

ふれあい新聞

秋号



9月9日「スーパームーン」 やはぎ苑屋上より

発行日 平成 26 年 10 月 1 日 第 5 5 号
発行 社会福祉法人 瑞穂会
ふれあい新聞編集部
本部 〒 4 4 4 - 0 9 3 6
岡崎市上佐々木町字大官 49 番地
TEL (0564) 3 4 - 3 6 6 6
FAX (0564) 3 4 - 2 3 4 7

法人職員旅行について

社会福祉法人瑞穂会は、平成9年6月に法人の認可・登記以来、今年度で設立17年目を迎えます。平成10年7月の特別養護老人ホームやはぎ苑開設を始めとして、平成15年4月にはグループホームかみさの家、平成16年7月には特別養護老人ホームくわがい、平成22年10月には小規模特別養護老人ホーム第二やはぎ苑の開所と皆さんのお力添えの元、順調に事業展開をしてきました。

今回、やはぎ苑開所15周年・くわがい開所10周年を記念し、職員旅行を計画しました。九州・北海道・沖縄と2泊3日、計5班の旅行及び計2班の日帰り旅行に行く予定となっています。



九重夢大吊橋からの絶景



太宰府天満宮参拝



博多の夜の様子

今回は9月23日から9月25日に催行した九州旅行についてご報告させていただきます。折しも天気予報は台風接近につき雨の予報でしたが、各施設から25名が参加し、初日の日田豆田地区観光、黒川温泉は幸いにも雨に降られずに周れ、夜は職員同士親睦を図ることが出来ました。

二日目は今年まで日本一の吊橋となる九重夢大吊橋(来年12月に完成予定の箱根西麓・三島大吊橋に全長の長さで抜かされるそうです)からの眺めを堪能(少し風雨が強まった時間帯もあって恐々わたる職員もいました)が、(・)・、昼食は湯布院を散策しながら、おやつに梅ヶ枝餅を食べながら太宰府参拝と観光地を巡りました。さすがに二日目は雨に降られましたが、傘を差せないほどの雨ではなく夜は各々博多の夜を満喫したようです。

くわがい十年をふり返って

副施設長 竹内己智子

“お伊勢さんにお参りしたいな” “美味しいものが食べたいよ”

“むかしは温泉によく行ったんだけどね” “入居者さんとのこんな会話から鳥羽・伊勢への一泊旅行を実施。

“泊りがけは自身ないんだけどどこか旅行に行きたいなあ”

という声には香風溪や豊川稲荷への日帰り旅行を準備するなど、介助が必要になっても出来る限りその人らしい生活が送れるようにとくわがい開所以来十年のあいだ心がけてきました。



三州足助屋敷



お伊勢さん 宇治橋



夏祭り 盆踊り



桜散策



餅つき



お月見

年末の餅つき、春のお花見、夏祭りでは盆踊り等々、元気な頃は普通に

行われていた季節の行事がくわがいに入居されてからも楽しめる。最後まで

でその人らしく生きていただくにはこうした非日常とともに食事・入浴・

排泄の三大介助をおひとりおひとりの状態にあわせた個別対応をするこ

とで安心した日常が提供できるのではと考えておりました。

しかしこの “その人らしい生活” を援助することのなんと難しい

事か！ それを思い知らされた十年でもありません。

折しも平成二十七年には三年に一度の制度改正により、特別養護老人ホ

ームに求められるニーズも大きく変わります。特養はより重度の方の受け

入れ施設として位置づけられ医療ニーズの高い方も増えてくると思われ

ます。

今まで以上にアンテナを高くして、重度の認知症の方でもベットでの生

活が中心の方でも、その方らしく生活していただく為に、何が必要なのか

考えて介護できる職員を育てなくてはと気持ちをあらたにしております。

“まだ十年？” “もう十年？” “十年の重さは人それぞれで

すが、次の二十年を目指して入居者様、ご家族様のご協力をいただきなが

らともに歩んでいきたいと思えます。

敬老会「くわがいカフェ」

九月に入り、朝晩が徐々に涼しくなりくわがい周辺にも秋の気配が近づいてきました。そんな中、今年も「敬老の日」を迎えました。

今年の敬老会のテーマは『和風』です。飾りつけを『和』で統一し、落ち着いた雰囲気の中、皆さんにゆっくりと午後ひと時を過ごしていただけるよう企画しました。また、岡崎の昔の様子を写真コーナーとして用意し、参加される方々お一人お一人が思い出に浸って頂けるような回想法を交えた会にしました。



メニューは飲み物を10種類、食べ物をお種類用意し、皆さんに選んでいただきました。「くわがいカフェ」と名付けたとおり喫茶店のような雰囲気です。昔懐かしいものに囲まれながら、ホール係がモンパや割烹着で配膳し、職員とゆったりとした時間を過ごしていただきました。普段と違う雰囲気だからか、皆さん食も進みますが会話もとても弾んで普段聞けないような若いころのお話等を聞くことが出来ました。

そして恒例の『紙芝居コーナー』では、参加して下さる方が、その都度楽しんで頂けるように三回に分けて、三種類のお話を用意しました。昔の雰囲気を出すため、屋外デッキで担当職員が「紙芝居おじさん」になりきり、心をこめて読み上げました。今年の担当者職員はとても元気があり、その活気ある雰囲気も手伝って。皆さん、もの珍しそうに聞き入ってください、とても楽しまれたようで最後には多くの拍手を頂きました。



写真コーナーでは昭和初期から中期頃までの岡崎市の様子をパネル展示しました。市内電車（電車通り）や康生町の様子、賑わいをみせる連尺商店街の様子など30点ほど展示してあり自分の通った小学校やお子さんと一緒に出掛けられた場所など、若き日の出来事など色々なお話を聞かせていただき、とても活き活きとした表情を見せてくださいました。

敬老会

介護職員 氏原 健嗣

やはぎ苑では、九月一七日に敬老会を開き、入所者の方で最高齢の104歳になられる方をはじめ100歳以上の方や、99歳の白寿を迎えられた方、88歳の米寿を迎えられた方のお祝いをしました。

皆さん食堂まで降りて頂いて、表彰式を行いました。その時、多くの方が、心から自分の事のように表彰者の方のご長寿を喜ばれている姿を見て、胸にぐつとくるものがありました。

表彰式の後は、毎回皆さんが心待ちにしているやはぎみやこ幼稚園児たちとの交流会がありました。

年長さんのすばらしい歌と鼓笛演奏に皆さん食い入るように見つめ、入所者の中には最初の歌が始まると同時に感極まって涙を流される方もみえました。

演奏が終わると、今度は園児の皆さんが入所者の方々の前まで来てくれました。そこで年長の小さなお友だちとお話しをしたり、手遊びなどをして楽しませていました。

今回、皆さんが楽しみにされていた、やはぎみやこ幼稚園との交流会の時間が十分とれなくて、前回より少し短くなってしまった残念でしたが、これからも、毎日楽しく過ごしていただけるように職員全員努力していきますので、入所者の皆さん、いつまでも元気でいてください。



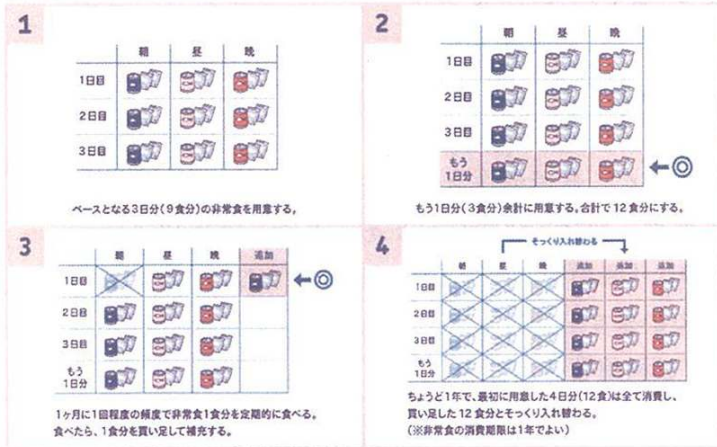
非常時に備える

9月1日 防災の日

「新たな非常食の備蓄法「ローリングストック法」

【図1】 食べながら備える「ローリングストック法」

© 文平親座+NPO法人プラス・アーツ



ここ最近叫ばれ始めている「ローリングストック法」とは、日常的に非常食を食べて、食べたら買い足すという行為をくりかえし、常に新しい非常食が備蓄されているという方法です。その実践方法は、「非常食は最低3日分用意しましょう」と奨励されていますので、家族の人数分の食料を3食×3日分で9食分用意する必要があります。今回ご紹介している「ローリングストック法」ではもう1日分追加して12食分用意するようにします。そして、毎月家族

で「非常食」を食べる日を決めておいて、その日が来たら備蓄している12食分のうち1食を食べるようにします。さらに、「非常食」を食べた日の週末あたりに、食べてしまった1食分を買い足し、備蓄に加えます。

この家族で決めたルールを守って、月1回の「非常食ごはん」の日を繰り返していくと、丁度1年で用意した非常食12食分がすべて入れ替わることになります。その結果、「非常食は1年持てば十分」ということになります。

この「1年の消費期限」がとても重要で、1年でよければ、ほとんどのレトルト食品は対象になります。そうすれば、家族それぞれの口に合った非常食を選ぶことができるのです。

さらに、東日本震災時に、店頭から食品とともにトイレトペーパーが、被災地のみならず全国的に不足した事実があり、また国内生産の4割が静岡県で生産されており、万一、東海地震等で静岡県が被災した場合、深刻な供給不足が想定されます。そこで、経産省では、普段からご家庭で、日用用とは別に一ヶ月分程度のトイレトペーパーの備蓄をすすめています。

「備えあれば、憂いなし。」

何時発生するか分からない大規模災害から家族の命を守り、落ち着いて対応するために、日頃から準備が大切です。



グループホーム かみさの家

「我が家」となることをめざして!!

私たちは、かみさの家の理念『ゆっくり、楽しく、普通の生活を』をモットーに、「認知症だから〇〇はできない」ではなく、できる事や、役割を決めたりすることで、「〇〇をしよう」という前向きな姿勢で、常にご利用者様に「我が家」として過ごして頂きたいという想いを持ち、家庭のような雰囲気作りに励んでいます。

私たちが目指している家庭的なホームは、「ご利用者様の住まい」という意味だけの家庭ではなく、職員も含めて成り立つ「ぬくもりと笑顔にあふれた家庭」です。しかし、残念ながら職員たちだけでできる事には限界があります。ご利用者様を中心に、ご家族様、地域の方など様々な方々と関わり、協力し合うことで初めて「家庭」が生まれ、「安心して暮らせる地域」へと繋げていけるのだと感じております。



お部屋ってどうなってるの？

皆さんは、グループホームの部屋と聞いて、どんなお部屋を想像しますか？ベッドとキャビネットがある病室のようなお部屋をイメージする方が多いのではないのでしょうか。

かみさの家では、「お部屋」＝「住まい」としてその方らしさを現すと共に、落ち着けるような空間作りを進めています。馴染みの家具や道具をお部屋に置いたり、お庭に花壇を作ったりしていただくことで、『自分のお部屋』を作り上げ「住まい」を充実したものにしています。



グループホーム class

「寒くなったわねえ！」

利用者様からの朝の第一声が響きます…。
少しずつ秋めいてきました。
朝晩の空気の冷たさを肌で感じそんな声がよく聞かれる様になってまいりました。
かみさの家の利用者様方は、今日も変わりなくお元気で過ごされています。

前回に続き、秋号も認知症について少しお話をさせて頂きたいと思います。
よろしければ、ほんのひと時だけ目を通して頂ければ幸いです。

見当識障害・夕暮れ症候群

見当識障害 → 認知症の中核症状の一つとして現れてきます。「今がいつなのか（時間）」「ここがどこなのか（場所）」「あなたは誰なのか（人物・自分との関係）」などが分からなくなる症状です。これは、認知症の種類によっても、見当識の症状は様々です。アルツハイマー型認知症では時間や場所と比較すると、人に対する見当識は長く保たれているようです。

「時間」に対する見当識には、日ごろの会話の中に「もう秋ですね、涼しくなってきましたね」など、季節や日付を感じさせる内容を意識して盛り込んでみることも記憶の保持につながると思います。また、窓を開け明るさを取り込むことで昼・夜の区別がつきやすいでしょう。「場所」では、住む環境が変わる場合に最も起こりやすいのです。本人の思い出の品や使い慣れている家具など自分の安心できる環境を整える事が重要です。家族や安心できる人が身近にいる事も「環境」ですよね。どの症状も、本人からしたら目の前に起こっている事、記憶が遡って思い出の中に生きているのも今の自分です。

もうひとつ、「時間」と合わせて、現れやすいのが、「夕暮れ症候群」といわれる症状です。夕方になるとソワソワして落ち着かなくなったり、「今から外へ行って、家に帰ります」と、徘徊を始める事もあります。私たちの生活の中でも、夕方は晩御飯の用意を始めたり、学校や会社から帰宅したり、何となく慌ただしいような時間ですよね。本人も「夕方になったから買い物してこなくちゃ」「ごはんの支度しなくちゃ」そんな風に感じているのかもしれませんが、これらは本人の好きな事をしていたり、夢中になっている時は起こりにくい印象があります。差しさわりの無い程度のおやつを一緒にとったり、ポツンと一人にせず、「ねえ、〇〇さん」と語尾につけるだけでも落ち着きます。どのケースに対してもいえる事は、まずは本人の想いを否定せず優しく受け入れる事、介護者（周りの人）の慌ただしい気持ちはすぐに伝わってしまいます。

本人の記憶に残っている「人物」から日付や場所や事柄が思い出され、「暑かった」「あの月はきれいだった」、肌身で感じてこられたことは深く記憶に刻まれています。そんな記憶の再生をお手伝いさせて頂ける私たちスタッフも、利用者様の記憶の1つに刻んでもらえるよう励んでまいります。

地域密着型小規模特別養護老人ホーム

第二やはぎ苑

『敬老の日』をお祝いしました

学区敬老会

9/13 矢作北学区
敬老会へ参加し
ました。

小学1, 2年生と

のふれあいや、吹奏楽、雅楽などの
演奏を楽しみました。



小学生からの お便り

心温まるお手紙を
いただきました。

お返事を書かせていただきました。



第二やはぎ苑敬老会

9/15 に敬老会を開催しました。

お昼はお刺身
のお弁当を、
おやつはバイ
キング形式に
してお楽しみ



いただきました。また、おひとり

おひとりの素晴ら
しいところを書き
添えた表彰状と、
健康を祈願して
歯ブラシを贈呈
しました。



ユニットリーダー研修に行って来ました

日本ユニットケア推進センター主催の「ユニットリーダー研修」に2名の職員が参加しました。今回学んだことを、各自のユニットで実践し、より質の高いケアを目指していきます。

ルピナス・ひまわりユニットリーダー 廣田恵子

今回の研修に参加し、ユニットケアの理念で
ある「暮らしの継続」について学びました。

ご入居の皆様が、「自分の住まい」と思える

ような場にしてい
くため、ユニット職員
全員で勉強をしま
しながら住まいづく
りをしていきたいと
思います。



あおい・みつばユニットリーダー 野村峰良

3日間の講義と、5日間の施設実習を通して、
「暮らしの継続」について学んで来ました。

生活感のある落ち着いた環境づくりや、入居者

様個々の生活リズム
に合わせたケアを
提供できるように、
できるところから取
組んでいきたいと
思います。



小規模多機能やはぎ苑



陽気の良い時期となり、苑外活動も含めて季節を感じて頂けるよう10月・11月も月間行事を予定しています(10月は9月に行く事のできなかつたぶどう狩り、11月は紅葉散策、12月は苑内での忘年会など)。また朝晩と肌寒く感じられ日中との気温差により体調を崩しやすい時期ですのでご自宅での体調管理とやはぎ苑での体調確認により今後も定期的な通い・泊まり・訪問支援が活用できるよう支援していければと思います。

七月



七夕会・喫茶外出
音楽サロン慰問
などなど



八月

流しそうめん・夏祭り
日本舞踏慰問 などなど



九月



アピタ外出
ひまわり散策
などなど





なんだあ？ これは
やはぎ苑の入口に
こんなものが生えていました
これはいったい何なんでしょう



「やはぎ苑夏まつり」

七月二十六日(土)
今年も天候に恵まれ
大盛況のうち無事に終
えることができました。
これも入所者のご家族
の皆様や、毎
回ご協力いた
だいているボ
ランテイアの

これってきのこ？
なにきのこ？
ご存じの方いますか？



方々の
おかげ
です。
ありが
とうが
まし
た。

編集後記

「教えてもらえない人になっていないですか？」

出3デチ、をもラカーは、の都自教てえ
進1カーしれてコ努力は、自分の「っ教
勝、アコかそってるがパタな「自」思、
決はスタし「言ある」な「自」思、
の手二れ。側を。側い「な」な「自」思、
初選テ優する。何か。側い「な」な「自」思、
人織一とまわ、うえる。側い「な」な「自」思、
本錦リ境い教もよ教か「わ」方「な」な「自」思、
日たテ環て、てし「を」わ「き」考「え」聞「の」に「う」考「え」ま「教」と「事」そ「と」
でっ口たれも、てし「を」わ「き」考「え」聞「の」に「う」考「え」ま「教」と「事」そ「と」
スなボれわてやいの「あ」判「断」で「き」考「え」聞「の」に「う」考「え」ま「教」と「事」そ「と」
二と・まいしを「ない」あ「い」判「断」で「き」考「え」聞「の」に「う」考「え」ま「教」と「事」そ「と」
テ人ク恵と力何は多「い」あ「い」判「断」で「き」考「え」聞「の」に「う」考「え」ま「教」と「事」そ「と」
ン時ッのた努、で「い」あ「い」判「断」で「き」考「え」聞「の」に「う」考「え」ま「教」と「事」そ「と」
プの二ッのた努、で「い」あ「い」判「断」で「き」考「え」聞「の」に「う」考「え」ま「教」と「事」そ「と」
一躍の、な側が「ば、で「い」あ「い」判「断」で「き」考「え」聞「の」に「う」考「え」ま「教」と「事」そ「と」
オ一、米学強るな「け」た「い」あ「い」判「断」で「き」考「え」聞「の」に「う」考「え」ま「教」と「事」そ「と」
米、米学強るな「け」た「い」あ「い」判「断」で「き」考「え」聞「の」に「う」考「え」ま「教」と「事」そ「と」
全、米学強るな「け」た「い」あ「い」判「断」で「き」考「え」聞「の」に「う」考「え」ま「教」と「事」そ「と」
先果のよ「く」取「ら」な「し」て「き」考「え」聞「の」に「う」考「え」ま「教」と「事」そ「と」
を歳ミに「よ」く「受」け「取」ら「な」し「て」き「考」え「聞」の「に」う「考」え「ま」教「と」事「そ」と

- * 匿名希望様 (二名)
- * 鈴木一江様
- * 奥田鎮夫様
- * 池ノ谷重喜智様

「ありがとうございました。」
御寄附・ご寄贈 (平成二十六年七月〜九月)