



ライフケア 広報誌

木もれ陽

No.51

2014.新春号



「やよいの里」の皆さんの作品〈富士山〉

木もれ陽……

木立の合間からやさしくもれる光

木立の中の生命を育てる光

それは多くの皆様からの優しく支えられた愛である

「やさしさと愛情」「やわらかいぬくもり」

「あたたかい思いやり」である

これからの 行事予定

- 2月 ☆節分
職員ボウリング大会
職員雪見ツアー
- 3月 ☆ひな祭り
風船バレー大会
- 4月 各施設者の旅行
消火訓練
新人職員研修
大正琴「花ごろも」
岡山混声合唱団

その他
各施設誕生会
食昼バイキング

岡山済生会ライフケアセンター

～都市に憩う高齢者の住まい～

福祉の理念「高齢者や障害者が社会から分離されることなく共に生活できる社会が正常である」及び介護保険の理念「利用者本位、高齢者の自立支援、利用者による選択(自己決定)」に基づき、利用者個々の意思を尊重し、高齢者のケアに配慮しながら自立した生活ができるよう援助することで、高齢者が社会の一員として「共に生活」できる環境づくりと「やすらぎと潤いのある施設」づくりを目指す。

基本理念

利用者本位・笑顔で接し利用者と「共に生きる」

利用者本位の姿勢で利用者には笑顔で接し、利用者の意思を尊重し、利用者が穏やかな生活が送れる環境と「やすらぎと潤いのある施設」づくりに努め、利用者として「共に生きる」気持ちで接する。

高齢者の自立を目指した援助

利用者の生活に総合的に関わり、利用者個々の生活障害に応じた援助を行い、利用者が自立した生活を維持できるように援助する。

利用者が社会の一員としての地域連携

地域住民と利用者が一体化する環境づくりと、利用者の社会参加を推進し、地域に開かれた施設づくりと施設の社会化を目指す。



新春雑感



介護老人保健施設 なでしこ苑管理者
竹島 正幸

これから数十年間は、日本全体として約一千兆円という莫大な財政赤字を抱えながら、総人口は減少し、高齢者の比率が増えていくという先行き不透明な世の中ですが、「アベノミクス」に期待しつつ、気持ちを新たにして、職員一同精一杯がんばってまいりますので今年もよろしくお願い申し上げます。

私事ですが、医療介護に携わって約40年が経ちました。年をとるに従って「もういくつ寝るとお正月」から「もう来たのかお正月」になってきましたが、この観念的な「時間」に限らず、理屈で割り切れないものとして、「宇宙空間」、「生命」、「人生」、「老化」、「夢」、そして職場、友人、夫婦、親子等の種々の「人間関係」など答えの出ない問題は、日常に少なからずあります。

人生は、一炊の夢とするならば、今ある現実を実はすべて夢と考えてよいかもしれません。人それぞれの人生に如何に複雑な道程があるにしても、数十億年という地球の歴史に比べると、人の一生は一瞬にも満たないほど短いものでしょう。どんな人生も済んでしまえば一瞬の出来事、夢に過ぎないのではないかと思うことがあります。

病院勤務の頃は、読書するという気分的余裕も無かったのですが、時代や場所を超えて自分と違う世界で生きている人々の考え方や生き方に触れる容易な手段として、遅まきながらも最近になって読書のおもしろさに魅かれるようになってきました。選ぶ本は、かなり気まぐれで、系統立って選んでいるわけではありません。例えば、最近読んだものをご紹介しますと『子どもの世話にならずに死ぬ方法(俵萌子著)』、『三屋清左衛門残日録(藤沢周平著)』、『抗がん剤だけはやめなさい(近藤誠著)』、『孤舟(渡辺淳一著)』、『おひとりさまの老後(上野千鶴子著)』、『平穏死のすすめ(石飛幸三著)』など人生の後半をテーマにしたものが比較的多くありました。また、松尾芭蕉の『奥の細道』や『西行(白州正子著)』などは古の旅行記としても興味深く、個人的にはおすすめしたいものとして印象に残っています。

近年、iPS細胞やSTAP細胞のように細胞の初期化(若返り)の技術が現実のものとなりつつありますが、時間の流れを何とかして止めたい、できれば時代を逆戻りしたい(若返りたい)と願うことは誰にもあると思います。そんな期待が映画の世界では「タイムマシーン」もの、最近ではNHK-TVの「タイムスクープハンター」などの人気につながっているのではないのでしょうか。取り留めのないことばかり書きましたが、容赦なく過ぎていく時間、長いようでも短い人生を、皆さん有意義に過ごしましょう。

施設全体行事

★行事満載で皆さん盛り上がりました★

文化祭



クリスマス会



餅つき大会



カラオケ大会



七つの子

(複合施設を童謡の題名に例えて表現しました。) この「七つの子」では、各団体のご協力のもとで行われた行事を中心に、ご紹介していきます。

舞の会

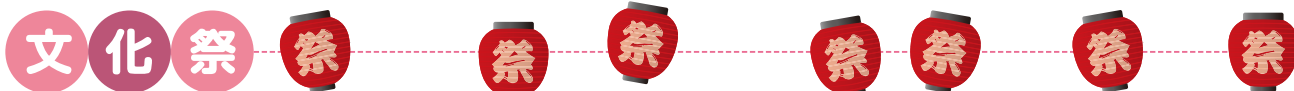


千翔千重会



やよいの里通信

軽費老人ホーム(混合型特定施設)



文化祭最終日の演芸で、北島三郎の『祭』に合わせて、リハビリ体操・エアードイコをしました。10月から、集団機能訓練時に時間を作って練習しました。最初は乗り気では無かった方も毎日していく内に表情が生き生きしてこられ、「今日も練習するの?」と、積極的な言葉と笑顔に、職員の方が皆様に元気をもらう時間となりました。楽しい時間をこれからもお元気で過ごしていただける様にと、職員一同心新たにさせて頂きました。

介護職員 濱治 博美



参加された方の声を紹介いたします

*文化祭 11月25日~29日

今年も皆さんの出品作品には感動いたしました。

私達は29日の演芸に参加しました。北島三郎の祭に合わせてエアータ鼓を、仲間と一緒に体を動かして、照れも恥ずかしさもだんだん無くなり楽しくなり、その楽しい思いを笑顔で伝えることを心掛けて「セイヤーセイヤー。」会場の皆さんと楽しみました。曲が終わり、「やれたじゃない!、出来たじゃない!」と、大興奮でした。また、又次のこと挑戦したくなりました。

岡村 弥生 様

*ま・つ・り

今日は待ちに待った文化祭の発表の日です! 私達やよいクラブは、北島三郎の男のロマン!祭に合わせ毎日エアードイコの練習をしてきました。全員ハッピー姿にハチマキ付けて張り切って踊ります。踊り終わって身も心もスッキリ!本番を無事に終えました。私は

毎年演芸に参加しております。今年もまだまだ先ですが、今から出演が楽しみです。

石田 都 様

*リハビリエアードイコ『ま・つ・り』

文化祭最終日に、皆楽しみにしている演芸に、今年は北島三郎の祭に合わせてエアードイコを発表しました。練習のはじめに説明を聞いたときは、大変難しく「そんな動作が出来るかしら…」と不安になりましたが、毎日少しずつ練習して行く内に何とか太鼓を打つ形も覚えられ、「セイヤーセイヤー」の掛け声もかなり大きな声が出るようになりました。当日は揃いのハッピーにハチマキ・腕飾りと、祭の衣裳に身を包み、勇気を出して舞台上がりました。努力した甲斐があり、大きな間違いも無く無事に終わりました。みんなホッとして達成感に満ちた笑顔で一杯でした。見物しておられた方々にも、きっと楽しんで飲んで下さったものと思います。一生懸命頑張ったおかげでとても楽しく、好き思い出の残る文化祭となりました。

なごみ苑通信

有料老人ホーム(混合型特定施設)

なごみ苑のクリスマス会



12月24日なごみ苑の食堂でクリスマス会を開きました。

5階エレベーター前に飾ってあったクリスマスツリーを食堂に運び、部屋にクリスマス用飾りを施し、聖夜を迎える雰囲気作りをしました。

司会進行は新人職員、初めての行事進行で、ドキドキしてます。と、言うものの流れ良く会は進みました。「クリスマス」の謂れ、「メリー」と付くのはどうして?など、参加の皆さんに問いかけ答えていただくといった、会話のキャッチボールで会を盛り上げてくれました。物知りの入居者の方が、手を挙げて「謂れ」の補足をしてくださいました。「メリー」とは、英語で「楽しい」という意味で、皆さん、楽しくクリスマスをお祝いしましょうと、心地よく会は進んでいきました。



ケーキはいつもの「ロマンのいちごショートケーキ・クリスマスバージョン」コーヒー、紅茶を添えてお出ししました。「おいしーい」と頬ばる顔が笑顔いっぱいとても嬉しくなりました。

最後に神父様、トナカイ、ツリー等の着ぐるみで登場した職員が汗だくになりながら、皆さんと一緒に、クリスマスソングを歌いました。帰り際、「今年のクリスマス会は楽しかったな〜」と口々に職員に声をかけてくださいました。楽しいひと時でした。



初詣

(護国神社)

1月16日(木)、お天気にも恵まれ、毎年恒例の初詣に行きました。参加者は職員を合わせて、総勢23名。バス2台でいざ出発です!今年も、岡山市東山にある護国神社に参拝しました。境内には神聖な空気が流れ、皆さんも神妙な顔つきで、神主さんの御祈禱を受けました。そのあとは、境内にある大きな絵馬の前での記念撮影。

今年の干支は午年ということで、入居者様が、けがや病気をせずに元気に駆け抜ける一年となります様にとお祈りをしました。



参拝の後は、こちら恒例のプラザホテルでのティータイムです。こちらの方を楽しみにされているかたも??最上階の喫茶店で、苺のショートケーキに舌鼓をうち、コーヒーやココアを味わって、ゆったりと時を過ごすことができました♪

最上階からの眺めも素晴らしく、後楽園を眼下に見下ろすことができました。桜の季節にもまた来たいね。の聲があがりました。

短時間での外出でしたが、皆様に喜んで頂けて、職員一同心よりうれしく思いました。

介護職員 佐藤 幸子・渡邊 由美

みなみがた荘通信

特別養護老人ホーム


1月の誕生日


平成26年1月7日(火)1月の誕生日会を行いました。今月の誕生日の利用者様は5名です。利用者様、職員でお祝いの言葉や歌のプレゼントを贈りました。

今回の出し物は担当者で意見を出し合いお正月(松の内)という事で「お正月遊び」と題して着物を身に纏い羽根つきをする事に決定しました。羽子板だけでは盛り上がりがないと考え色々な物を用意しました。たとえば卓球のラケット、バドミントンのラケット、杓、ハエたたき、布団たたきなど等…

第一試合の森本部長VS吉澤事務長は、見事森本部長の勝利!! さすがです(笑) その後も次々に職員が戦っていきました。

当てられない様に身体を小さくしている職員もいましたが見逃しません(笑) みんなでワイワイ・ガヤガヤととても和やかな会になりました。トーナメント戦で行っていた試合も、最後に誕生日の利用者様でショートステイご利用になられていたN様が参加して下さいました。本気の職員にしっかりと打ち返し見事勝利!! みんなの拍手と笑いをとっておられました。応援して下さいった皆様の明るい笑顔が見え、あちらこちらから笑い声が聞こえてきました。そして、職員も童心に返り楽しい時間を過ごす事が出来ました。

最後に誕生日の利用者様のご家族が手品を披露して下さい誕生日会を盛り上げて下さいました。本当に有難うございました。

毎月、出し物を計画するのは頭を悩ませますが、利用者様の笑顔を見ると「やって良かった」と思い次回はどんな事をしようかとワクワクします(笑)。

皆さん次回も期待して下さいね!

介護職員 伏見 美津子





平成25年演芸

平成25年4月岡山市内で「羊毛とおはな」というミュージシャンのライブに足を運んだ際に「切手のないおくりもの」という曲に出会いました。

家族・友人・パートナーetc自身を取り囲んでくれている人々に伝えたい気持ちが溢れている歌詞を耳にし「いつか、この曲をアレンジして誰かに役立てたい」と思っていたら偶然にもライフケアセンター文化祭の演芸の部の担当という役割を頂きました。

どのような形でこの曲をライフケアセンターの皆様にも味わってもらおうかと思案した結果なでしこ苑のスタッフと御利用者による合唱をやすらぎホールのステージで披露することに決定しました。

そして、スタッフ間のミーティングで元気になれそうな曲もやってみようということで名曲「鳥唄」でおなじみのTHE BOOMのサンバ曲「風になりたい」という曲を選曲しました。

この曲ではスタッフがボーカルを担当し利用者が打楽器を担当しました。この曲に使われた打楽器は、ダンボールやお菓子の缶やプラスチックの空き容器を再利用したものです。練習を始めた頃は、毎週月曜日ヴォイストレーナー松原徹先生のレッスンを受けている利用者の皆様は、リズムにのってうまく歌われていましたが、日頃から歌のレッスンをすることのないスタッフは、うまくリズムに乗って歌うことができず悪戦苦闘していました。

そんなスタッフを鼓舞するように利用者の皆様は、自主的に空いた時間に集まって演芸の練習をされていました。そんな利用者の姿を見たスタッフは、「絶対、成功してみせる」と奮起し利用者と一緒に更に熱を入れて練習しました。



そして、11月29日演芸の日がやってきました。スタッフも利用者も共に舞台上の前から「たくさん練習してきたから大丈夫だ、楽しんでいこう」と声をかけあっていました。

本番では、ギター奏者が緊張して指が動かなくなりスタートから失敗してしまいましたがそれが弾みになったのか1曲目の「風になりたい」では、職員の合唱も御利用者の奏でる打楽器のリズムもぴったり呼吸が合い練習よりも素晴らしい出来栄の歌声と音を観客に届けることができました。そのまま勢いにのり2曲目の「切手のないおくりもの」も今まで一番いいパフォーマンスを観客に披露することができました。2曲終了しステージからまっすぐ観客席を見ると思っていた以上の皆さんの拍手に囲まれれば「あれだけ苦労したのにあっと言う間に終わっ

てしまったけど、こんなにも温かい拍手に囲まれるなんて…」、「いい思い出になった」、「練習よりも本番が一番出来栄が良かった」とスタッフ。利用者ともに声をかけあっていました。

演芸終了後、「舞台演出が良かった」、「最後に挨拶された男性の御利用者がかっこいい」「切手のないおくりものを聞いて涙が出た」、「また次回、なでしこ苑のスタッフと利用者が一緒にステージに上がってくれることを楽しみにしている」等々の温かい言葉をたくさん頂き、いい経験をさせてもらったと実感しました。

この経験を糧にして、スタッフと利用者が互いに喜びを分かち合える時間を少しでも増やしていけるように充実した内容のイベント計画していきたいと思えます。

介護職員 花田 倫広

ご利用者様からの感想



*「ライフケアの皆様楽しんでいただけましたか？本日は私達のような下手の横好き集まって始めた演奏を最後まで聞いてくださって本当にありがとうございました。」この言葉が出来るまで職員の方々の努力は大変なものでした。おかげさまでなでしこ苑で生活出来ることに喜びを感じています。11月29日ステージに上げて頂いた事は、良い思い出になりました。
なでしこ苑利用者 道廣 文彦

たちばな苑通信

介護老人保健施設(ユニット型)

〈二丁目〉☆☆クリスマス・お誕生日会☆☆



12月6日(金)、2階でお誕生日会を開催しました\(^o^)/
前田先生からは素敵な挨拶、お祝いの言葉を頂きみんな真剣に聞か
れていました。今回の会はクリスマス前ということで、サンタクロースの衣
装をきたり浴衣を着て演歌を唄ったり中山相談員のガチャピン・・・お誕
生日の方々や利用者の皆様からも笑顔が見られ、中には立って大熱唱
された方も!(^^)!

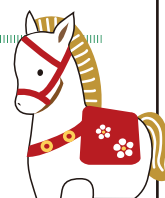


リハビリの上田先生によるリンゴの唄体操でみんな積極的に身体を動
かされますごく気持ちの良い会になりました(^^)(上田先生可愛いかった
ww)

ほんとたちばなでは毎回楽しい会に感じますね〜〜〜今後も楽しい会
を計画して利用者の方々楽しんでもらえるよう頑張っていきたいとおもいます。

介護職員 石岡 拓馬

〈三丁目〉文化祭、そしてその後



3階にはメインステーション前にちょっとしたアイドル(?)が立っています。それは、文化祭に出品し
た今年の干支でもある馬、金髪で真っ白な白馬です。構想は4月にさかのぼり、文化祭に干支の馬
を製作したいと思いついたまでは良かったのですが、中心になる重要な土台に自信が持てずあつとい
う間に8月に・・・!

おしりに火が付き、ペーパータオルのダンボールで身体や台を、足はラップの芯を、耳には余っていた木のしゃ
もじで何とか土台が完成。身体のみわりは2000個以上の紙の花でできています。この花は1つ1つ利用者様や
職員が合間をぬって作成して下さり、その手間と愛情いっぱいの花で包
まれた馬はとても幸せそうに見えました。9月末には何とか完成し、あつとい
う間に3階のアイドルに!前を通る度に挨拶される利用者様もおられました。
11月の文化祭に出張してきたあとは、メインステーション前で皆様を迎え
ています。年末年始は面会に来てくださる利用者様のひ孫様達のいい遊
び相手で、心なしかところどころ地肌が見えています(笑)。でも以前より
幸せそうに見えるのは私だけでしょうか。



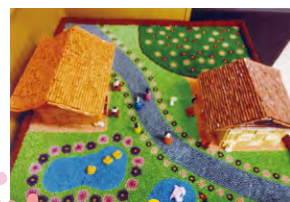
これからも職員と利用者の方々の皆様のお知恵を借りて、皆様の心とむ空間
を作れたらと思います。是非、たちばな苑3階へ!お待ちしております☆

介護職員 福見 真奈美

〈四丁目〉手芸クラブ

4階では、手先を使った作業の一環として、はり絵、刺し子、クロ
スステッチ刺繍、ペーパーフラワー、編み物等、さまざまな手芸をして
頂いています。昔、手芸が大好きだったとおっしゃるだけあって、皆
様プロ並みの腕前です。見本の作品を提供する我々職員は、今度は
何を作って頂くかと必死になって考えています。

今、4階でブームになっているのが、紙巻手芸です。紙巻手芸とは、
2×4cmの画用紙を鉛筆で丸めて小さな円柱を作り、それでさまざま
な絵を完成していくものです。



利用者の皆様は、毎日、何時間も集中
して紙巻作業に精を出して作っています。コツコツと集中している姿は、まるで内職
を頑張っている主婦の様。(賃金なしですが・・・)



紙巻で組み立てた作品が出来上がると、「何が完成するか分からなかったが、
とっても素敵!可愛い!」と喜んで下さっています。次はどんな物ができるかな?と楽し
みにして下さっているので、今後もシリーズ化していろいろな作品を作っていきたい
と思います。

介護職員 出口 富美子



「エステシヤンの方が来苑」

デイケアでは、12月24日クリスマスイブの日に、(株)彩さ美 エステツイン中央店より、エステシヤンの方12名が来苑されエステを企画してくださいました。

内容としては、フェイシャルマッサージ、ネイルケア、ハンドマッサージを、希望を聞いてしていただきました。

事前に何がしたいか希望をとっていくと、「エステって何?」「そんなものはせん」「なんでもいいわ」とピンとこない方が大半でした。いざ始まると、うっとり気持ちよさそうにされ、エステシヤンの方と会話もはずみ笑顔がいっぱいでした。驚くことにハンドマッサージが終わるとマニキュアもされ、またさらに別室でフェイシャルもされてるではないですか(びっくり)本格的なエステでうっとりされていました。

それも男性の方で・・・(驚き)最初は嫌がっていた方も満面の笑みでした。その時の感想としてこんな事を言われていました。「あんなの手よりきれいになったわ」「自分ではできんしプロは違う」「マニキュアは知っているけど、シールをはったりして、こんなにキレイになるなんて・・・(感激)」お互いの手を見合っても喜ばれていました。

又、こんな感想もありました。「一過性でも、

単にマニキュアだけではなく、アクセントがついて美がプラスされたわ、指は常に人が見えるものだからお互いのキレイな指を見て優越感に浸ることができたわ」「私たちの時代は化粧も目立たない様にしていたのよ」と感慨深く言われる方もいました。手や顔をマッサージすることによって、血流がよくなったのか、とても顔色が良くなれた気がしました。何よりも皆さんが喜ばれていたのが一番でした。

いつもとは少し違った体験をされ、その日はいつまでも手を見合っ、微笑まれていました。エステシヤンの方も「こんなに喜んで頂いて、ささやかなクリスマスプレゼントができました」と言ってくださいました。ぜひ、また来ていただきたいですね。私たちにとっても楽しいクリスマスイブを利用者の皆様と一緒に過ごす事ができました。

介護職員 松浪 たづ子



デイサービス通信

通所介護

みなみがた荘デイサービスでは、`手作り、と`コミュニケーション、をモットーに日々新しい企画作りをしています。今回も、秋から冬にかけて手作りの面白さを利用者様と一緒に楽しみました。

メロンパン&アンパン作り

11月6日、午前中にご利用者様に生地をこねて成形するのをお任せしました。大小大きさが不揃いなものも出来上がりましたが、機械で作る既製品とはどこか違う、手作りならではの温もりが感じられました。

成形が終われば、後はオーブントースターに入れて待つだけです。ふっくらアツアツに焼き上がったパンをみて、歓声が上がっていました。

午後のおやつの時間、パン作りの苦労話で盛り上がりながら試食を楽しんでいました。「自分で作ったパンの味は、やっぱりおいしい。」と皆様口々におっしゃっていました。

**干し柿作り**

11月8日、ご利用者様と一緒に干し柿を作ることにしました。まずは皮むきです。果物ナイフと柿を利用者様にお渡しすると、「包丁を持つのは久しぶりだわ。」とおっしゃられながら、あっという間に慣れた手つきで皮をむかれました。

次は干す工程です。以前干し柿を毎年作っていた利用者様にお願いして皮をむいた柿をビニール紐にくくりつけていきました。山村の暮らしを思い出し、昔話に花を咲かせておられました。

柿の皮むきをされたご利用者様と、柿を干された利用者様は、どちらも数十年ぶりに干し柿作りをされたそうです。長年続けてきたことは、たとえ何年経っても身体が覚えているものなんですね。人生経験豊富な利用者様から学ばせていただくことは多いです。

**羽子板作り**

1月8日、年明けに今年の干支の『午』を主役にした羽子板を制作しました。真剣な表情で配置や配色を考えながら、鮮やかな色の羽子板に馬の顔、梅や松などを貼っていきました。

出来上がった後は、「あなたの羽子板素敵ね。」と、利用者様同士で羽子板を見せ合いながら、昔羽子板で遊んだ話等で盛り上がりおられました。

介護職員 新地 美幸

親睦会通信

済生会福祉部門の総合忘年会

2013年も残りわずかとなった12月13日に、岡山済生会福祉部門の忘年会がロイヤルホテルにて行われました。岡山済生会の福祉施設が集合ということで、とても大勢の参加となりました。私は7月に入社させて頂いて、初めての忘年会だったので、規模の大きさに圧倒されました。乾杯の音頭と共に和やかな雰囲気の中、忘年会がスタート。おいしい料理とおいしいお酒を囲み、職員の方々と会話も盛り上がり笑顔が溢れました。また食べて飲んで喋ってと楽しい時間を過ごすことができました。

続いてビンゴ大会が行われました。豪華な景品が多数並び、「まあ当たらないだろう」と軽い気持ちで参加しているとすぐにリーチになり、最後の1つがなかなか空かないだろうと思っていると、トントン拍子に5ヵ所空いてしまいました。最初信じられずに何回も番号を見直してしまいました。奇跡が起き1番にビンゴになってしまいました。なんと、200人以上参加された中で1番です。ここで運を全部使い果たしたのか、年末ジャンボ宝くじは300円しか当たりませんでした(涙)

宝くじは残念でしたが、景品に高価な電気ケトルを頂きました。妻にお土産ができたので堂々と家に帰ることができました(笑)とてもありがたかったです(笑)

そしてビンゴ大会が終わり、施設ごとでカラオケが行われました。どこの施設も素敵な衣装を着こなして、かっこいい踊りつきの見ごたえあるステージばかりでした。我がみなみがた荘はチェックの衣装を身にまとった森本部長が、18番のチェッカーズ「涙のリクエスト」をバックダンサー付きで熱唱され大盛り上がりでした。

普段職員の方々とコミュニケーションをとる機会があまりなかったので、有意義な時間を過ごすことができました。



みなみがた荘 今川 卓



新しい仲間たち 新人紹介

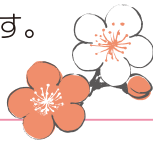
我々の仲間入りしました。

- ① 抱負 ② 趣味・特技・好きな言葉・人物

なでしこ苑
介護職員 谷口 舞



- ① 11月1日よりお世話になっております。まだまだ分からないことありますが、1日も早く仕事を覚えて、利用者の方とたくさん関わっていききたいのでよろしくお願いします。
- ② 趣味は買い物で、好きな歌は嵐です。



なでしこ苑
看護職員 西村 敏美



- ① 暫く、看護師を休んでいましたが、両親の「老いを目の当たりにして「高齢者の看護に携わってみたい」という気持ちが芽生え、再起することを決意致しました。目指すは、入所者の皆様、そのご家族等の皆様、そしてスタッフの方々から信頼される看護師です。
- ② 趣味：ゴルフ 特技：寝溜めと昼寝 好きな言葉：あきらめない 好きな音楽：邦楽問わず、クラシックからレゲエまで 好きな有名人：福山雅治

なでしこ苑
入浴介助員 吉田 美生



- ① 12月より勤務させて頂いております。まだまだ慣れず、迷惑をかけている毎日ですので、早く皆さんのお役に立てるよう一生懸命頑張ります。よろしくお願いします。
- ② 趣味は、DVD鑑賞と野球観戦です。

やよいの里
介護職員 武波 玲子



- ① 昨年12月から勤務させて頂いております。利用者の方々が笑顔で楽しく、穏やかに過ごして頂ける様、早く仕事を覚え、一生懸命頑張ります。どうぞ、宜しくお願い致します。
- ② 趣味は、切り絵やポップアップカード作りです。

やよいの里
介護職員 武元 智子



- ① 12月より勤務させて頂いております。介護の仕事は初めてなのですが、職員の方々に支えてもらい日々、勉強させて頂いております。一日でも早く仕事を覚え、いつも笑顔で利用者の方々と接していけたらと思っています。
- ② 趣味は、旅行で旅先の温泉に入ることです。

やよいの里
入浴介助員 阿部 悦子

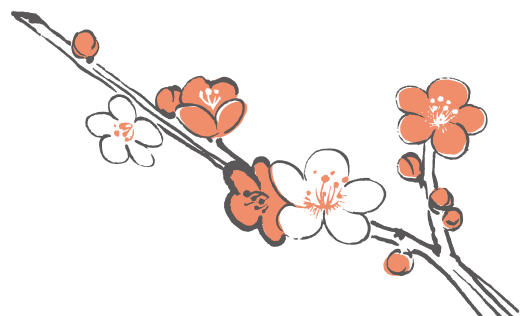
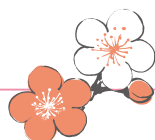


- ① 12月より勤務させて頂いております。介護の仕事は、初めてなので、早く仕事に慣れ、皆様のお役に立てるよう頑張ります。よろしくお願い致します。
- ② 悩んだ時には、よく美輪明宏さんの本を読みます。

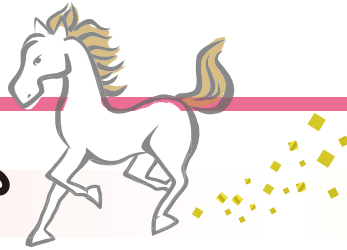
たちばな苑
入浴介助員 西村 紘美



- ① 12月16日から、たちばな苑でお世話になっております。ご迷惑をかける事が多々あると思いますが、どうぞ宜しくお願い致します。
- ② 息子と一緒に、高校野球を観戦することが好きです。



年男年女



◆年男 なでしこ苑 有平 優也



午年とか年男とかそんなことは今まで全然気にしたことが無かったのですが良い機会なので少しだけ考えてみようと思ひ、午年の人の性格について調べてみました。

陽気な性格で派手好きで陰気なことは嫌い。独立心が旺盛で、冒険心も強く行動力がある。弁舌のうまいことは天性で、交際はまことに上手でぬかりなく、気転もきき世話好きという天性もある。そのため、収入よりも支出が多くなるようなことにもなり、楽しみながら金を儲けたいという心が生じ、一攫千金の野望を起し、投機的なことに手を出したが、本来が器ではないために果敢な行動がとれず、投機も中途半端な結果に終わることが多い。……ということらしいです。自分ではよく分かりませんが、なんとなく当たっているような気がします。特に一攫千金を夢見てしまうところが! (笑)

今回自分がどんな性格でどのような行動傾向があるのか分かったので、今年は少し意識して過ごそうと思ひます。そして、12年後には、仔馬からオグリキャップ(競走馬です)のような凛々しい大人になれていたらよいなと思ひました。今年も社会・政治と、問題がたくさん起こりそうですが、馬のように、颯爽と元気・笑顔いっぱい、そして「お・も・て・な・し」の心を忘れず過ごしていきたいと思ひます。

◆年男 みなみがた荘 大森 治



今年で36歳になり、三度目の年男を迎えることになりました。今回、年男についてのコメントを書くことになったことで、前回の年男の時はどんな自分であったかを振り返ってみました。

前回の年男は24歳ということで、その頃の私は社会人になって2年目の年でした。毎日が驚きと発見にあふれ、その対応と経験の蓄積だけで精一杯の毎日でした。

それから12年、周囲の環境は様々に変わりましたが、以前ほどの驚きと発見を感じることは少なくなったと思ひました。

私はこのコメントを作成することで、自分の中で新しい発見に対して「慣れてしまう」自分が出来ていたのではないかと発見することが出来た。

物事に「慣れる」ことは大切ですが、「慣れてしまう」ことは新しい発見を見落としやすくなってしまいます。

これからの一年は、「慣れてしまう」自分ではなく、「慣れる」自分になる様に日々を過ごしていきたいと思ひます。

◆年女 老健デイケア 宮田 妃都美



1966年生まれ(昭和41年)と聞けば、御年配の方は「え?ああ!」という反応が多いですね!この年は丙午の年。昔から伝わる話で丙午の年には火災が多いという江戸時代の初期の迷信から八百長お七につながり、丙午生まれは気性が激しく夫の命を縮めるとのこと!私の場合は自身の身長が縮まっているくらいでしょうか(笑)でも気性が激しいというのは当たっているかもしれませんけどね。

私事では、昨年は長男が結婚。今年1月には娘が成人を迎えました。何とか子育ては一息つけた気がします。ライフに勤めて8年目を迎えます。デイケアでは色々な事をさせて頂きました。特に行事にいたっては出し物も様々でした。歌あり踊りあり、時にはお芝居も利用者の方々に「楽しかったわ」と言われるのが嬉しくてつい調子に乗ってしまうこともしばしばですが、私の仕事のモットーは「いつも笑顔で」です。色々な事に挑戦したら、利用者の方々に「今日も楽しかった」の言葉や笑顔が1人でも多く1回でも多く増やす事が出来る様に努めていきたいと思ひます。これからどうぞ、よろしくお願ひします。

◆年女 なでしこ苑 三岳 優子



他人ごとのように思っていた、人生5回目の年女ついにやって来ました。風水から見ると今年は、飛躍の年だそうですが年明けから色々な事が起こり、心穏やかでない毎日です。人生は、片道切符。帰りの切符は、ありません。これからどう生きていくかは、自分次第。良さ人生だったと言えるよう日々を大切に過ごしたいと思ひます。尾道の大覚山千光寺で日常の五心と記されていました。「はい」という素直な心「ありがとう」の感謝の心「すみません」の反省の心「おかげさま」という謙虚な心「わたしがします」という奉仕の心と……。この言葉を胸に看護職10年の一応の節目を迎えます。

◆60年再び生まれた年の干支に還るといふ 数え年61歳の称 華甲本卦還り やよいの里 高橋 孝子



午年の女、還暦となり、あらためて自分の年令を感じています。

今日迄の日々を考えてみますと、ほんとうに「アッ」という間でありました。ライフケアセンターで勤務させて頂き、毎日楽しく仕事をさせて頂き、感謝の日々です。サラブレッドとは、ほど遠い私ですので、農耕馬としてこれからも、ぽっくりぽっくりと歩いていきたいと思ひます。もう少し仕事が続けられるよう、健康に気を付けて、頑張りたいと思ひます。

◆5回目の年女 栄養科 佐々木 ひさ子



ついに、還暦です。お正月に由加山にお参りし、厄払いをしてもらいました。よく今まで仕事を続けられたものだと思います。いろいろな人に支えられ、助けられたお陰だと感謝しています。

今年は、仕事ができる最後の年になると思うので、ライフケアセンターの皆さまが安心して食事を食べることができるよう後輩の指導をしっかりと行きたいと思ひます。また、ノロウイルスによる食中毒が多々報告されているのでいままでも以上に衛生面の見直しをしていかなければと思ひます。皆様が元気に最後まで口から食事を食べれば天寿を全うできるように管理栄養士として頑張りたいと思ひます。私の今年一番の楽しみは初孫が生まれることです。今からとても楽しみです。きっと可愛いのでしょね。今年一年よろしくお願ひ致します。

写真は、今年の干支を作ってみました。段ボール箱の間に入っているまゆの形をした物を使っています。

研修会報告

福祉施設合同研修会に参加して

済生会記念日の午後、やすらぎホールで福祉部門合同研修会が行われた。岩本一壽支部業務担当理事・常務理事の「岡山県済生会の医療と福祉のこれから」と題した特別講演では、社会全体の医療や福祉の動向、岡山済生会の目指す方向を知り、目先の事だけに囚われず、視野を広く持って、業務にあたる必要があるだと再認識した。

事例発表では、特養憩いの丘より「利用者の骨折事例から学んだこと」、老健たちばな苑より「たちばな苑での褥瘡予防についての取り組み」、みなみがた荘在宅介護支援センターからは「居宅ケアマネのお仕事」と題した、それぞれの発表が行われた。他部署の取り組みを知ることが出来たのは興味深く、また自分の所属する事業所も発表することで、普段の業務内容を振り返ることが出来た。

続いて、川崎医療短期大学副学長・特任教授の小池将文先生の教育講演「高齢者ケアについて」があった。尊厳を尊重したケア、感情労働としてのケアなどについて学んだ。バリデーションやユマニチュードといった方法論を知り、今後学んでみたいと思った。特に高齢者の想いを綴った詩「手紙～親愛なる子供たちへ

～」には心が洗われ、普段の関わりの中で認知症の方の不安や戸惑いに目を向けることが少なくなっていることを痛感した。

合同研修会の最後にはコンプライアンス研修「パラハラにならないための指導のポイント」だった。部下の育成に視点を置いていたが、上司や同僚、利用者との関係でも通じるものがあると感じた。

日頃の業務を振り返り、また普段はなかなか会うことのない他施設の職員とも交流することが出来、実りの多い一日であったと思う。

みなみがた荘在宅介護支援センター 島木 愛



研修会報告

認知症研修会に参加して

平成25年12月10日に竹島先生を講師として認知症研修会に参加させていただきました。

今現在、高齢化率が24%で今後も高齢者が増加していくことが見込まれ、そして65歳以上の10人に1



人が認知症だといわれています。

認知症とは、正常に働いていた脳の機能が低下

し記憶や思考への影響がみられる病気で、それに伴い、周辺症状(妄想や徘徊、暴力など)があらわれます。

また、周辺症状は環境やケアなどに影響を受けて出現したり抑制されたりするので、認知症の進行を少しでも遅らせていつまでも元気でいてもらう為にも、利用者の方が安心して過ごせるように接し方や環境づくりが大切です。

研修ではこの他にもMCIとよばれる軽度認知機能障害や認知症と間違えられやすい症状や病気なども学びました。

今回の研修をこれからの介護に役立てていきたいです。

なでしこ苑 谷口 舞



「目標管理」研修会に参加して

平成26年1月22日ライフケアセンター「目標管理」研修会に参加させて頂きました。

森本総括事務部長により、「管理職の役割～目標管理～」を内容に研修が行われ、まず初めに「管理者の役割と立場」、「今後の医療・介護の方向性や在り方」等についての講義がありました。

管理者は、日々の業務が円滑に遂行できる様に人材育成・問題解決は勿論のこと、経営者の視点に立つことから事業全般を見渡す能力や社会情勢を把握し、業務に取り組む重要なポジションであると感じました。実際の介護現場ではなかなか意識することが難しい事柄であるかと思いますが、目前のことだけに向かうのではなく、そういった視野の広さを私自身も身に付けていきたいと思いました。また、働きやすい職場を作ること(人材育成と問題解決)が、果ては福祉のプロとして、利用者の方々により良いサービスを提供することにも繋がっていくものだと感じています。

また、済生会ライフケアセンターでは、目標管理について平成24年度から各施設でBSC(Balanced Score Card)による各施設の目標管理設定が開始となり、職員個人と組織の成長・発展の為にいたり、SWOT分

析(Strength(強み)、Weakness(弱み)、Opportunity(機会)、Threat(脅威))による現状分析を行い、強みを進化させて弱みを克服する為の取り組みを行っています。

1時間の研修でしたが、今一度自分自身を振り返るととても良い機会となり、今後業務に活かしていきたいと思います。

なごみ苑 長町 和弘



ライフケア 委員会紹介

安全衛生委員会

労働安全衛生法により、職員が50名以上いる事業所には、職場における安全衛生を確保する目的で、安全衛生委員会の設置が義務づけられています。

職員の危険や健康障害防止を図るための対策を事業者と職員の代表が一体となって審議するところです。

委員は、事業管理者、産業医、衛生管理者、職員の代表で構成され、委員の半数は労働者側として職員の代表が加わる必要があります。

委員会は毎月1回開かれ、以下のことが審議されます。

1. 安全・衛生に関する規程の作成

2. 安全・衛生に関する計画の作成、実施並びに評価
3. 安全・衛生教育に関する計画の作成
4. 健康診断等の結果に対する対策
5. 長時間労働による健康障害防止を図るための対策
6. 労働者の精神的健康の保持、増進を図るための対策

今まで、職員の感染対策、腰痛予防、メンタルヘルスなどについて話し合ってきましたが、職場環境の改善などご意見がありましたら、職場の委員の方にご提案いただき、委員会で審議したいと思いますので、ご協力をお願いします。

ライフケア総合防災・防火訓練に参加して

平成25年12月11日ライフケア総合防災・防火訓練が行われました。それに私は6階夜勤者として参加しました。訓練は夜間体制で地震・火災を想定し、通報・消火・避難を実際に行うという内容でした。

地震訓練の夜勤者の任務としては、地震の放送があったら、慌てず職員同士互いに声を掛け合い、利用者様の安全を確認し、しばらく安全姿勢で待機して頂くよう指示を出し、被害状況を防災センターに報告をするというものでした。地震訓練では居室ドアに安全であったか確認をしたという印をつけたら他の人が見ても分かりやすく早く対応が出来ることを教わりました。

次に地震による火災が発生したという想定で火災訓練が行われました。私は出火場所を確認し、火災であることを防災センターへ報告を行い、初期消火として消火器で火を消す、応援職員が来たら避難誘導を行いました。事前に訓練について説明を受けていたものの防災センターに火災であることを報告する時とても緊張しました。他部署からの応援も早く、避難誘導の時には職

員同士が声を掛け合い、連携することで、利用者様の避難誘導が迅速に行えました。

訓練の後に行われた反省会で、被害を少なくする手段として、消火器や消火用散水栓の位置の把握、防火戸の閉鎖の確認をすることを学びました。

今後も防災意識を高め訓練の経験を日常生活に活かしたいと思います。

みなみがた荘 岡田 理沙



トピックス

新見市養護老人ホーム「和みの郷かなや」

(指定管理者：岡山県済生会)

4月1日から岡山県済生会が指定管理することになりました。

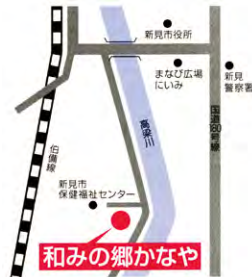
全室個室の養護老人ホーム(50室)にヘルパーステーション、デイサービスセンターを併設することにより、在宅サービスの充実と関連医療機関との連携を図ります。



- 設置主体 新見市
指定管理者 岡山県済生会
- 運営内容 養護老人ホーム(50室)、
ヘルパーステーション、
デイサービスセンター
- 開設年月日 平成23年11月1日
- 構造・延床面積 鉄筋コンクリート造3階建
2,947.89㎡



■アクセス



寄贈

12月28日

制作者

片岡 幸夫 氏



「なかよし」

寄贈(制作者) 片岡 幸夫

平成25年12月28日

編集後記

木もれ陽



洗車したばかりの車で信号待ちをしていました。すると、「ポタ、ポタ… ポタポタポタあー」と、雨が降り始めました。

ところが、私の前後の車に雨は降っていません。「もしや!?!」と思い、車から降りて確認してみたところ、電線に止まっている数10羽のスズメ(?)から放たれたものでした。車体には白い斑点が少なくとも10以上!(悲)「運が付いた」ということで、何か良いことが起きることを期待したいです。(苦笑)

“電線の 鳥に憤慨(フン害) 白き雨”

みなみがた荘デイサービス 野上 雄介



URL:<http://www.okasaisei-life.jp>