

ぶちらいふ

らいふ通信

lifsea
株式会社リフシア

HP / http://lifsea.co.jp
らいふ日記 (スタッフブログ)
green.ap.teacup.com/lifekaigo
2018秋Vol.53



理学療法士：原田和巳先生がわかり易く解説する「健康呼ぼう体操」のコーナーです。読者の皆さんの質問、取り上げて欲しいテーマがありましたら、ぶちらいふ編集室にお問い合わせください。

健康呼ぼう体操⑤ 肩甲骨を動かそう

肩甲骨の動きは全身の動きに影響します

肩甲骨は胸や腕と一緒に動きます。そして立位バランスにも影響を与えています。ですから、肩甲骨の動きが固くなると姿勢が丸まってきたり、腰や膝に痛みがでたり、転びやすくなることも考えられます。

肩甲骨が固くなると…

- ①姿勢が丸くなってきてしまいます。
- ②腰や膝に痛みが出てきてしまいます。
- ③転びやすくなってしまいます。

肩甲骨のストレッチ



- ①両手を上に向けて肘を体へ付けます。
- ②両肘をできるだけ体の後ろへ引き寄せます。
- ③左右の肩甲骨を寄せるようにしながら大きく胸を開きましょ。

和菓子シリーズ② 饅頭(まんじゅう)



今回は饅頭(まんじゅう)です。あんこものは和菓子の代表格です。あん(餡)は小豆(あずき)が主流ですが、「こしあん」と「つぶあん」があり、好みで割れるところと異なります。私は「こしあん」が好きですが、あなたの好みは？

に初めて伝えたといわれます。毎年、四月には「饅頭祭」が行われ、全国から和菓子職人や販売業者が集まって「お祝いをするぞうです。」「饅頭」にもいろいろなものがあります。

- 温泉饅頭 各地の温泉旅館の定番のお土産品です。
- 麩饅頭 小麦粉を蒸した皮でなく、なま麩(ふ)の皮で「こしあん」を包む。
- みず饅頭 片栗粉と米粉で餡を包んだ、清涼感溢れる夏の和菓子。
- 葛饅頭(くずまんじゅう) 高温の葛生地を素手でつかみ、素早くあん玉を包んだもの。
- 利休饅頭 薄皮で黒糖餡を包んだもので、利休が茶会の席に出したものです。

○軽羹(かるかん) 鹿児島名物。米粉の一種のかるかん粉と山芋を混ぜて蒸したものです。中に餡をいれればかるかん饅頭となる。

○アンパン 明治時代に東京銀座の木村屋が売り出したあずき餡をパン生地で包んだ、日本生まれのスイーツです。アンパンといえば、やなせたかし原画漫画『それいけアンパンマン』が懐かし思い出されます。

饅頭は古くは落語にも度々登場して、いい味を出しています。『茶の湯』では利休饅頭のおかしな作り方が語られます。最後はやはり、『まんじゅうこわい』のオチのように、饅頭を食べた後には濃いお茶が飲みたくなりますね。(井)

編集後記



と標語を紹介いたします。ぶちらいふ冬号は2019年1月15日発行予定です。紹介したい作品や投稿がありましたらお気軽に「ぶちらいふ編集室」迄お願いします。

「座ってて」
ドタバタ歩く
あなたもね
その足音、お客様には耳障りかもしれませんよ！

「座ってて」
私にだって
足はある
私が立ち上がるのには理由があるので！

- あせらず ゆっくり 向き合って
- 本よりも 為になるなる 人生論
- ご挨拶 笑顔と会釈で 気持ちよく
- 挨拶と 笑顔で伝わる 安心感
- 笑顔に全棒 心に太陽を
- 声掛けに 明るい笑顔 咲かせましょ

リフシアのデイサービスから 芸術の秋をお届けします



今回紹介させていた作品は、リフシア萩園デイサービスに通われているお客様が描いた水彩画です。

スタッフの「紙は沢山ありますからね」のお声かけに安心されるので、しょうか、好きな色の絵具のついた筆で描き出して下さい。描きだしてしまえば後は自由に筆をすすめ、集中した時間で、沢山のステキな作品が生まれました。

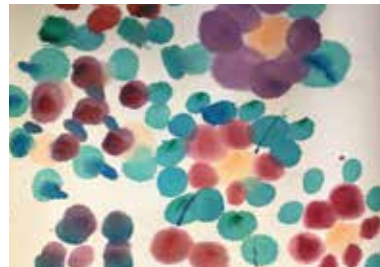
そのうち、リフシア美術館として個展がひらけたらいいなと思っています。(生活相談員 松尾敦子)



しばらくの間、筆を持って目の前にある白い紙をにらんでいらつしゃいますが大丈夫です。



筆を使うのは、どうしてもできないと言われる方でも大丈夫。



↑小さく切ったスポンジで、スポンジアートを楽しんで頂きました。

芸術の秋、もとい、収穫の秋



庭で育てたナスの収穫です。種から育てたナスやピーマンをハサミでパチンと収穫するのは、ちょっとした快感です。外に出やすい季節を楽しみます。



さすが、皆さん達筆です。

はじめの一步、接遇はみなさんの笑顔から



夏はゴーヤのグリーンカーテンで日除け、秋はコスモスや菊を楽しんでいます。皆さんと苗を植え水をやり育てました。室内のお花も活かしてください。お客様との何気ない日常のやり取りですが、緑は癒しと笑顔をくれます。(リフシア大庭)



お客様の笑顔を作りたい！スタッフの気持ちにも変化が生まれました。(リフシア善行)



殺風景だったスペースに花壇を作ったら、お部屋からも外にも楽しめる空間に変身



エントランスのベンチにクッション、温かいおもてなしの気持ち



貼紙の汚れが目立った自動ドア、デコレーションして来訪者をお出迎え



小さな気づきを積み重ね、みなさんの笑顔を引き出すのがリフシアの接遇です。建物がきれいだけれどスタッフはいつもマニユアル的、忙しそうで声がかげにくいようではお客様の心も動きません。中央の写真はリフシア神明、ウッドデッキにテーブルを出し、手作りのクロスの上でティータイムを楽しんでいらつしやいます。お客様も傍らのスタッフも楽しそうですね。

きまりにならないよう、私たちは表情、言葉遣い、お食事の提供方法、室内外の環境整備、業務の見直しなど、さまざまな工夫を接遇の中で取り組んでいます。



飲み込みが悪いかたにも美味しく嚥下食を食べていただく！調理スタッフが型を使いひと工夫(リフシア善行)

大切なお客様の衣類や持ち物の取り違えが改善しないのは何故？小さなネームプレートをわかりやすい大きさに変更しました。誰もがミスしないよう、小さな気づきを大切にすることを接遇につながります。(リフシア松が丘小規模)

2025年には認知症の方が推計700万人になるといわれています。認知症の方を理解して優しく対応できるように、介護の専門性を身につけることもしっかりと取り組まなければならぬ大切な接遇といえます。



Good と Bad の言葉を出し合い、介護現場のスピーチロック(言葉による拘束)を防止。(リフシア鶴沼海岸)



接遇は介護に必要？具体的に何をやるの？
 礼儀作法？そう思った人はいませんか。
 介護の仕事は、要介護のお年寄りの体に直接触れたり、ご自宅を訪問することもあります。
 安心してサービスを受けるには、信頼できる事業所で良いスタッフに関わって欲しい、作業でなく心の通うケアをと誰もが願っています。



光

報告 第3回リフシア 接遇プレゼンテーション大会 (9.19 茅ヶ崎商工会議所)



最優秀賞のトロフィーを受け取るリフシア松林の義島さん。

チームで応援するリフシア松林。



生活に豊かにする取り組みが高く評価されました。発表者をチームで盛り上げるユニークなチャンヨンコスタイルのリフシア神明は審査員特別賞に、夏号で紹介した心温まるエピソード優秀賞(栗野ミカ)のダブル受賞となりました。リフシアのみなさん、この大会で刺激を受け良いところはお成功メソッドとしてどんどん取り入れていきましょう。

ぶちらいつ編集室

- 最優秀賞
リフシア松林(義島佐智子)
- 優秀賞
リフシア香川(高橋伸枝)
リフシア萩園(松尾敦子)
- 審査員特別賞(濱島しのぶ賞)
リフシア善行
(久保真一、藤田博之)
リフシア神明(関根喜子)



発表良かったですよ！お疲れ様でした。

↑「マイノリティーレポート」少数派の気持ちを奮い立たせるまで—を発表したリフシア萩園の松尾さんは2年続けて接遇委員を担当、初めて受賞しました。

これから1年頑張ってくださいと、新しい接遇委員にパトタッチ。

