

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 28 年 1 月 1 日 第 60 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28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、昨年4月の介護保険法の改正、同時に行われた介護報酬の改定は、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となりました。さらに今後も国の財政健全化のもと、増大する社会保障費に対しては大規模な歳出抑制策が検討されており、平成29年4月からの消費税10%への引き上げ時に導入される軽減税率の財源確保問題による影響、社会福祉法人制度の改革を柱とする改正社会福祉法へ

の対応等も併せて、法人・施設運営環境はますます厳しさを増すと思われれます。

このように、今後もこれまで以上に厳しい状況が見通されますが、社会福祉法人瑞穂会は、本年4月には岡崎市の委託を受け、第二やはぎ苑において地域包括支援センターを開設、また、秋には平成29年5月開所を目指し、第二やはぎ苑北側隣地に（仮称）地域密着型特別養護老人ホーム第三やはぎ苑（定員29名）の建設工事に着手し、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よう、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 ～

The infographic features a dark purple background with white text and illustrations. At the top, the title reads 'マメに予防! インフルエンザ' (Prevent diligently! Influenza). Below the title, there are two main sections: 'きちんとマスク' (Wear a mask properly) with an illustration of a smiling white surgical mask, and 'しっかり手洗い' (Wash hands thoroughly) with an illustration of a white hand sanitizer bottle with a sad face. At the bottom, two bean-shaped characters are shown: one wearing a white mask and the other with a pink bow. A central text box contains the following message: '手洗いでインフルエンザを予防して、かかったらマスク等でせきエチケット。みんなの「かからない」、「うつさない」という気持ち、インフルエンザの予防にはとても大切です。' (Prevent influenza with hand washing, and if you get it, use a mask etc. as a cough etiquette. Everyone's 'I won't get it', 'I won't pass it on' attitude is very important for influenza prevention.)

インフルエンザ予防薬キョウラクター マメゾクくん

インフルエンザ予防薬キョウラクター アズキちゃん

インフルエンザに感染する時期 今も インフルエンザ

バーコード読み取り機能のあるスマートフォンにQRコードを照らすことでご利用いただけます。

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。

ターミナルケアについて

生活相談員 伊藤博光

皆さん、ターミナルケアという言葉はご存知でしょうか？

ターミナルケアとは、「医学的な処置を施しても治療の見込みがない方に対する生命の終焉における包括的なケア」のことであり、もう少し聞きなれた言葉に替えるとすれば、「無理な延命処置は行わずに自然にまかせ最後まで人間らしく暮らしたいという利用者様に対して、医療のみに頼ることなく私たちにできる精一杯のケアを提供させていただく」ということです。

くわがいも開所以来、ターミナルケアに取り組んでおり、これまでに多くのターミナルケアを希望された方

の最期をくわがいでできる精一杯のケアをさせていただいて見送らせていただきました。

今後もターミナルケアへのニーズがさらに増加することが見込まれる中で、平成27年度介護報酬改定においても、「自分らしい最期」を支援するための利用者様やご家族の意向の尊重と、手厚いターミナルケアの体制構築・強化に向けた基盤強化の推進施策が示されました。

特に今回の改正では、施設は利用者様に提供するターミナルケアの質を常に向上させていくため、計画(Plan)、実行(Do)、評価(Check)、改善(Action)のPDCAサイクルにより、ターミナルケアを実施する体制を構築するとともに、それを強化していくことが重要とされ、そのために様々な取り組みをしていくことが

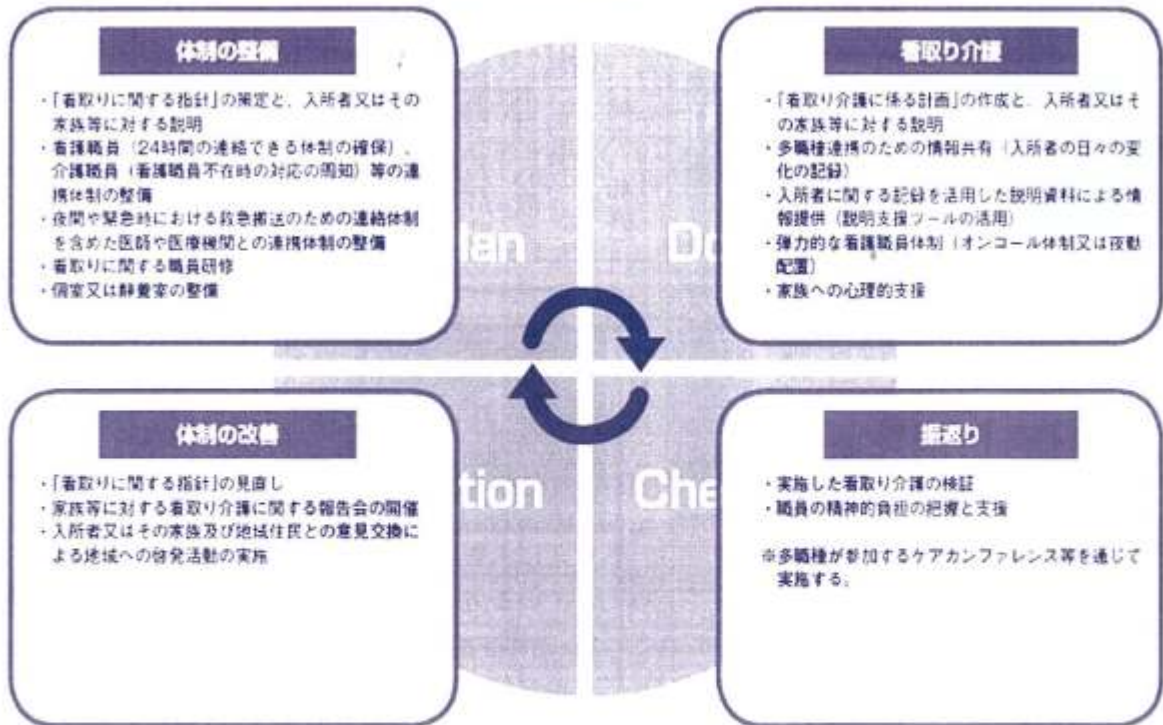
くわが い

義務付けられました。

くわがいでもPDCAサイクルの一環として、定期的
にターミナルケアについての勉強会を行ないくわがいを
人生の最期の場所を選んでくださった方々に対し、ど
のようにしたら利用者様ご本人やご家族の希望に沿
ったケアができるかを全職員で話し合い、そこで寄せら
れた意見をもとに施設でより充実したターミナルケア
ができるかを考えています。

平成25年のデータでは、日本の死者数は年間
約127万人とされ、そのうち約76%の方が病院で
お亡くなりになっているそうです。長い人生の最期の
場所を病院でなく、住み慣れた施設を選んで下さつ
たという意味を日々考えながら、今後もより充実し
たターミナルケアができるように取り組んでいきます。

図 施設における看取り介護の体制構築・強化に向けたPDCAサイクル



出典：厚生労働省老健局

おはぎの実演会

目の前で職人技を披露

十一月十日、岡崎和洋菓子組合の職人さんが、やはぎ苑を訪れ、入居者の皆さんに出来立てのおはぎを振る舞ってくださいました。

この活動は、日頃の商売を離れ、地域の人へ感謝を伝えたい思いから、昨年より始まった同組合のボランティア活動の一環で、十一月十一日が「介護の日」と



いうことで、十一月に施設を訪問して、温かいできたての味を楽しんでもらおうと企画されたそうです。

当日、厨房でもち米を炊いて、あらかじめ準備しておいたあんこときな粉を机に並べて、おはぎ作りを実演していただきました。

目の前で作る職人さんの流れるような

手捌きに、「おっーすごいねえ」と驚かれる方や、出来立てのおはぎを見て、「本当においしいそうだねえ」とか「早く食べたいねえ」と言われる方も見えました。

「利他の心」

早速、出来立てのおはぎを口いっぱいにはおぼると、皆さん「すごくおいしいねえ、あー幸せ」と満面の笑みをこぼさ

れていました。その様子を見ていた田中組合長も「皆さんにこうして喜んでもらえて本当に良かった。これからも年に一・二度、組合

の活動として続けていきたい」と話されていました。

この様な活動をされている岡崎和洋菓子組合の皆さんの「利他の心」に触れられ、入居者の皆さんが大変喜ばれている姿を見ることが出来て、本当に心温まる素敵なお時間でした。

(鈴木 伸弥)

日帰り旅行で竹島水族館

十月二十九日、今年も、入居者六名の方と昨年も訪れて好評だった竹島水族館



へ日帰り旅行に出掛けてきました。

近年人気の竹島水族館は、平日でも人が多く、アシカショーでは、大きな歓声が上がって、入居者

地震防災訓練

11月25日やはぎ苑では、何時起こるか分からない大地震に備えて、特養やケアハウスに入居されている方やデイサービスを利用されている方にもご協力をいただいて、避難誘導訓練・通報連絡訓練・初期消火訓練をおこないました。



まだ反省しなければいけない事もありましたが、この様な訓練積み重ねていくことにより、少しでも被害を最小限に抑えるように、職員一同真剣に取り組んでいきます。

の皆さんも大変盛り上がっていました。昼食には老舗のうどん屋で味噌煮込みうどんをおなか一杯に召し上がられて、幸田の憩いの農園に少し寄ってやはぎ苑に戻ってきました。

(氏原 健嗣)

「やはぎ苑地域包括支援センターです」
“家族介護教室&高齢者を支える家族の会”

成年後見制度

11月18日

講師 司法書士

三国 肇氏

今回の家族介護教室は、司法書士の三国先生をお招きして、成年後見制度についてお話を伺いました。難しい制度ですが分かり易く、基本的な質問にも丁寧に説明してくださいました。

参加された皆さんも笑い声があがり、楽しい勉強会になりました。

【次回】平成28年 2月17日(水)

会場 やはぎ苑1階 会議室

13:30~14:30 高齢者疑似体験

やはぎ苑居宅介護支援事務所 島田 純子氏

14:30~15:30 シャベリ場(交流会)

やはぎ苑地域包括支援センタースタッフ

【お申し込みは】、

やはぎ苑地域包括支援センター (34-2345)



もちつき



年末の風物詩

一年経つのも早いもので、今年も年末の風物詩である餅つきが十二月十日、ケアハウスやグループホームの入居者の皆さんと一緒に、やはぎ苑で行われました。当日お昼過ぎに2階のデイルームに集まって頂くと、「もうこんな時期なんだねえ」とか「は

今年もありがとうございました。



今年一年の締めくくりとして利用者の方に、多に



デイサービス 忘年会



食べて、笑って過ごして頂こうと、十二月二十二日から二十八日に亘り、昼食は日替わりの鍋をたべてもらい、その後、ボランティアの皆さんによる歌や楽器演奏手品などの出し物やビンゴゲームで楽しんで

喜んでいただきました。

来年も、利用者の皆さんに楽しんで頂ける様な企画を立てますので、よろしくおねがいします。

デイ 生活相談員
稲本 淳二

やくつきたてのもちがたべたいねえ」と言われる入居者の方もお見えになり、皆さんもちつきが始まるのを今か今かと待たれていました。職員や男性のボランティアの方にもつき手をしていただきましたが、経験のない若い職員と比べて、ベテラン職員やボラ

ンティアの方のつき方は、腰の入ったつき方で、返し手の方との息も合って、あつという間においしいそうな餅がつけました。早速、お手伝いをお願いしたボランティアの皆さんに、小さくちぎってもらい、きなこや大根おろしをまぶしてから、入

居者の皆さんに召し上がって頂きました。やはり、つきたての餅は、格別のように、美味しそうに食べられていました。神様の魂が宿り、生命力が与えられると言われといるお餅をいっぱい食べて、来年も元気に過ごして頂きたいと思っています。

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。

今年も何卒、グループホーム「かみさの家」を宜しくお願
い申し上げます。

インフルエンザやノロウイルスの心配な時期ではありますが、感染予防
に努め、かみさの家の皆さまが「ゆっくり 楽しく 普通の生活を」送って
頂けるよう、一日一日を大切に積み重ね、お手伝いさせて頂きたいと
スタッフ一同思っております。

昨年の活動を振り返って…。



「夏祭りでのコマ」



「竹島へ行ってきました。」



「サツマイモ収穫！！」



「季節を味わいに。」

昨年も、笑顔とゆう名の花
がたくさん咲き乱れました。
今年も地域のコミュニティー
作りや交流への参加を積極
的に行ってまいります。

楽しく歌うことが、認知症の予防になる

今回は、認知症予防の1つ「音楽療法」を紹介させていただきます。「歌を歌う」ということが認知症予防としての効果があるとされる2つのポイントをおさえ、かみさの家では日中活動にカラオケや合唱を行うことで、認知症の進行予防に取り組んでいます。

“楽しんで歌う”

何を歌えばよいか、どこで歌えばよいのか、と特に決まりはありません。歌を歌うことはストレスを発散させることができ、精神状態を安定させることにつながります。漠然とした不安だったり、はっきりとした理由がある悩みであっても、楽しんで歌を歌うことが、気持ちを切り替えるきっかけになります。それが不安定な精神状態から、安定した精神状態になるきっかけとすることができます。

また、このことが血圧を安定させることにもなります。血圧が高いというのは認知症の危険までも高めてしまいます。高血圧が原因となって動脈硬化を引き起こしたり、糖尿病を患ってしまう可能性があり、認知症になりやすくなってしまいます要素です。

“回想体験”

音楽は古い記憶を呼び起こす力があります。何年も前の歌が、その当時の記憶を蘇らせてくれるのです。その歌を聞いたとき自分はどこにいたのか、楽しい思い出や体験、そういった記憶が歌をきっかけに脳裏に浮かびます。その過去のことを思い出すことが、脳にとって良い刺激になる効果があるとされています。

その効果を特に高めるのが、懐かしい歌やなじみ深い童謡などであると言われています。人は古い時代の記憶ほど鮮明に覚えていることが多いものです。その頃の記憶を引き出し、生き生きした感情や会話を促すのに最適な手段であるものです。

皆さんも、気に入った歌や曲であればメロディーを覚えり、歌詞を覚えたりしないでしょうか？それは脳を働かせている証でもあります。

最新の歌を覚えることだけが脳に良いわけではなく、「この歌懐かしいな」という古い歌を聞いたり、歌ったりすることも脳にとっては良いことです。ただ「人前で歌うのは嫌だ」という方は、口ずさむだけでも効果がみられるそうです。

カラオケ屋さんは歌う場として最適です。誰かと一緒に歌うことも、ひとりで歌を楽しむ場合でも便利です。大きな声を出して歌うのは気持ちの良いものです。また、声を出すと胸郭が開き、姿勢が良くなると共に、心肺機能が鍛えられるという健康効果もあります。

“歌う”という認知症予防法。これまで歌う機会がなかったとしたら、新しい趣味にすることもできるかもしれません。歌うことでストレスを発散し、血圧等の体調を整えられ、記憶の想起を促して脳が刺激されるのです。

地域密着型小規模特別養護老人ホーム

第二やはぎ苑

今年もおいしいお米ができました

第二やはぎ苑では、地域の農家さんのお米づくり（こだわり自然農法の稲作）に参加をしています。

夏 かかしづくり

地域の皆さんと一緒に
かかしをつくりました。



秋 稲刈り・はさがけと収穫祭

今では珍しい[はさがけ]で
天日干しをしました。



『収穫祭』ご利用者・ご家族
地域の方が参加下さいました



[新米おむすび]
[こだわり豚汁]
[自家製石焼いも]
[新米甘酒]
などをご用意

今年も岩津高等学校
オーケストラ部の
素晴らしい演奏を
披露いただきました



家族会を 開催しました

12月5日の家族会は、運営推進委員の
皆さまにもご参加をいただきました。



施設職員は席を外し、ご家族と推進委員
とで、「第二やはぎ苑を選んだワケ・利用
して思うコト・期待するコト」について
懇談し、ご意見をいただきました。
今後のサービス向上に役立てて参ります。

赤ちゃんがやって来た

12月1日 NPO 法人「ママの働き方応援隊」から
赤ちゃん先生が遊びに来ていただきました。



元気な赤ちゃんと
触れ合い、皆さん
いきいきした表情
をされていました。



小規模多機能やはぎ苑



今年も現在登録していただいている利用者 18 名と職員 15 名
が参加して盛大に忘年会を開催する事ができました。

来年も元気にやはぎ苑へ通ってきていただけるよう、苑内・苑外での
取り組みを継続し、ご自宅での生活が続けられるようご支援・ご協力できればと思います。

十月



知立弘法山・東公園散策
コスモス散策・化粧ボラ
オカリナ慰問 などなど



十一月

菊まつり散策・収穫祭
きらめき音遊空間慰問
などなど



十二月



餅つき・忘年会
などなど



オレンジカフェ通信

十一月十七日に第3回目のオレンジカフェを開催しました。今回は「食事」をテーマとし、口から食事をして健康を維持する為に何を行ったら良いかをお伝えしました。

口腔機能を維持する為の口腔体操では、口のまわりだけではなく、肩・首の筋肉をほぐすこと、舌や唾液の働きについても説明をしながら体操を行いました。随所に頭の体操になる内容も盛り込み、認知症の発症・進行の予防にもつながる内容とし、栄養士からは、健康を維持する為の食事の工夫についてお伝えしました。皆さん、とても熱心に体を動かし、耳を傾けて下さいました。

ご自宅で介護をされている方のお話伺い、私たちが改めて認知症ケアについて考える良い機会になっていきます。今後も専門職として、少しでも皆さんの役に立つことが出来れば：と考えていきます。次回は三月十七日に開催です。是非お越し下さい。



「ありがとうございました」

寄附・ご寄贈（平成二十七年十月）

平成二十七年十二月

石田 英太郎 様

匿名希望一名 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1万3千通余りの応募の中から『安』が選ばれました。安倍晋三首相の「安」。安保法制の「安」。異常気象やテロがもたらす不「安」。これらを理由に多くの人々が「安」を選んだのだそうです。「安」の1字を快筆された清水寺の森清範貫主も次のように語られたそうです。「今年の不安を払拭（ふっしょく）して、来年は安心安全な社会をつくっていきましょう」とのことです。

私たち、瑞穂会職員一同も関わらせていただく全ての方に安心して施設で、そして地域で暮らしていただけるよう努力していきます。