライフ生駒診療所」。2階には「スロライフ生駒鍼灸整骨院」と、既



ライフレイフ生駒鍼灸整骨院」をご紹介します。

院長の秋吉先生が整体を行い、鍼灸師の西山先生が針とマッサージを施術してくれます。

技術の腕前は天下品で、デイサービスも利用されているある女性は、あそこは超一流やわあ。見て、私の曲がついていた指が伸びた！と親指を見せて大変喜ばれてい

「生駒のみなさんを元気にしたい」と笑顔で語る秋吉院長



最新機器がゆったりと並ぶ

ライフレイフ生駒鍼灸整骨院で、室内は白い壁と

天井で統一され、最新医療機器もそろっています。ウォークインベッドの使い心地は満点で、頭の中の霧が晴れて仕事の能率もアップするとか。

どなたでもご利用出来ますので、少しでも気になる方、ぜひ一度気軽に来院してみてください。

アットホームな整骨院を目指している秋吉院長は言います。

「皆様がさらに元気になるよう、スロライフ生駒鍼灸整骨院スタッフ一同、全力でサポートしてまいりますので、よろしくお願ひ致します。」

夏は心も体も「用心」！

(夏ばてしない心がけを)

昨今は夏といえは猛暑が続ぎ、熱中症については各方面から注意が喚起されています。そんな中、今年

は福島第一原発事故の影響で大幅な節電が望まれ、「夏ばて」という言葉が身近になりそうです。

「なんとなくだるい」「食欲がなくなる」「無気力」などと感じるのが主な症状ですが、夏の暑さによる発汗でミネラルと水分が失われたり、冷たい水分の取りすぎで食欲不振などを示す

いわれております。対策としては

栄養のバランスを考え、規則正しく食事を取る事が大切で、水分は充分摂る必要はありますが、こまめに体温に近い温度のものを補給するのが適しています。

冷房を効かせ過ぎない事や、睡眠を充分とり、疲労を蓄積させない事なども重要です。

食欲不振が大敵の高齢者の皆様にとって、またご家族や、施設でお世話をされるスタッフの方々にとつても、夏ばてには充分に注意をし、またその予防に努めて、快適に夏を過ごしていただくためのものです。

Dr. Fujiyama

藤山先生に聞いてみよ！

消化機能の低下、また冷房と屋外の暑さの急激な気温の変化で眩暈などを来たす自律神経失調などが主な原因と

スロライフ通信・第36号 平成23年7月15日発行 編集：スロライフ広報委員会 社会福祉法人和貴会 <http://www.sbw.life.or.jp>

- スロライフ生駒
  - 特定施設入所者生活介護（ケアハウス）  
〒630-0266 奈良県生駒市門前町8番33号 電話：0743-75-1525 FAX：0743-75-1501
  - デイサービスセンター  
〒630-0266 奈良県生駒市門前町8番19号 電話：0743-72-1555
- スロライフ八尾  
〒581-0844 大阪府八尾市福栄町1丁目12番地 電話：072-990-0100 FAX：072-990-0022  
介護老人保健施設・短期入所療養介護（ショートステイ）・通所リハビリテーション（デイケア）・居宅介護支援事業
- 八尾市地域包括支援センター スロライフ八尾（電話：072-990-1220）
- スロライフ千里  
〒565-0826 大阪府吹田市千里万博公園6番8号 電話：06-6816-1100 FAX：06-6816-1110  
介護老人福祉施設入所者生活介護（特別養護老人ホーム）・認知症対応型共同生活介護（グループホーム）・小規模多機能型居宅介護・認知症対応型通所介護（デイサービス）・夜間対応型訪問介護・短期入所生活介護（ショートステイ）

