



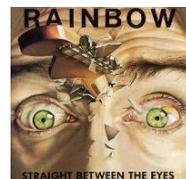
緑の園 5月号

ヒルトップハイツ

グリーンプラザ

デイサービスセンター

だより



第71号

令和4年5月1日発行

Rainbow/Straight Between The Eyes(1982)

3回目のワクチン接種は 終了しましたか?

この原稿を書いている段階では(4/22)オホーツク管内における新規感染者数の増加傾向が顕著となっております。

特に心配されるのが保育所をはじめとした学校内での感染の増加です。

小さなお子さんがおられるご家庭での家庭内感染が報告されていることもあり、ワクチン未接種のお子さんを守るためには私たち大人の感染防止行動の徹底が求められます。

残念ながら当法人のそれぞれの施設におきましては「ご面会」をまだ解放できない状況が続いています。

自由にご面会をしていただけるようになるまでにはもうしばらく時間は必要かと存じます。

心苦しい限りではありますがご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

いよいよ改築移転工事が 始まります。

かねてよりお知らせいたしている通り特別養護老人ホーム丸瀬布ヒルトップハイツ等移転工事が今月下旬に建築主体等選定の入札を経ていよいよ始まります。

病院の2階入院病棟階への特養改築移転は全国的にも例がなく、今回の移転計画には北海道厚生農業協同組合連合会様および遠軽厚生病院まるせっぷクリニック様、遠軽町様のご尽力を賜りましたことを心から感謝申し上げます。

病院の改築工事を伴うこともあり工期が一般的な建築工事より長く見込まれており、令和5年の初夏の完成が予定されております。

今回の計画では同時に丸瀬布デイサービスセンター、丸瀬布ヒルトップハイツ居宅介護支援事業所も移転する事になっており、丸瀬布地区における医療・福祉施設の複合施設として転換することのメリットはとても大きいものがあります。

工事の内容によっては騒音や振動により緑の園ならびにグリーンプラザの利用者様には普段の生活でご迷惑をおかけする期間が発生することが予想されておりますが、なにとぞご容赦いただきたく存じます。(おわり)





今月もどうぞよろしく
お願いいたします。



いよいよ暦は皐月となりましたね。

5月ともなれば新緑の季節とも薫風の季節ともいわれ、快適な気候の月です。

そんな5月の私にとっての思い出は高校生だったある朝、自転車で通学したものの帰りは友人と二人で帰り自転車のことをすっかり忘れて家に戻りました。

で、次の朝自転車のないことに気づき歩いて学校に行っただので、すっかり遅れて学校についた記憶があります。(遅刻ってやつです…。)

まったくたるみきった高校生活を送っておりましたが楽しかったですね、毎日笑ってた気がします。

時は進んで施設で働きだしてから、私(おばら)が施設の中を歩いていた時、あるお年寄りの方から「なに



笑いながら歩いているんだ?なんかいいことあったのか?」と聞かれました。

そのお年寄りが話すことには私は、いつもにやにやして施設内を歩いているとのことでした。(怪しい人?)

何かを考えてにやにやしていたつもりはないのですが「何うれしいの?」と思われていたのは事実です。

で、「笑顔」のお話です。

養護老人ホーム緑の園と特別養護老人ホームグリーンプラザの「介護理念」は「**笑顔のために、気持ちをひとつに**」です。

私たちの介護が目指すものは、お年寄りの5秒先の笑顔です。

お年寄りひとりひとりの笑顔は私たちの介護の成果でありみんなの幸せとなります。

世界の共通語ともなっている「笑顔」は言葉以上に「気持ち」を表し、何よりその気持ちは周囲に伝わり



ます。

私たち職員は笑顔の数だけ幸せになることを信じ、「気持ち」をひとつにして介護につとめております。

「笑顔」に関する論文やレポートはたくさんありますが、見たところすべてが「笑顔」の良い効果や効用です。(笑顔はいいぞという内容)

なぜ「ひとは笑うのか」について興味深かったのは、「楽しいから笑う」のではなく「笑うから楽しい」という研究です。

表情変化が原因となり(表情筋の活動-笑う-ことが感情を喚起させる?)脳の快感物質であるドーパミンとかオキシトシン等が分泌され神経活動が活性化し「楽しい」という気分的な変化が起こるそうです。

であれば普段から「笑顔」を意識的に作ることによって「楽しく」なるんだと思います…。

簡単ではないかもしれませんが「楽しく」なりたければ「笑顔(風)」の表情を作ってみてください、なんか気分が変わるかもしれません。

それともうひとつ、「笑顔」は「あくび」と同じで周囲に伝播します。(うつたっていますよね)

集団の中の誰か一人がニコニコしていたら周りの人もニコニコするそうなので常に意識したほうがよさそうです。

ただ、私は学生時代先生から説教されていた時に「叱られているときにへらへら笑っているんじゃないっ!」って笑ってないのに余計に叱られた記憶があります。(私は現在悪役っぽい顔つきですが以前は笑い顔だったんですね、たぶん)まあ場合によっては笑顔もダメな時はあるってことですわ。(おばら)