

複合介護施設  
介護老人保健施設  
介護老人保健施設  
小規模多機能介護センター

はるか  
やまき苑  
やまき・あべの苑  
やまき介護すてーしょん

〒577-0041 大阪市西成区岸里2丁目6番9号 Tel.06-6659-0030

〒557-0045 大阪市西成区玉出西2丁目5番36号 Tel.06-6659-2222

〒545-0021 大阪市阿倍野区阪南町1丁目45番8号 Tel.06-4399-8600

〒557-0055 大阪市西成区千本南1丁目23番28号 訪問介護 Tel.06-6659-9111・デイサービスやまき Tel.06-6659-9117  
グループホーム華 Tel.06-6659-9166・ケアアプラセンター Tel.06-6659-9115

山紀会ホームページ

http://www.yamakikai.or.jp

月刊

# やまき物語

vol  
151

2012.7月

7月9日 (PM 6:00~) 月曜日

## ウルトラ 勉強会

介護職よ  
地球を守ろう!!

by やまき苑

介護界のウルトラマン

三好春樹さんを

招いて、

「大震災のこと原発

のこと介護のこと」

ウルトラ勉強会にぜひ

お越し下さい!

シュワッチ!!



1部 三好 春樹講演会

2部 交流会

ゲスト：服部良一（衆議院議員）

中村大蔵（尼崎）

前川武志（市民オンブズマン）

信原孝子（医師）

ジエロニモ・レーベル（歌手）

チタン・アンナ etc.

山本太郎さんは「ウルトラマン」のお面をかぶって「子どもを守ろう!」と唄ってましたよ

月刊誌  
ブリコラージュより

9日【月】



伝言板を  
Check!

### 3.11 大震災と介護

#### ■大阪

◇ 18:00 ~ 20:00

◇ 老人介護施設やまき苑

大阪市西成区玉出西 2-5-36（地下鉄四ツ橋線玉出駅より歩1分）

◇ 内容：復興支援、脱原発等、介護の役割について

◇ 講師：三好春樹

◇ 参加費：1,000円

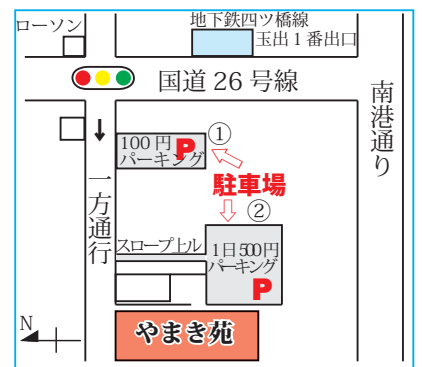
◇ 問合・申込先：介護老人保健施設  
やまき苑 TEL 06-6659-2222

FAX 06-6659-0002

#### 三好春樹からお知らせ

毎月開いていた読書会が終わってしまって、社会の状況や読んだ本について語り合う場がなくなってさみしく感じています。そこで、関西と関東の2つのセミナーで、3.11以降私は何を読んできたのかを少し語らせてもらいます。ぜひ会場へ。

7月9日(月)大阪やまき苑、  
7月19日(木)神奈川県橋本です。詳しくは本誌情報欄を!



※お車でお越しの方は100円パーキングをご利用ください

1950年、広島県呉市生まれ。'74年から特別養護老人ホームに生活指導員として勤務。その後、九州リハビリテーション大学校へ入学。卒業後、再び特別養護老人ホームでPTとして老人のリハビリテーションに従事。'85年退職し、「生活とりハビリ研究所」を主宰。各地の通所訓練や在宅訪問に関与しながら、全国で「生活リハビリ講座」を開催。年間動員数は5万人にもものぼる。個人編集の生活リハビリの情報誌「Bricolage（ブリコラージュ）」を発行している。主な著書は、『介護覚え書』（医学書院）、『専門バカにつける薬』『老いの見方、感じ方』（筒井書房）、『生活リハビリ講座シリーズ』（雲母書房）、『じいさん・ばあさんの愛しかた』（法研）など多数。



# 7月 あべのスクエア

## 7月のスケジュール

- 4日(水) ハーモニカ(2F)
- 8日(日) 2、3Fお誕生日会
- 9日(月) 三好春樹講演会  
紙芝居(4F)
- 10日(火) 音楽療法(5F)
- 12日(木) うたごえクラブ
- 18日(水) ハーモニカ(デイ)
- 20日(金) 音楽療法(デイ)
- 22日(日) 4、5Fお誕生会
- 23日(月) 紙芝居(デイ)
- 26日(木) うたごえクラブ

## あべの苑

### 6月の事故報告

5/21 ~ 6/20

0件でした。

あべの苑安全対策委員会

弦楽四重奏  
キレイな音色に  
うっとり!



阿倍野中学校から  
職場体験で来ました



## 6月



中山葉子様



岡田キヨ子様



千田ヨウ子様



山本和子様



田村信子様



山口大八郎様



小田原保様



坂本京子様



樋口シズ子様



坂本京子様

やまき介護ステーション & GH華&居宅

次は何巻こうかな～

手巻き寿司、初めてとおっしゃっていましたが、上手に巻いておられました。

6月手作り作品

てるてる坊主とアジサイ作りましたきれいに出来ました。

冷やし中華

6月のたんじょうび

7月のスケジュール

4日(水) 17日(火) 紙芝居

5日(木) 七夕祭り 内容：劇・ゲーム等々

6月事故報告 5/21 ~ 6/20 大阪市へ届けた件数 0件

歩行練習

調子が良いときはこれからも歩いて ずーと元気でいたい

GH父の日企画

6月13日に父の日の外出で交通科学館へ行ってきました! 電車の運転シミュレーターを体験しました。まるでベテラン運転手のようでした。



# カラオケ大会



6月13日、各フロア対抗で利用者様2名ずつ、計6曲を熱唱されました。

曲名は「星影のワルツ」「上を向いて歩こう」「街のサンドイッチマン」「銀座カンカン娘」「19の春」「北国の春」でした。

(※6曲の内2曲しか知りませんでした……。スミマセン)

広報委員 T男 29歳

## カーテン新装!

6月に、苑内のカーテンやブラインド、アコーディオンドア等を新装しました。施設では防火の観点から「防災加工」が施されているものの設置が義務づけられています。

カーテンは音や光を遮り、火事の延焼を防ぎ、プライバシーの保護の役割も担ってくれます。新装カーテンは、今までのものよりシックなムードを漂わせ、これからも、やまき苑の朝昼夜を見守ってくれます。



# 元祖 やまき だより

## 膝痛防止体操

膝の痛みは、多くの人が経験しています。膝には、歩く時に体重の2～3倍の負担が掛かっており、普段の生活で大きなストレスが加わっている為だと言われています。今回は、日常生活でのちょっとした工夫や注意点、自分で出来る体操をご紹介します。膝に優しい生活

- ①和式より洋式生活→布団や、正座は腰に負担大です。椅子やベッド等がお勧めです。
- ②杖・手すりを利用し、膝への負担を減らす。
- ③靴を見直す→靴底にクッション性のある、踵の低い靴が望ましいです。
- ④膝への重みを減らす→適正体重へ減量・重い荷物を持たない等あります。

自分で出来る体操：膝まわりの筋肉を鍛えて膝を保護しましょう。

①安定したイスに奥深く座る。

②片方の膝を伸ばし5秒そのまま

(出来ればつま先を身体の方へ引く)

③左右20回程度、1日2回が目安です。

※痛みが強い場合や、膝が熱っぽい場合は無理せずに、整形外科医を受診して下さい。



モデルは3階の入所者様  
前田千枝子様・西岡マサ子様  
様に協力して頂きました。

## 7月のすけじゅ〜る

- |                  |                       |
|------------------|-----------------------|
| 4 (水)・5 (木)      | 17日 (火) 車いすダンス        |
| 天下茶屋中学校 職場体験     | 18日 (水) 音楽療法          |
| 6日 (金) いきいき歌体操   | 21日 (土) 日舞            |
| 9日 (月) 三好春樹氏 講演会 | 23日 (月) いきいき歌体操       |
| 11日 (水) お茶会      | 28日 (土) 水彩画教室 (似顔絵教室) |
| 14日 (土) 書道教室     | 31日 (火) 音楽療法          |
| 15日 (日) お誕生日会    |                       |

(判定会議は、4・11・18・25)

2012年6月の事故報告  
5/21～6/20

0件でした

やまき苑



平尾明生様

高田悦子様

追田洋子様

大井章三様

大村喜美栄様

早瀬博様

猪房子様

坂本道枝様

6月のお誕生日



# はるか青雲だより



6月17日(日)は父の日です。いつもありがとう  
元気でいて下さいね!



## ☆老健☆



日中、お天気がよ  
かったので、近く  
の公園へ散歩に  
行ってきました。  
ポカポカ陽気で気  
持ちよかったです。



有料と合同で三味  
線民謡を行いました。  
昔なつかしい  
歌にみなさん熱心  
にうたっておられ  
ました。



6月の誕生日会です。みなさん喜ばれていました。  
おめでとうございます♥♥



6月の2F・3Fの作品です。そろそろ梅雨の  
季節ということもあり、イメージして作りました。



## 父の日

の

## 有料老人ホーム

## 目

美味しい

こんなに大きくなりました。  
もうすぐ収穫できそうです。



お寿司  
最高!

## 母の日



ご家族からきれいな  
お花と、ハートの風船を  
プレゼントされました。



息子さんからお母様へ  
お手紙とお花のプレ  
ゼントがありました。

## ◆◆◆ 編集後記 ◆◆◆

プールサイド タオル一枚飛びにけり  
猪俣千代子  
いよいよ夏です。若者のシーズン  
です。無縁社会といわれても、介護  
職の若者は今日も元気です!

弥巻圓

6月の事故報告  
5/21～6/20  
大阪市へ届けた件数 2件  
・離設転倒前額部打撲  
・左腓骨骨折

## 7月のスケジュール

- 7日 七夕
- 15日 誕生日会
- 17日 おやつレク

