

ふれあい新聞

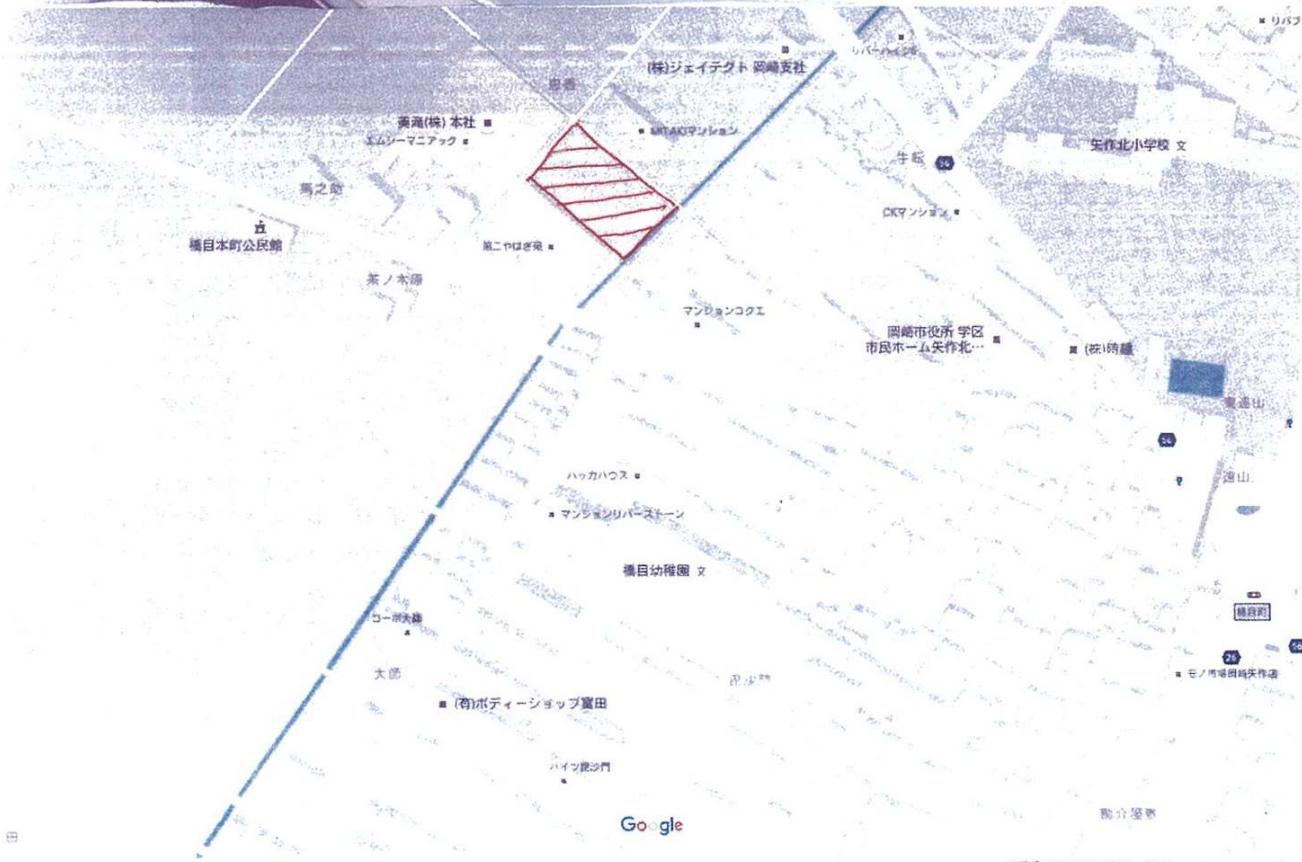
秋号



平成28年9月28日（仮称）小規模特別養護老人ホーム 第三やはぎ苑 起工式

発行日 平成28年10月1日 第63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

(仮称) 小規模特別養護老人ホーム
第三やはぎ苑



(仮称)小規模特別養護老人ホーム 第三やはぎ苑 建設予定地

□ 整備内容

- ・地域密着型特別養護老人ホーム
(仮称) 小規模特別養護老人ホーム 第三やはぎ苑 (定員29名)
- ・地域包括支援センター
- ・居宅介護支援事業所

2. 建設予定地

岡崎市橋目町字恵香18番1、19番、20番1

3. 敷地面積

1, 691.86 m² (約512坪)

4. 建物規模構造

鉄筋コンクリート造2階建て 延床面積 1, 883.41 m²

5. 工期

平成28年9月12日～平成29年3月31日

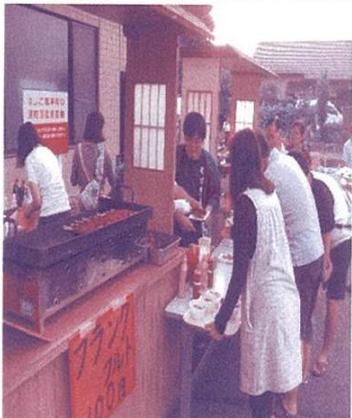
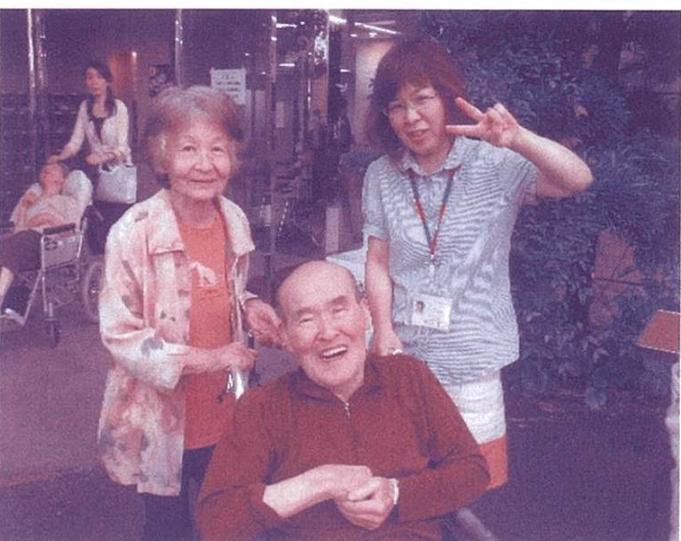
6. 開所予定日

平成29年5月1日

7. その他

お問い合わせ先 特別養護老人ホーム やはぎ苑
電話番号 0564-34-3666 荒川まで

やはぎ苑 夏まつり



おめでとうございます



夏祭り当日、午前には、勤続10年になる職員と
勤続5年になる職員の表彰式が行われました。

今年も地域の皆様や、入居者のご家族もたくさん来ていただき夏祭り会場は、あちらこちらで小さな子供たちの元気な声や、笑い声に溢れ大変賑やかなうち、多くのボランティアの皆さんのご協力を得ながら無事終えることができました。

なにより嬉しかったのは、短い時間でしたが入居者の皆さんと一绪に五平もちや、焼きそばなど食べながら楽しそうに笑っているお顔を見ることができたことでした。

これからも、皆さん笑って過ごしていただけるようイベントを考えていきたいと思います。

「やはぎ苑 夏まつり」

平成二十八年七月二十四日

今年の夏祭りは、昨年と違つて余り蒸し暑くもなく、むしろ、かき氷を食べるには、少し寒いかな?くらいの気候の中、理事長の挨拶で始まりました。



敬老会



あなたが百歳のご長寿を
達成されたことは誠に
慶賀にたえません
ご長寿をご祝うこの日に
当たりニニに記念品を
贈りこれを祝します



日時 平成28年9月16日

毎年「敬老の日」を前に発表される厚生労働省の調査によれば、全国で100歳以上の高齢者が前年から2748人増え始めて6万人を超える6万1568人いることが分かりました。岡崎市では100歳以上の高齢者が、企画課の資料によると平成28年9月1日現在で、133人（男性13人・女性120人）います。

やはぎ苑では、今年の誕生日で100歳となる方を含める100歳以上の方が、105歳の女性の方を最高齢に7人（女性）入居されています。

9月16日には、2階食堂で敬老会を行い、お祝いされる入居者のご家族の方にもお越しいただいて、今年100歳になられる方には国からお祝い状と銀杯が、数えて100歳の方には愛知県から敬老祝い品が、数えて88歳になられる方と100歳以上の方には岡崎市からお祝い品と敬老祝い金が贈られました。

贈呈式の後は、毎月抹茶をたてていただいているボランティアの皆さんにもお願いして抹茶をたててもらい、和菓子バイキングを開きました。皆さんお好みの和菓子を選んでいただいて、抹茶を飲みながらしばらくの時間ご家族と歓談していただきました。

これからも、益々皆さん元気で過ごしてもらえるように努力してまいります。



ショートステイくわがい家族会

生活相談員 畑柳 佐和子

9月に入り、徐々に涼しくなりくわがい周辺もちいさりと赤くんぼが飛びようになりました。そんな中、今年度のショートステイ家族会を9月24日に開催いたしました。

当日は雨が降っている中、

19人のご家族様にご参加を

いただき、喫茶にて和やかに開催できましたことを心よりお礼申し上げます。



写真は口腔体操の様子です。食事前にお口の体操を行つことで、飲み込みがしやすくなり、むせることを予防しています。

今年のショートステイ家族会は、次のようなテーマで会を進めました。

進めました。

① ショートステイくわがいでの暮らし

② 食に関する介護

③ 短編映画～認知症の理解を深めよう～

① ショートステイくわがいでの暮らし

ショートステイくわがいでは、ご本人の自宅での生活スタイルを大切にし、ゆったりとした時間を過ごしていくたどりてあります。そのため起床時間や就寝時間は特に定めておりず、ゆったりじした時間の中で食事・入浴を楽しんでいただいております。

（2）食に関する介護

健康を維持し、元気に暮らししていくためには食事は大切です。歳を重ねるごとに食欲がなくなったり、飲み込む力や噛む力が衰えてきます。しかしほんの少し、食べ

の姿勢を正しく心がむけいで安全におこしや食事を摂つ

ていただけじがでもある。正しい姿勢とは、机の高さは

おくその少し上ぐらこの高

さが良く、そして両足がしつ

かりと床につく高さの椅子

に座ります。やいもんじ自然

じ顎を引いた前にかがんだ

よのな姿勢となります。顎が

上をむいていると飲み込み

いへへなり、とても食べにく

い状態となります。

くわがいでも両足がしっかりと床にせくよひに座つてい

ただいています。顎を引き、正しい姿勢で安全におこしや食

事を如じ上がつていただけのよひ心がけています。

また、年齢とともに必要な栄養素やカロリーが変化してき
ます。食べやすい食材の調理法などと一緒にじ説明させてい
ただきました。



③ 短編映画 ジ認知症の理解を深めよひへ

認知症の理解を深める短編映画の上映も行いました。

その際に、くわがいの中庭で取れたサツマイモを使つ

たマフィンと圓食で、利用者様も召し上がっていただき
た手作りの杏仁豆腐も試食していただきました。食べや
すくておこしよとの感想をいただき、嬉しく思つました。

最後に各テーブルを職員が回り、個別にお話しゃせて

いただく時間を設けることがでもありました。各テーブルで
は、施設でのじ様子や介護についての相談など様々な話
題がじやこました。じ家族様のお気持ちを知るとしても良
い機会が持てたことを嬉しへ思つひとせし、今後のサー

ジスに活かしていきねむる努めて参ります。



グループホームかみさの家

グループホームかみさの家では、地域との交流機会を設け、また外出支援として施設外へ出かけ、気分転換を図り、利用者様にたくさんの思い出を作つて頂きたいと考えています。

ここに、7月から9月にかけての様子を、ご紹介します。

7月 夏祭り

毎年恒例のやはぎ苑の夏祭りに参加しました。施設内にある盆踊り会場、屋台の数々、ご家族の方々と一緒に周り、利用者様の笑顔であふれています。



8月 安城七夕祭り散策

萌ユニットにて、安城七夕祭りに散策に行きました。道いっぱいに飾られている七夕飾りを見ながらカキ氷を食べて、人の多さに驚いて、屋台も横目で見ながら満喫してきました。



9月 かみさの家敬老会

9月18日にかみさの家で敬老会を開催しました。

ご家族様、利用者様、職員合わせて54名の方々が参加されましたが、台風接近のため、外でのバーベキューが出来ず、萌ユニットの中に集合する形で、狭い中みんなでワイワイとお肉や、おにぎり、サラダに、果物、焼きそばとお腹いっぱい食べました。

ご家族様の男性の方々が進んで具材を焼いて下さり、女性の方々は台所仕事を手伝って下さり、大変助かりました。

バーベキューでご家族の皆様方と一緒に食べるお肉の味は、利用者様にとって格別だったのではないかと思われます。

バーベキューの後は敬老会をぽかぽかユニットにて開催しました。

施設長の挨拶から始まり、お一人お一人名前を呼んでから感謝状と記念品贈呈された時の利用者様のお顔は、皆さんとてもいい笑顔で大変和やかな式典となりました。



第二やはぎ苑

オレンジカフェを開催しました



第二やはぎ苑地域包括支援センターが、やはぎ苑地域包括支援センター、西部地域包括支援センターと共に、9月10日（土）にオレンジカフェを初めて開催しました。介護相談、コーヒーなどの喫茶、マッサージサービス、お薬相談、金魚すくいなど様々な催しをご用意いたしました。当日はお天気に恵まれ、気温はやや高いものの心地よい風が吹く中、40名を超える皆さんにご参加いただきました。

今後も、「認知症があっても安心して暮らせる地域づくり」を目指し、オレンジカフェを開催していくたいと思います。



地域行事への参加

町内のお祭り

7月10日（日）の毘沙門天祭りに参加しました。施設から徒歩2～3分の公民館での催しのため、ご家族や職員が車椅子を押しながら、振る舞いなどを楽しんで来ました。



学区敬老会

9月17日（土）の矢作北学区敬老会に参加しました。小学1年生とのふれあいや、吹奏楽・雅楽演奏、踊りなどを、ご家族と一緒に楽しんで来ました。4年生からは、お一人お一人に、心温まるお手紙をいただきました。

防災対策

第二やはぎ苑の防災対策をご紹介します。

① 事業継続計画(BCP)の策定

万が一災害が起きた場合でも、最低限のケアを継続するためのマニュアルです。常に見直しをかけ、発災に備えています。



② 非常食の備蓄

消費期限を確認しながら、最低3日分(9食分)の備蓄を進めています。

③ 避難訓練（年4回）

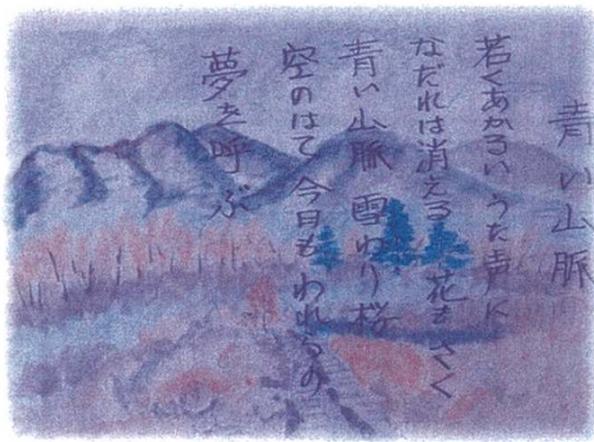
訓練後は振り返りをして、改善点を次の訓練に活かすようにしています。水害や防犯についても、備えをしていく予定です。

小規模多機能 やはぎ苑

日頃より小規模多機能やはぎ苑の活動にご理解、ご協力頂きありがとうございます。小規模多機能やはぎ苑では昼食前に利用者の皆さんに口腔体操に参加して頂いております。これは、加齢に伴い口の周りの「運動機能」や「飲み込む機能」が低下し、味が分からず、飲み込みづらい、誤嚥（本来食道に入るべき食べ物や飲み物が気管へ入ってしまう）を防ぐための食事前の準備体操です。



職員お手製のボードを使用して



最後に1曲・・・

口腔体操と一緒に懐メロや童謡を歌ったり、ちょっとした頭の体操をしたり、その日の食材、季節の話題などで楽しく参加して頂いております。これからも、おいしく、安全に召し上がっていただけるように続けていきたいと思います。

「アドラー心理学」

嫌われる勇気

オーストリア出身の精神科医・心理学者アルフレッド・アドラーは、「嫌われる勇気こそ人に好かれる極意である。」定義しています。

ここで誤解してほしくないのは、嫌われる勇気とは「他人に嫌がられる行為」をすることがありません。悪口や誹謗中傷など、普遍的な道徳やルールを放棄することではないのです。

アドラーは他人の評価による「承認欲求」を基準に生きるのではなく、理想の人生を実現するために何をすべきかと言う「自己指針」を基準に生きることを推奨しています。他人の評価なんて十人十色。すべての他者から評価してもらうために立ち振る舞うのは「不自由の極み」であり、物理的にも不可能です。しかし、人間にとつて承認欲求は本能なので、この欲求が満たされないと苦しいのも事実。そこでアドラーは、自分の価値を実感するために「共同体感覚」を持てと言います。

共同体感覚とは「自分は世の中に貢献して

いる」と実感することを言います。アドラーはこの共同体感覚を実感するためには「他者貢献」を持つて生きよと提言しています。他者貢献とは、「仕事・ボランティア・趣味・子育て」などがそうです。

人間にとつて自己実現とは「他者に貢献できる自分になること」とイコールです。つまり、共同体感覚を持つことで、結果的に承認欲求が満たされ、人間の欲求の中で最も上位である「自己実現」も達成します。

ただし、ここでも「承認欲求」を意識しないことが大切です。アドラーは全ての人間関係を「横の関係」にすることを提唱しています。人間関係に上下をつけず、他人を対等でフラットにみるのです。

アドラー心理学をもとに、過去や現在起こっている出来事に対する「解釈」を変えるだけでも、あなたは嫌われる勇気を持つことができます。人間で理想の人生を送る事が可能になりました。中でも、岩手県岩泉町にあるグレートブリュームの入居者9人が川の氾濫で全員亡くなるという痛ましいニュースは、とても他人事とは思えませんでした。こうした悲劇が毎年なぜ繰り返されるのでしょうか?昨年もそうでしたが、今回も避難勧告を避難指示の連れが指摘されています。あなたは、これからも「悪い解釈」によつて、誤った劣等感を育て、悩み多き人生を送りますか?それとも「正しい解釈」によつて理想の自分を育てていきますか?どちらを選ぶかは「今この瞬間を生きるあなた」次第です。

ご寄付・ご寄贈

(平成二八年七月(九月)

* 大 村 春 子 様

編集後記

昨年秋号の編集後記に、「関東・東北豪雨」について書きましたが、今年も8月30日、台風10号が観測史上初めて東北地方太平洋側の岩手県大船渡市付近に上陸し、各地に大きな爪痕を残していきました。中でも、岩手県岩泉町にあるグレートブリュームの入居者9人が川の氾濫で全員亡くなるという痛ましいニュースは、とても他人事とは思えませんでした。こうした悲劇が毎年なぜ繰り返されるのでしょうか?昨年もそうでしたが、今回も避難勧告を避難指示の連れが指摘されています。あなたは、これからも「悪い解釈」によつて、誤った劣等感を育て、悩み多き人生を送りますか?それとも「正しい解釈」によつて理想の自分を育てていきますか?どちらを選ぶかは「今この瞬間を生きるあなた」次第です。

「ありがとうございました。」