



## 居心地のよいプライベート空間♪

利用者さんに「自分らしく、安心して暮らしていただく」ため、平成30年2月、特別養護老人ホーム（2・3F）の4人（2人）部屋に、木の香り漂うプライバシー保護のための間仕切りをつくりました。

### 利用者さんの安全・安心に配慮したプラン

以前は、大きなカーテンで空間分けをしていましたが、プライバシーを守り安心して過ごしていただけるよう、奈良県の補助金制度を活用し、多床室の間仕切り改修工事を実施しました。

特に配慮したことは、車いすで移動するときや歩行するときの妨げにならないよう『扉の開閉レールを上部に設置』。また、『バリエーション豊富な、引き戸の開閉パターン』により、利用者さんやスタッフの以前とほぼ変わらない動きやすさを実現しました。他にも、さまざまなことを考慮しました。

### 利用者さんの感想

■窓側と内側では日照条件が違うので、日が差し込む窓側がいいと思っていたけど、窓側の方と話をしていると「夏は暑くて冬は寒いよ。」というので、どちらでもいいと思った。（入居者Bさん）

■自分だけの空間として自由に過ごせることが有難いと感じている。カーテンだけだとどうしても同室の方に気を遣ってしまうし、トイレの時に特に思う。お隣さんにも気を遣わせたくないね。

（ショートステイ利用 Iさん）

■個室にいたときは気楽でよかった。多床室に移ったら自分が出す音に気を遣うし、他の人のもの気になる。壁を作ってもらって音が解消されるわけではないが、このつかず離れずの距離を保って、隣のおばあちゃんとの会話ができるようになった。長屋で隣人が訪ねて来るような感じで良い関係が築けてると思っている。（入居者Nさん）

### スタッフの感想

■初めは間仕切りにとまどいもあったが、工夫しながら今では不便さを感じなくなった。■カーテンも併用することで、閉鎖感はなく他の利用者さん・スタッフの気配も今までどおり感じられる。■コンセント位置が上部になったので使いやすくなった。■各居室の掲示板をマグネットにすることで、押しピンでの心配事はなくなり利用者さんにも喜ばれている。（以上、多数ある感想の中、一部を抜粋。）



■改修前



■改修後



## 地域に住む方をご紹介 蘭生の大月さ〜ん！

趣味で、あけびや藤づるで籠などを編んでいらっしゃる、大分県出身75歳の大月 芙美子さん。およそ15年前、橿原市から都祁にあけびのつるを捜しに来たとき、たくさんあるつるを見て、それをきっかけに蘭生町に移り住まれたとのこと。

昨年11月3日に都祁交流センターで開催された『都祁祭り』に

出展され、多くの方々が、手の込んだ作品に魅了されていました。

「あけびのつるは、太いもの、細いもの、曲がったもの、こぶしのあるものなど、いろんな形があるので、それらを活かしながらどんな作品にしていこうかと考えるのが楽しい。」と笑顔で話す大月さん。

エントランスに大月さんの作品が飾ってあります、お越しの際にはぜひご覧ください。



## 参加者さん大募集♪ 春うらら〜♪『春の利き酒』大会開催♪

今春、都祁吐山にある『倉本酒造』の倉本隆司さんをお招きし、当苑主催の「ふれあいサロン」を開催します♪お酒にまつわるお話を聞いたり、都祁の米と湧き水で作られたお酒をぜひ味わってください。



明治4年の創業以来、自家田にて栽培されたお米「夢山水」と裏山から湧き出る水を使い、造り続けられてきた倉本酒造さん。次期7代目である倉本隆司さんは、大学卒業当時、世の中の酒離れが進む中、現当主である父親に後を継ぐことを反対されたとのこと。一旦他で就職するも、酒造りの想いは拭えず3年前に帰郷。現在は、銘酒の一つである「菩提配造り※」という製法で造られた『つげのひむろ』を守りつつ、また自身があまりお酒が強くなくて、度数を抑えたお酒好きでなくても楽しめるものを考案するなど、伝統を重んじながら、現代のニーズに合うお酒造りを模索・挑戦している。

※菩提配造り（ぼたいもとづくり）とは…室町時代に創製された、清酒発祥の地「奈良正暦寺」で仕込む製法。約20年前、県内の蔵元の有志により500年ぶりに復活。

### 『春の利き酒』

- 日時 平成31年3月10日（日）13:30～15:30
- 場所 都祁すずらん苑 1階デイサービスフロア
- 参加費 500円 ■定員 20名
- お申込み 都祁すずらん苑 担当（西畑）まで

※試飲をしていただきますので、ご自身で車を運転しての参加はご遠慮ください。送迎もありますのでご相談ください。

### 倉本酒造株式会社

〒632-0231  
奈良市都祁吐山町 2501  
Tel : 0743-82-0008  
Fax : 0743-82-1748  
Mail : kuramoto-shuzou@comet.ocn.ne.jp



Let's Healthcare **インフルエンザ**のシーズンです！  
風邪・インフルエンザに負けず元気に冬を過ごしましょう～！

当苑では、日頃から看護師指導のもと下記の予防を実施しており、2年連続で入居者のインフルエンザ発症数は0です。

- ① 予防接種を受けましょう！  
たとえインフルエンザにかかっても軽く済むことが期待できます。
- ② この時期は出来るだけ人混みをさけましょう！また出かけるときはマスク着用を！
- ③ 外出後や食事前は手洗いうがいをしましょう。
- ④ 部屋の加湿とこまめな換気を行いましょう。
- ⑤ 十分な睡眠とバランスの良い食事・適度な運動をして体力や免疫力を高めましょう！

### インフルエンザ予防に おすすめな飲み物をご紹介します！

身近にある飲み物を毎日摂ることで効果が得られるかも♪



乳酸菌飲料やヨーグルト



ポリフェノールが高いココア



カテキンが含まれる緑茶

※これらの飲料等は、殺菌効果が高くインフルエンザウィルスの働きを弱める効果があります。中でも、もっとも身近な緑茶を少量ずつこまめに飲み、喉についた菌やウイルスを洗い流すと効果的。