

# ふれあい新聞

新年号



くわがいデイサービスセンター  
佐々木稔様作

発行日 平成 27 年 1 月 1 日 第 56 号  
発行 社会福祉法人 瑞穂会  
ふれあい新聞編集部  
本部 〒444-0936  
岡崎市上佐々木町字大官 49 番地  
TEL (0564) 34-3666  
FAX (0564) 34-2347

＼ 新年のご挨拶 〉

平成二十七年の年頭にあたり、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

日頃は、私たち社会福祉法人瑞穂会の運営に対し、ご利用者・ご家族の皆様方、地域の皆様並びに関係諸機関の皆様様の多大なるご支援・ご協力を賜り、心よりお礼申し上げます。私ども瑞穂会も皆様方のお力添えをもちまして、無事に新年を迎えることができました。

さて、本年は改正介護保険法が4月より施行されるなど、大きな環境変化が予想されます。同時に行われる介護報酬の改定についても特養、デイを中心に引き下げの方向で議論が進んでいます。「給付の抑制と負担増」、ご利用者の皆様方にとっても、事業者にとっても大変厳しい内容が予想されます。

また、社会福祉法人に対する税制優遇の見直し等、社会福祉法人に対して厳しい目も向けられており、事業環境は今まさに逆風の中にあります。

しかしながら、いかなる変化があろうとも、いかに事業環境が厳しくなろうとも、社会福祉法人瑞穂会は、ご利用者の皆様、地域の皆様及び関係諸機関等のご期待に沿うべく、皆様から「選ばれる法人・施設」を目指して質の高いサービスを提供するよう努力してまいりますので、本年も更なるご支援・ご協力を心からお願い申し上げます。末筆ながら、皆様方のご多幸とご健勝を祈念し、新年の挨拶とさせていただきます。

平成二十七年 元旦

社会福祉法人 瑞穂会

理事長 手嶋寛人

～ 面会の皆様へのお願い ～

**厚生労働省**

# みんなで予防！ インフルエンザ

インフルエンザの手柄には  
みんなの「かからない」、「うつさない」という気持ちがとても大切です。  
手洗いでインフルエンザを予防して、かかったら、  
マスクや咳エチケットも忘れずにください。

## マメに

**マスク!**

**手洗い!**

コホッ

インフルエンザ予防対策アドバイザー マメゾウくん

インフルエンザ予防対策アドバイザー アズキちゃん

インフルエンザに関する情報 厚生労働省 | 電話：インフルエンザ相談センター | <http://www.mhlw.go.jp/kouza/koban/06/influenza/index.html>

瑞穂会では例年通り、感染症対策として面会の皆様には  
面会前のエアタオル手指消毒・うがいをお願いしております。

また、発熱や咳などの症状のある方につきましては  
面会を自粛していただきますようお願い申し上げます。



## くわが い

### 目指せ!! 水分1000cc

食事委員会委員長 佐久間 広海

今年度、食事委員会では1日に1000cc

以上の水分摂取を目標のひとつに掲げました。

一般的にお年寄りには体内の水分量が少ないため脱水になりやすく、心臓や腎臓に持病があるなどで医師から特別な指示がある場合を除き、

1日に食事から摂取できるもの以外に1000cc

c以上は水分が必要とされています。脱水の症状としては、発熱、立ちくらみ、食欲不振、頭痛、吐き気、全身倦怠感などが挙げられますが、最近では転倒や異食行為の原因のひとつに脱水があるとされています。しかし、お年寄りは喉

の渇きを感じにくく、人によっては排泄面が心配で意識的に水分摂取を抑えてしまうという方もいらっしゃると思います。そのため、食事委員会では水分摂取についての勉強会を開き、脱水の恐ろしさや水分摂取の重要性を学ぶと共に、どのようにすれば入居者の方々にたくさんの水分を摂っていただけるのかを話し合いました。

まず各ユニットで取り組んだことは、水分の提供回数を増やしたことです。毎食時の水分提供は当然として、10時のコーヒータム、3時のおやつ時、入浴後にも水分の提供を確実にして、飲んでいただく機会を増やしました。また、一度に提供する量も見直し、それぞれの方が飲みやすい量を提供するようにし、大小のコップも揃えまし

## くわが い

た。私の所属する歌丸ユニットでは4000ccも入る大きなコップを使ってらっしゃる入居者様もいらつしやいます。また、飲み物もコーヒーや紅茶、牛乳、スポーツドリンク、ジュース類と様々な種類を準備し、それぞれの方の好みに合わせて選んでいただけようになりました。さらに、排泄面が心配で意識的に水分摂取を抑えてしまわれる方については、十分な排泄ケアと精神面でのケアを心掛けました。

その結果、徐々にはありませんが皆さん水分摂取量が増加し、11月は平均で1000ccを超えた方が歌丸ユニット20名中16名と多くの方が目標を達成できるようになりました。



コーヒーを飲んでニッコリ



お好きなものが選べます

初めは、1000cc以上というのは大変な目標だと感じましたが、その必要性を学ぶことで職員全員が一丸となって取り組むことができた成果が出て嬉しく感じています。しかし、食事委員会では水分だけでなく食事や口腔ケアにも多くの課題があります。今後も勉強を続け、ひとつひとつの課題に真摯に取り組み、入居者様のより良い生活に繋げていければと考えています。





# 蒲郡日帰りの旅

## 「日帰り旅行」

介護職員 稲垣 典久

十一月五日、入所者六名の方と蒲郡の「竹島水族館と竹島散策」へ日帰り旅行に行ってきました。

竹島水族館に入館すると、丁度アシカのショーが始まるところで、ショーを間近でみる事ができました。次々繰り広げられていくアシカのみことな芸を食い入る様にじっと見ている方や、ご自分の方に近づいて来ても怖がるどころか、手を伸ばして触れようとする方も見えました。また館内では、普段見ることが出来ない大きい魚や、変わった形をした魚に皆さん驚かれています。

お昼は、事前に食ベログで調べ「蒲郡のうどんキング1位」で、しかも竹島水族館から目と鼻の先にある創業明治36年の老舗手打ちうどん「やをよし」を予約して、全員味噌煮込みうどんをたべました。さすが1位にランキングされるだけあって、皆さん「美味しいね」と言いながら味噌煮込みうどんを堪能されていました。中には、普段食事量の少ない方が、いつもにも増して食べられ、職員が驚く場面もありました。

食事を済ませた後、少し休憩をはさんで竹島と陸地を結んでいる竹島橋を、八百富神社の鳥居があるところまで渡り、皆さん揃って手を合わせてお参りをしました。

参加された入所者のお一人は、むかし蒲郡で働いていたそうで、今回の日帰り旅行をたいへん心待ちにされていました。当日、蒲郡に向かう車中でも、懐かしそうに職員やボランティアの方と当時のことをお話しされていました。

付き添い職員も、皆さんがいつもと違った環境で普段見られない表情を見ることができ、また帰苑後も、待っていた職員に今日の日帰り旅行を楽しそうにお話しされる姿を見て、大変良い日帰り旅行が出来たと感じました。

今後も行事のの一つとして外出を取り入れ、皆さんの表情やお話しを上手く引き出すことが出来るように努めてまいります。

最後に、旅行を無事終えることが出来ましたのも、ボランティアの皆様のご協力があったとのことと存じます、誠にありがとうございます。





# 持養・グループホーム 矢作南学区文化祭 作品展

持養の作品

グループホームの作品

グループホームの作品



十一月一日 矢作南小学校

毎年この時期がくると、グループホームの入所者の皆さんの力作に負けないように、持養の皆さんも、十月中旬から少しずつ出品にむけて準備を始めます。

いつもは、習字と押し花を展示していましたが、今年度は、習字については例年通り出品し、もう一つの作品は、ちぎり絵を皆さんに作って頂いて、出品しました。

なかなか大勢の方々に見ただく機会がないので、毎回この文化祭の作品は、皆さん張り切って制作しています。

来年以降もし機会があれば、入所者の作品をぜひご覧ください。



十二月二十六日

やはぎ苑では、二十六日、2階に餅つき会場を設置して、午後より餅つき大会を開きました。

入所者の皆さんも朝から楽しみにされていて、つきあがりを楽しみに待ちながら、皆さん口々に「もう、こんな時期なんだねえ、1年なんてはやいねえ」と感慨深げに言われ、昔話に花を咲かせていました。

それにしても慣れていない職員が、餅をつく訳ですから「つき手」と「返し手」の呼吸も合わず、お世辞にも息のあった餅つきとは言えません。ようやく出来上がった餅を皆さん、お好みの味付けで召し上がっていただきました。その時、入所者の方から「つきたてのお餅はおいしいね」とやさしいお言葉をかけていただき一気に疲れも吹き飛びました。(でも明日、肩上がるかな?)  
古くから霊力の宿る餅を食べると元気になると言われています。たくさん召し上がって、いつまでも元気に過ごしてください。





グループホーム

# かみさの家

新年、明けましておめでとうございます。  
本年も何卒、グループホーム「かみさの家」を、宜しく願い申し上げます。



今年も たくさんの「笑顔」が生まれる



## 一年の抱負



- O・T 様 「一年、健康で過ごせるように体力をつけたいです。」
- I・Y 様 「皆に大事にしてもらって幸せです。病気を重くしないよう1日1日を楽しく過ごしていきたいです。」
- A・H様 「家族みんなが幸せであってほしい、そのために私もここで幸せに暮らしたい。」

利用者様から 一年の抱負を頂きました。かみさの家の皆さんが「ゆっくり 楽しく 普通の生活を」送って頂けるよう、スタッフ共に一日一日を大切に積み重ね お手伝いさせて頂きたいと思えます。

スタッフ一同 心より…

## 「笑顔」は 万能薬？

「笑う門には福来る」…にこにこ笑うと良いことが起こります。  
実際にこんな話がありました。お医者様が病気をもちの方に漫才を聞かせて笑わせた後でいろいろな検査をしてわかったそうです。  
笑うと免疫力や自然治癒力といった、もともと体に備わっている体を病気から守る力が強化されるそうです。  
また、大きな声で笑うと腹式呼吸になり、酸素と血液が身体の隅々まで運ばれます。  
もちろん脳にも行き渡ります。笑いは頭脳の活性化にもつながるということです。  
「笑う」ってすごい力を秘めているんですね。  
笑顔はふくれっ面より断然魅力的です。健康(美容?)の為にも一年「笑って」過ごしていきたいですね。





## グループホーム class

先日、「地域運営推進委員会」が行われました。認知症をめぐる現状、リスクマネジメントについて、3回に分けお話をさせて頂きたいと思います。第1回は、会議にて事例検討を行い、参加して頂いた方々のご意見を掲載させて頂きます。



今回は、「認知症現場に多いトラブルって?」「その為のリスクマネジメントは?」についてお話をさせて頂きます。

事例内容・・・「どのようにしたら、職員・本人が安心して外出できるでしょうか?」

散歩の好きなAさんですが、職員の同行を拒まれる為、職員は距離をとり後を追いかけます。道中の柿畑に入り柿の木に手を伸ばしているのを見て、「とったらダメ」と大声を上げてしまい、Aさんは「何でついてくるの!」等、罵声や叩く等怒りを露わにされます。事故や本人の身体のことを心配しての事と伝えますが、興奮状態はしばらく続きます。(その後、時間の経過とともに、自身の行動等は忘れてしまっている。)

問1) なぜAさんは、不機嫌になり、暴言を発したのでしょうか?

- 「～してはだめ」という言葉を言うてはいけない。まずは共感することが大切である。また、昔の記憶では、柿やみかんは採っても怒られなかった。
- 強く制限する言葉は言わない。社会人でも小さな子供でも批判を受ければ反発心が出てくる。学校の教師時代、荒れていた時代の子とどう接するか悩み、まず、同じ目線に立ち、共感し受容することが関係づくりをするに大切なことでした。
- 普段から、地域の方からの声掛けが万が一の際の協力・見守りになると思う、関係づくりのためのネットワーク作りが必要である。

問2) Aさんはなぜ、散歩をするのでしょうか?

- 体を動かし気分転換をしたかった。
- 自由な時間や変化、刺激がほしいため、室外へ出たい。
- 居場所や周りとの雰囲気になじめないから。

問3) Aさんが外出することに対して、安全確保やトラブル回避をするためにどのような取組みが必要でしょうか?

- ①散歩前・・・散歩方法の意思確認や健康状態、心身状態の確認をしつつ一緒に散歩をしたい旨を伝える。また、他利用者の前で意思確認をすることで、他利用者も一緒に散歩できるようにする。
- ②散歩中・・・同行できる場合→ 楽しい雰囲気づくりに努め、一緒に散歩することの良さを伝える。同行できない場合→ 事故を起こさず安全に散歩ができる様、隠れながら見守りを行う。
- ③散歩後・・・散歩の感想(良かった点など)を確認、職員からもよかった点を伝え場を和ませる。また、目上の方であるため、非がある行動をとったとしても非難せず敬う声掛けを心掛け、気分転換をしっかりとして頂く。

会議では、皆さん真剣に取り組まれ、一つの問いごとに多数のご意見をいただきました。

市の職員の方にも参加して頂き、「運営推進会議として地域との積極的な取り組みである」と高評をいただきました。

今回の地域の方々の意見で感じられたのは、地域の方々が、施設の利用者様も「同じ地域の住人」として大切に思っていること、共に安全に暮らして行けるよう積極的に施設とのネットワークを作ろうとして下さっているということ。かみさの家の理念、「ゆっくり 楽しく 普通の生活を」そのままの通り、いつでもご自身の希まれるように、楽しく以前の生活が継続していけるようお手伝いをさせて頂いております。

ですが認知症により、失見(時間・場所・人物・状況が正しく認識できないこと)→ 取り繕い(不安や混乱の気持ちを埋めようとする)→ 他者とのトラブル → 失行(日常的にできていたことができなくなる)→ 転倒・転落(筋力の衰えがなくても身体のバランスを崩しやすくなる)→ 嚥下反射の衰えによる嚥下障害、という症状も少しずつ出てきます。認知症の症状は様々です。

こうした中で理念を実行するにはスタッフのケアだけでなく、実はご家族や地域の方々の支えもあり行っていることです。認知症をめぐる現状をリスクマネジメントしていくには? 基本は皆で「認知症を理解すること」なのです。続きは次号にて。



地域密着型小規模特別養護老人ホーム 地域密着型小規模多機能

# 第二やはぎ苑

## おいしいお米づくり

第二やはぎ苑では、地元の農家さんと協同で、自然農法のおいしいお米づくりに取り組んできました。

この1年の取り組みをご紹介します。



春

田植え（手植え体験）



職員も手植えを体験しました

夏

かかし作り



皆さんと一緒に作りました



かかしと一緒に大きく育つ稲穂を見守りました

秋

稲刈り（手刈り体験）



農家さんと一緒に稲を刈りました



はさがけをして乾燥をさせました  
台風が心配でした

秋の味覚のお昼ご飯



新米のおむすび、炭焼きのサンマとナス、具たくさんの豚汁を昼食にご用意しました

オーケストラ演奏会



岩津高校オーケストラ部の皆さんが素晴らしい演奏を披露してくださいました

## 収穫祭

お米の収穫を、利用者さん、ご家族、地域の皆さんと一緒に祝いしました

新米からつくった甘酒と、その甘酒を使った昔ながらの素朴な焼き菓子「だら焼き」を振舞いました

甘酒・だら焼き





# 小規模多機能やはぎ苑



寒さの厳しい時期となりましたが、通ってきて頂いている利用者の皆さまが楽しんで過ごす事ができるよう1月からも苑内活動中心に行事を計画しています(1月：初詣・2月：節分・3月：梅見など)。体調を崩され通い利用を休まれる方もみえますが、通い・泊まり・訪問支援時に体調変化等にも注意して寒い時期を乗り越えられるよう地域での暮らしのお手伝いができればと思います。また平成27年度には介護保険制度の改正がありますので改正内容が分かりしだい定期訪問時等にご説明いたします。

十月



ぶどう狩り・コスモス散策  
橋目町子供神輿来苑・  
喫茶外出 などなど



十一月

収穫祭・喫茶外出  
紅葉散策 などなど



十二月



大根ほり・餅つき・ウクレレ慰問  
民謡慰問・ハーモニカ慰問・  
忘年会 などなど







# 職員日帰り旅行



## 「年末お買い物と冬の駿河路の旅」

平成 26 年 12 月 22 日

富士山をバックに日本平にて 集津さかなセンター



なすび総本店にて昼食 世界遺産三保の松原



石垣いちご「おいしかった」

大トロや板えびの  
天ぷらに大満足！



食べ  
る  
は  
別  
世  
で  
す



## 「紅葉の御在所と AQUA×IGNIS」

平成 26 年 10 月 29 日

旅行当日は、絶好の行楽日和となり、御在所ロープウェイから眺める紅葉は、山頂から中腹まで見頃となっていて、片道 12 分の空中散歩を楽しむことができました。

昼は御在所の麓、湯の山温泉の旅館で会席料理と温泉を楽しむ予定でしたが、時間がなく、皆さんが楽しみにしていた温泉には入ることが出来ずに残念な思いを致しました。しかし昼食を終え、次に向かった「アクアイグニス」では、有名人パティシエのケーキを食べ、毎日売りが出来たので、皆さん大変満足されました。

今回の日帰りは、少し慌ただしくなりましたが、最高の天気にも、綺麗な景色とおいしい食事を満喫することが出来ました。



アクアイグニス



紅葉の御在所

「ありがとうございました」

ご寄附・ご寄贈（報二十六年十月）

報二十六年十二月）

伊藤	ますよ様
柴田	志よう様
奥田	鎮夫様
匿名	希望様

## 編集後記

その年の世相を漢字一文字で表す年末恒例の『今年の漢字』が 16 万通余りの応募の中から『税』という字が選ばれました。協会によりますと、消費税率が引き上げられたことや、税金の有効な使い方を決める側の国会議員や県議会議員の“政治とカネ”の問題が数多く取り上げられるなど、税金について考えさせられる出来事が一年を通して多かったことを理由に挙げています。今回は、「今年の漢字」を発表するようになって 20 回目を迎えたことを記念し、清水寺境内には森貫主が書き上げた 20 の漢字が一堂に展示されているそうなので自分自身の 20 年を振り返る意味でも訪れてみたいですね。

