

ローズライフ

Vol.47
2024

特集
ご本人の
望む暮らしを支える
健康管理サービス

ALSOKライフサポート株式会社

冬型栄養失調について



『冬型栄養失調』という言葉はご存じでしょうか？
人の体は冬の寒さから身を守るために、多くのエネルギーを消費します。
そのため、夏よりも冬の方が約10%もエネルギーを消費すると言われています。
冬は普段通りの食事をしていても、栄養不足の状態に陥ってしまう恐れがあります。

冬型栄養失調のおもな症状

- ・まぶたが**ピクピク**動く
- ・**口内炎**がよくできる
- ・**傷**が治りにくい
- ・**疲れやすい**

◎これらに当てはまる方は栄養が不足しているかもしれません。
◎栄養素によっては、寒さ衣対策するのに使われてしまい、普段通りの食事をしていても、
栄養不足の状態に陥ってしまう恐れがあります。

—冬に不足しがちな栄養素をしっかり摂りましょう—

マグネシウム
寒さで硬くなる筋肉や血管の働きを促します。
食材 ナッツ、海藻など

ビタミンB群
体内で熱やエネルギーを作り出すために必要です。
食材 豚肉、大豆、鯖など

葉酸
体を温めたり、血管を柔らかくしたりする働きがあります。
食材 法蓮草、レバーなど

参考:「冬型栄養失調について」金町中央病院 栄養科コラムより

ALSOKグループの介護付有料老人ホーム
ローズライフくずは
Rose Life Kuzuha



常に介護を必要とされる方に…

「昼食付きホーム見学会」
● 1/11(土)、26(日)
● 2/8(土)、23(日)
● 3/8(土)、23(日)
11時30分～
大阪府枚方市楠葉朝日1丁目2-5
☎ 0120-877-602

ALSOKグループの介護付有料老人ホーム
ローズライフ高の原
Rose Life Takanohara



自立した生活をお過ごしの方に…

「昼食付きホーム見学会」
● 1/18(土)
● 2/16(日)
● 3/15(土)
11時00分～
京都府木津川市相楽台9-1-5
☎ 0120-716-602

ALSOKグループの介護付有料老人ホーム
ローズライフ京都
Rose Life Kyoto



常に介護を必要とされる方に…

「昼食付きホーム見学会」
● 1/12(日)、26(日)
● 2/9(日)、23(日)
● 3/9(日)、23(日)
10時30分～/14時30分～
京都市中京区壬生東高田町1番23
☎ 0120-381-602

「見学会」は随時受付しております。お問い合わせください。

発行: ALSOK ライフサポート株式会社 大阪府枚方市楠葉花園町 14-10 京阪くずは駅ビル南館 3階 電話: 072-868-0321



ご本人の望む暮らしを支える健康管理サービス

ローズライフ京都

ローズライフ京都は、「こんな風に暮らしたい・過ごしたい」「最新の看取りはこうありたい」というご本人やご家族の希望の暮らしと生活を実現することを大切にしています。持病や疾患があってもその方の望む暮らしが妨げられないためには、日頃の健康管理（サービス）が重要です。ローズライフ京都では24時間365日体制で看護スタッフが常駐していますので、状態の変化に応じて主治医（往診医）に連絡し、その指示のもと迅速な対応を行います。ご入居者の健康状態の観察や医療処置、服薬の管理、医師との連絡調整を担当しています。

ご自宅での生活で受けておられた医療面のサポートは、医療機関や主治医の指示のもと、ホームにおいても可能な範囲で対応をさせていただきます。またホームでは看取りもさせていただきます。

人生の最期をどのように過ごすかはご本人はもちろん、ご家族にとっても大切な瞬間です。日ごとに変わるご本人やご家族の想いに向き合い、主治医と連携して悔いのない最期を迎えていただきたいと思います。そのためサポートさせていただきます。

施設便り

ローズライフ高の原

15周年記念コンサート開催

去る11月1日、『ローズライフ高の原』は、ホーム開設から15年という節目の日を迎えました。人生の大先輩であるご入居の皆さまから多くの学びをいただきながら、共に15年という月日を積み重ね、おかげさまで『ローズライフ高の原』は、しっかりと落ち着いた空気感漂うホームへと成長いたしました。記念すべきこの日、ホームでは『15th.』



客席一体となって大合唱。



ホームの誕生日を祝って熱唱。

いつも入居者さまの笑顔に包まれるローズライフ 充実した日々を過ごせる理由を紐解きます

アンバーサリーコンサート」と題してクラシックコンサートを開催いたしました。ゲストの『Fixed Stars』は、ソプラノ、ピアノ、バイオリン、クラリネットから成る女性4名のグループ。グループ名の『Fixed Stars』は、自ら光



社長も駆けつけて花束贈呈。

たものとなるよう皆さまをお支えして行く！と心新たにしました。

を発する天体『恒星』の意。恒星のよりに永遠に自ら光り輝き続けていた、との願いから誕生したグループ。これはまさに当ホームが目指すところと同じで、お招きするにふさわしいゲストの皆さんでした。コンサートのラストでは、ホームの15歳の誕生日を祝って「Happy Birthday」の歌を演奏。客席の皆さまと共に大合唱。15周年の記念イベントにふさわしい華やかな、そして心のこもった温かいコンサートとなりました。

これからも、ご入居者お一人おひとりの人生の集大成となるこのホームでの暮らしが、悔いのない充実した



午後

13:00~18:00

- 胃ろうの方への注入
- 血糖値測定
- 往診の対応
- 午後からの処置対応
- ご入居者の情報記録入力等
- 受診結果をご家族へ報告
- 配薬箱の回収・排便チェック・各フロア周り
- 翌日の受診・往診者の経過記録の出力
- 申し送り

夜間帯

18:00~23:00

- 各フロアの見回り

深夜・早朝

23:00~8:00

- 準夜勤者への申し送り
- 胃ろうの方への注入開始

午前

9:00~12:00

- 朝礼・夜勤の状況報告
- 日勤出勤
- ご入居者の体調確認
- 夜勤者より申し送り
- 配薬チェック
- 通院の付き添い
- 往診の準備

1F朝礼夜勤の状況報告

夜勤者休憩

ローズライフくずは

ローズライフくずはの風物詩！『運動会』を開催

ローズライフくずはでは、日々の生活の中で季節感を感じていたり、懐かしい行事に触れていただきたいという思いで、イベント企画を行っています。若かりし頃や今よりお元気だった頃を思い出し、一生懸命になったり、ワクワクしたりと前向きな気持ちになっていただきたいからです。

大人数で参加できるイベントはそのひとつ。特に運動会は、参加者の一体感が生まれて孤独感が緩和されるほか、楽しみや喜びを見出しながら身体機能の維持向上につなげることに



「玉入れ」はついつい熱が入ってしまいます。あらかじめ玉の数を多めに用意しました。



今回初めて取り入れた競技の「ボール送りリレー」は、両隣の方と協力して行います。ご入居者同士、助け合う姿が印象的でした。



毎年恒例の「パン取り競争」。今年は二人でスタート地点から競争し、ゴールにつるしたパンを取り、パンについた点数が勝敗に繋がるという競技でした。



今年は午前と午後の2部制に分かれて、開催することが出来ました。ハチマキをお渡すと気分が上がり、「準備体操」で皆さんの気合が入るのがわかります。

競技の際は、参加者の方の名前をお一人ずつお呼びして、スタートラインに立たれます。競争のはずが仲良く笑顔で進まれる姿が、「和気あいあいと楽しまれている」と微笑ましかったです。

普段はできないことが出来たり、ご入居者同士の思いやりも感じられたりした、元気いっぱい運動会でした。