



福祉施設 広報誌

木もれ陽

No.75

2020.新春号



謹賀新年



みなみがた荘の皆さんの作品

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

岡山県済生会の理念とビジョン

～切れ目ないサービスのために～

岡山県済生会の理念

あらゆる人々に手をさしのべる済生の心で
まことの医療・保健・福祉のサービスにつとめます

岡山県済生会のビジョン

(社会におけるポジション)

1. あらゆる人々に信頼されるパートナーを目指し、良質・安全で、潤いのある医療・保健・福祉サービスを提供する岡山済生会トータルライフケアシステムを実現します。

(事業経営の将来像)

2. 済生会グループの総合力を活かし、地域との連携のもと、医療から介護に至るまでの一貫したサービスが提供できるネットワークを構築します。

(組織の人のあり方)

3. 適切な人事評価やキャリアアップ支援など、職員が誇りとやりがいを持てる組織を目指し、職員満足と健全経営の両立を図ります。

目

次

- ライフケアセンター…………… p 2 ～ 9
- 憩いの丘 …………… p10～11
- 備中荘 …………… p12～13
- 宇垣荘 …………… p14～15
- 玉松園…………… p16～17
- 和みの郷かなや …………… p18～19
- 新人紹介 …………… p20
- トピックス…………… p21～22

ライフケアセンター

施設全体行事

クリスマス会

もちつき大会



12/25 水

12/26 木

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。

千翔流千重会

昭和町カルチャーセンター
有志アンサンブル

11/19 火

12/25 水



なでしこ保育園 ~かわいいお客様~

11月12日(火)に、なでしこ保育園から26名のかわいい園児達が遊びに来てくれました。

パプリカという曲に合わせて踊りを見せてくれたり、一緒に手遊びをしたりして、とても良い時間を過ごすことができました。

涙ぐんでみている方がいて、いつもの利用者さんじゃない一面を発見! また来ますとお約束し楽しみです。

介護職員 山下 のり子



クリスマス忘年会

12月19日、やよいの里恒例のクリスマス忘年会を行いました。

今回の職員による出し物は…まずは「失敗しない女」3名によるマジックショー!

ぶっつけ本番でも「私、失敗しないので!」の気合で腕前を披露。

続いて、歌姫カズコwithやよいダンサーズによる歌謡ショー! 美声&華麗な舞いに皆くぎ付け!?

ボランティアの方々にもご協力いただき「亥亥(いいね!)」な会で、2019年を締めくくることが出来ました。

2020年もチュ〜モクして頂けるよう職員一丸となって芸に…いえ、仕事に取り組んで参ります。

介護職員 本間 佳子



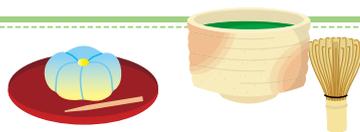
初釜お茶会

1月23日初釜お茶会を開きました。10名のボランティアの方の歌と電子ピアノの演奏、そして進行役の方の話しぶりに入居者の皆さんも引き込まれた様子で、何曲もの懐かしい歌を全員で歌いました。

お抹茶と菓子を皆さん一緒に食べて、本年も元気一杯に生活できると思える会になりました。

ボランティアの方々、お忙しいところありがとうございました。

介護職員 吉木 誠



なごみ苑

有料老人ホーム(混合型特定施設)



お楽しみ昼食会

11月26日、やよいの里さんと一緒にやすらぎホールにてお食事会を開きました。バイキング風にお好きな食べ物を入居者の皆様を選んでいただき、中央のテーブルから職員がそれを盛り付けさせていただきました。

皆様自分で選んで食べることを楽しんでおられ、食べ過ぎ?と心配になるぐらいいつもより食が進んでおられました。そして食後は、コーヒー等でティータイムを楽しんでおられました。

いつもと違う解放感のある空間で気分転換も図れて良かったです。

11月の文化祭の作品展示にも手芸・工作クラブのみなさまの作品を多数出品!



クラブ活動に夢中! 生け花

いつもにこやかな表情で話しかけてくださる入居者様の真剣な眼差し。いつもと違う一面を垣間見た瞬間でした。



行事・クラブ活動紹介

おも令和 なごみ苑

正月飾り作り

手芸・工作のクラブ活動の時間に正月飾り作りをしました。

モスボールに椿や松等の造花をアレンジして刺していただき、水引を付ければ完成です。

「これで新しい年を気持ち良く迎えられるわあ。」参加された皆様もその出来栄に満足された様子でした。



防災訓練

11月14日、防災訓練を行いました。昨今自然災害が多発しており、防災意識も高まってきています。想定される火災、地震、水害・土砂災害等について名越施設係より入居者の皆様へ説明をさせていただき、これらに対する初期行動について職員が実践して理解を深めていただきました。



ダブル・クリスマス会

12月25日、この日は午後からのライフケア全体行事のクリスマス会に引き続き、なごみ苑のクリスマス会を開きました。少しせわしかったですが、クリスマスケーキやプレゼント等クリスマス気分を満喫できて喜んでいただけたのではないかと思います。



餅つき大会

12月26日、毎年恒例の餅つき大会が開かれました。今回たまたま遊びに来られていたある入居者のひ孫さんに餅をこねる工程を手伝ってもらい会を盛り上げていただきました。

生活相談員 野上 雄介



12月の誕生日会で、ミニ演奏会形式の出し物を計画しました。今回、やりたかったこととして、楽器の生演奏を聴いてもらうこと、普段から童謡・唱歌、演歌を歌うことがあっても、曲に合わせて演奏することが少ないと感じていたため、入所者に楽器を持ってもらい、一緒に演奏に参加して音を楽しんで頂くことでした。

誕生日会が始まる前に入所者に楽器を持って頂きました。誕生者のお祝いが終わった後で、少しでも演奏会の始まりの雰囲気を出そうとテンポの速い曲を流したところ、曲に合わせて楽器を鳴らして下さったので、すぐ雰囲気に入り込めたようです。演奏会では、職員がリコーダーの生演奏で「ハナミズキ」を演奏した後、「風になりたい」の曲を器楽合奏用に編曲したものを使い、入所者と一緒に演奏しました。曲の途中の僅かな時間ではありましたが、速いテンポのリズムに合わせて、入所者の皆さんが生き生きとした表情で、楽器を鳴らすことができました。

今回のことをきっかけとして、音楽をつかって入所者ができることを少しでも引き出していくとともに、楽しみに思えることを計画できればと考えています。



介護職員 田村 嘉章

なでしこ苑

介護老人保健施設

餅つき大会

12月26日（木）ライフケアセンター餅つき大会がありました。「餅をついてみましょう！」と職員は意気込むなか、「いや～ええ」や「肩が痛いから今回は辞めとく～」と遠慮される方が多い中ある女性の利用者様が「私餅つきたいわ!!」と立候補されました。初挑戦！「杵が結構重いのね」と驚いていましたが頑張っていました。

皆様、「餅を丸めるのはまだかな～」と待ちきれない様子・・・

順番が訪れると手慣れた様子でお餅を丸めるのが早く「もっと丸めたい」など嬉しい声が沢山挙がりました。なでしこ苑の職員も、きなどりとして参加し新年を迎える為に皆でおいしいお餅をつくことが出来ました。



1月 誕生日会

1月8日（水）明けましておめでとうございます！との事で、なでしこ苑では今年1年の運勢を占うべく「おみくじ」を皆さんでやりました。利用者様は「今年も元気に過ごせたら一番」、「大吉が出たらええなあ」と様々な声が聞こえワクワク、ドキドキしたムードのなか始まりました。ペットボトルの上をくり抜いたなでしこ苑お手製のおみくじをカラカラ振ってもらいさて・・・くじの中は・・・お見事！大吉でした！くじには「皆で大きな声を出すと今年も元氣よく健康で過ごせるでしょう」と幸先よくスタートすることが出来ました。

大吉や中吉、吉など引いて深呼吸をしたり、足踏みなど体を動かしながら楽しく新年を迎えられたと思います。今年もお身体に気をつけて良い1年になりますよう心からお祈り申し上げます。



介護職員 三宅 翔真



〈2F〉《1月誕生日会》

さあ、1月8日は、何の日だったでしょうか？それは、毎月開催している誕生日会の日でした。

今回は、1月の誕生日者が多く、2F・3F・4F合同で誕生日会を行いました。私の担当する2Fでは、2名の方が誕生日を迎えられ、自己紹介とスピーチをしていただきました。クラリネット演奏や獅子舞と内容が盛り沢山で、2Fで出席された皆様は、退屈されることなく笑顔で参加、聴き入っておられ「楽しかった」「面白かった」「上手じゃった」等のお褒めの言葉をいただきました。時間はあっという間に過ぎ、最初から最後まで熱気の冷めない大盛り上がりの誕生日会になったと思います。

新たな令和の時代も皆様が楽しく過ごしていただけるよう努めていきたいと思えます。介護職員 新名 結衣



〈3F〉《2020年新春 今年の抱負》



謹んで新春のお慶びを申し上げます。本年もよろしくお願ひ致します。

…とはいえ、この木もれ陽をお手に取って頂ける頃には、季節も進み、東京オリンピックもいよいよもうすぐ！と、ますます盛り上がっている頃ではないでしょうか。

新年を迎えるにあたり、皆様は今年どんな年にしたいと願われましたでしょうか？

たちばな苑3階の利用者様も、リビングでの席で利用者様同士、楽しくおしゃべりなどされていて、よく聞いてみると「少しでもしっかり歩けるようになりたいわ」「元気でたくさん歩きたい」など普段から高いお志で生活されている！

それではと、他の利用者様にも今年の抱負をお聞きしてみたところ、「美しくきれいになる」（いつまでも女性である心をお持ちなのですね！）「家族が健康で元気で暮らせたならそれが一番」（ご自分のことよりご家族の幸せを…）「みんなと仲良く前進する」（今年もワンチームで頑張りたいですね）等々。利用者様一人一人の様々な抱負をお聞きすることができました。ありがとうございました！

皆様が普段の生活の中で、それぞれ様々なご自分への思い、ご家族様への思いを持って生活してらっしゃることを改めて知る機会となりました。

抱負をお聞きした後は、元旦に書初めをして頂きました。書家の皆様の傑作が、フロアの入り口を華やかに彩って下さっています。

本年も利用者様とご家族様にとって健康に恵まれ、平和で穏やかな素晴らしい1年でありますようにと職員一同祈念いたしております。

介護職員 福見 真奈美



〈4F〉《趣味を楽しんで！》



4階ではクラブ活動や趣味活動の一環として、作品を仕上げる達成感と満足感を味わって頂こうと様々な手芸を提供しています。

「指先を動かして脳を活性化！」と言われてはいますが、楽しむことをまず第一に大切に考えて手芸をしてもらっています。今年のはり絵、刺し子、ペーパーフラワー、紙巻手芸、お人形作り、クロスステッチ刺繍等を行いました。昔は洋裁の先生をしていた方や絵画の展覧会に出品の経験がある方など、皆様素晴らしい腕前の持ち主ばかりで年をとってもその腕前は衰えていません。

〈クロスステッチ刺繍に取り組まれているHさん。〉

刺繍をするのをとても楽しんでおられます。一生懸命になってしまいつい時間のたつのも忘れてしまうぐらい没頭されています。そして一つ一つ作品を完成させるたびに笑顔と宝物が増えていっています。これからも身体を労りながら取り組んでくださいね。



介護職員 出口 富美子



デイケアセンター

通所リハビリ

デイケア通信

クラフト教室

今回のクラフト教室では2020年の干支のネズミとポチ袋を作りました。

ネズミを作るのは難しかったですが皆さん頑張って完成させました。

「今度、ひ孫に会うからあげるわ」と嬉しそうに話される利用者様もいました。



可愛いのが出来ました! /



ハンドマッサージ

5月に続いてエステサロンの『彩さ美』のスタッフの皆様がボランティアに来て下さいました。今回もハンドマッサージだけでなく肩のマッサージやネイルもして頂きました。ネイルの色を選ぶのに「どれにしようかな」と考えながらそれぞれ好みの色を選んでいました。ネイルをしてもらい「バースデイだから写真を撮って」と嬉しそうに言われたり「手のマッサージは恥ずかしいから肩にして」と言われ肩のマッサージをしてもらっている利用者様もおられました。

「気持ちよかった」と皆様とてもいい笑顔が見られました。

彩さ美のスタッフの皆様も利用者様との交流を楽しみに来て下さり「楽しかったです」と言って下さっていました。

また機会がありましたら来て頂けたらと思います。



クリスマス会

年末恒例の行事です。皆様、盛り上がっていました。



餅つき大会



介護職員 山下 弥生

リハビリスタッフからのワンポイントアドバイス

認知症

「認知症」…よく耳にされる言葉だと思います。認知症は、予防すれば進行を緩やかにすることが可能です。今回は、認知症予防につながる簡単な「脳トレ体操」を紹介したいと思います。「脳トレ体操」とは…普段と少し違う、2つの異なる運動を同時に行うことで脳が活性化されるといわれています。

●**足首の体操**：右足のかかとを床に付けてつま先を上げ、左足はつま先をつけてかかとを上げてください。次に右足と左足を逆の形に。それを繰り返します。

●**マリオネット（全身運動）**：両手を上・中・下へ動かすのに合わせて両足を開閉します。

●**太もも叩き**：右手は太ももを叩き、左手はさすります。しばらくやったら左右を逆に動かします。

●**指の体操**：指を折って9つ数えますが、右手は親指を折った状態から、左手はパーの状態から指を折ります。

●**コグニサイズ**：1 右肩・2 左肩・3 右腰・4 左腰・5 おでこ・6 お腹と決めておいて「1、2」「1、3」などと声をかけながらタッチします。歩きながらできる方は歩きながらでも大丈夫です。

少し難しい体操もありますが、全て自宅でできる体操なのでまずはどれか1つから始めることをお勧めします!! 継続することが大切です。

作業療法士 和氣島 夏子

デイサービス通信

デイサービスでの作品作り

デイサービスでは毎月四季折々の作品を利用者様と一緒に作成しています。人生の大先輩の皆様「あー!! そうじゃない。」「そうそう!! もうちょっと…。」毎日そんな言葉が聞こえてきます。今回ご紹介するのは、卵の殻を使ったアートです。

卵を消費する人(職員)!!・卵の殻を砕く人・殻に色を塗る人・構成を考える人・貼り付ける人…。様々な役割を担っていただきます。これからも皆様とたくさんの作品を作っていきたいと思います。

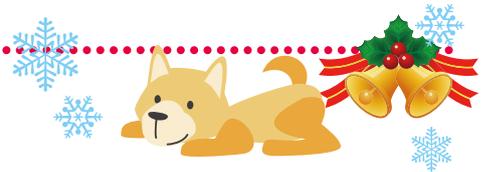


デイサービスでのクリスマス会

ライフケアセンターでのクリスマス会もありましたが、今年もデイサービスでもクリスマス会を開催しました。

デイサービスのクリスマス会といえば…。そうです!! 毎年デイサービスに来てくれている『サンタちゃん』(職員のワンちゃん)が今年も来てくれました。とても「しつけ」をされた女の子なので、毎年来てくれてて男性であるわたくし末次には見向きもしてくれませんが、今年こそは…。やっぱり駄目でした(涙)。なかなか彼女を落とすのは難しいです。トホホ(泣)

そんな彼女ですが、皆様にはたくさんの笑顔を引き出してきてデイサービスにはなくてはならない存在です。また、会いに来てねえ～。



そして、今年のクリスマス会はほぼ2カ月に1回クラフト教室に来てくださっている甘利先生もデイサービスのクリスマス会に合わせてきてくださいました。今回は折り紙で作ったネズミのポチ袋でした。このポチ袋でかわいい「ひ孫ちゃん」たちにお年玉をあげたのかな～。

甘利先生!! 来年もよろしくお願いたします。



生活相談員 末次 博文



特別養護老人ホーム

特別養護老人ホーム 憩いの丘

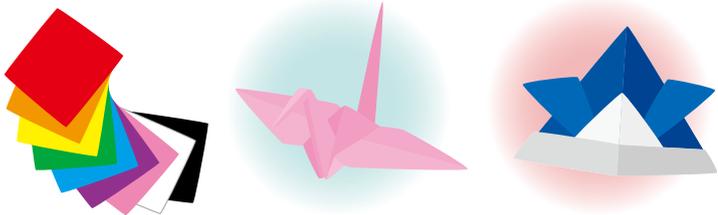
令和1年

11/
14木

足守中学校福祉体験

11月14日 足守中学校福祉体験実習の受け入れを行いました。事前に車椅子の種類や使い方の説明を行い、疑似体験してもらっていましたが当日は利用者の車椅子を押して園内を散歩して頂きました。

また、学生さんが利用者と一緒に出来るゲーム、折り紙などを考えてきて下さいました。歌を唄ったり、パプリカの歌に合わせて手・足を動かす運動をしたりと楽しい時間を過ごしました。



令和1年

11/
22金

自衛消防訓練



11月22日に自衛消防訓練を行いました。火災は、いつ、どこで起きるか分かりません。入所されている方々の命を守るため、

訓練を定期的に行い、職員全員が慌てず連携して対応できるように取り組んでいます。



令和1年

12/
18水

第2白ゆり保育園和太鼓慰問

12月18日に第2白ゆり保育園の園児の皆さんによる和太鼓慰問が行われ、元気いっぱいの力強い演奏や歌を披露してくれました。

この日を楽しみにしていたご利用者の皆さんはまるでご自分の孫やひ孫を見ているようで表情も自然と緩み、音楽に合わせて手拍子をしながら、楽しい時間を過ごしました。



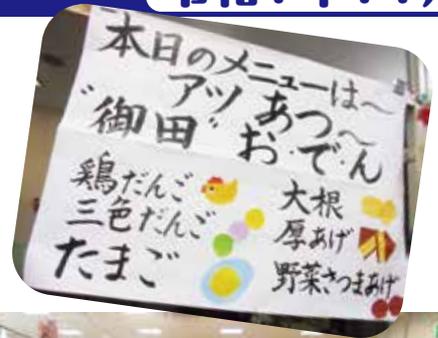
介護職員 久安 由佑子

憩いの丘 デイサービスセンター

アツアツおでんで温まりましょう!

令和1年11月

めっきり冷たくなって温かいごちそうが嬉しい季節です。鶏団子・三色団子・玉子・大根・厚揚げ・野菜さつま揚げの6種のおでんが鍋の中にぎっしり!よく炊けていて味も良く、普段半量くらいしか食べないご利用者も全量摂取されたのが嬉しかったです。なかなか家でもおでんは食べないと言う人もあれば、一人暮らしでもコンビニのおでんを食べるという人もあります。時代の流れで何でも出来たものを買えるようにはなりましたが、やはり手作りは最高です!「また作って食べさせてーよー。」「美味しかったわー。」と嬉しい笑顔です。季節を感じながら生きる事で生活の質が向上します。今後も季節ごとに美味しいごちそうをご利用者と楽しみたいです。



新春万福

令和2年1月

2か月に1度、舞台の壁にかける壁紙を製作しています。令和初のお正月は、すべての人に福があるように「万福」と「おせち料理で満腹」とをかけて「新春万福」と題しています。15枚の正方形の模造紙を貼り合わせてワイドに仕上げました。職員が下絵を描き、ご利用者が小さな色紙を1枚1枚貼り付け、最後に少し飾りの手を加えて完成します。「ここは何になるんでー?」「これはこの色の方がええ。」「もう少し隙間が無い方がええ。」などご利用者もあれこれ考えながら作業します。出来映えを気にされる人もありますが、「私の顔を近くで見たらしわが目立つけど、遠くで見たら二十歳くらいに見えるじゃろ。それと同じで遠くにかけるから少々どうなってもわからないよ。」と言うと「ええ例えじゃ。」と大笑いです。交流しながら一つの作品を仕上げる達成感を味わい、令和2年の幕開けです。令和2年おめでとう!! 尚、この壁紙はプラザ大井の文化祭に出品させていただきます。



「ここは何になるんでー?」「これはこの色の方がええ。」「もう少し隙間が無い方がええ。」などご利用者もあれこれ考えながら作業します。出来映えを気にされる人もありますが、「私の顔を近くで見たらしわが目立つけど、遠くで見たら二十歳くらいに見えるじゃろ。それと同じで遠くにかけるから少々どうなってもわからないよ。」と言うと「ええ例えじゃ。」と大笑いです。交流しながら一つの作品を仕上げる達成感を味わい、令和2年の幕開けです。令和2年おめでとう!! 尚、この壁紙はプラザ大井の文化祭に出品させていただきます。

生活相談員 矢尾 みずほ

介護老人保健施設

加茂学区愛育委員会ボランティア



令和元年12月6日（金）に加茂学区愛育委員会の皆様が施設訪問に来荘してくださいました。

朗読劇、踊りを見せて頂きました。熱心な朗読劇に、利用者様も見入っておられました。踊りでは昔懐かしい曲がかかり、昔を思い出した様子で涙ぐむ方や手拍子をされている方もおられました。

どの利用者様も、「良かった。」「楽しかった。」と大変喜んでおられました。

本当にありがとうございました。

介護職員 山本 優美

餅つき大会

令和元年12月30日（月）に備中荘餅つき大会が行われました。利用者様、職員そしてボランティアの方々にお世話になり、お餅をつく係、揉む係、元気に掛け声をかける係等、力を合わせてつきました。みんなで一丸となってお餅つきをすることで、連帯感を高め、喜びを分かち合うことができました。笑顔と気持ちがたくさん詰まったお餅は、備中荘の玄関とフロアに飾らせていただきました。

介護職員 吉田 直美



庄内小学校4年生施設訪問

令和元年11月28日（木）に庄内小学校4年生の皆さんが施設訪問にて来荘してくださいました。利用者様はお昼前より「もう来るの?」「楽しみだわ!」と待ち遠しくて・・・。



来荘された時には拍手と笑顔でお迎えする事が出来ました。

いよいよ出し物がスタート。折り紙・クイズ・歌・リコーダーと盛り沢山の出し物で、クイズではヒントを沢山出してきて、利用者様が答えることが出来ました。

リコーダーでは、沢山練習を重ねたのでしょうか。輪唱を披露して下さり、大拍手にて、「もう一度聞きたい!」と、アンコールがかかるほどでした。色々趣向を凝らして一生懸命にしている姿に感動し、利用者様だけではなく私達職員も元気を頂けた1日になりました。本当にありがとうございました。

介護職員 金光 育子



済生会・福祉施設リーダー研修

令和元年12月5日（木）、6日（金）に済生会・福祉施設リーダー研修を受講し、済生会保健・医療・福祉研究所原田上席研究員の講義にて、済生会が達成に貢献するSDGsの目標達成への指針・活動を知る事ができ、また医療・保健・福祉・介護・行政、全ての「連携」が**カギ**である事を再認識できました。また（株）パスト 田中専任講師による講義・グループワーク等で、それぞれ価値観が違うのは当たり前であることを皆が理解できるようにしなければならない。内省の見える化がとても大切である。前向きエネルギー内省する習慣づけが必要である。刺激（出来事は変わらない・変えれない）に対する受け止め方は全て自分自身であり、選択自由である。受け止め方が重要!!であるなど、多くの事を学ばせていただきました。傾聴力・共感力をつけ、器の大きな人・良い影響をあたえられるような人になりたいと思います。また、職員・利用者様がより多く笑って過ごせるよう頑張りたいと思います。

介護職員 山邊 雅美

介護老人保健施設

福祉部門合同忘年会・備中荘親睦会忘年会

令和元年12月13日（金）に岡山済生会福祉部門の忘年会が岡山ロイヤルホテルで開催されました。病院から異動して初めての参加だったため、自施設はもちろん他施設の方々とお会いする貴重な機会となりました。病院と福祉部門の忘年会の雰囲気の違いを興味深く感じながら楽しく参加させていただきました。また、12月20日（金）には備中荘での忘年会が当荘で開催されました。私は親睦会幹事として、他のメンバーに助けをいただき微力ながら準備と進行に携わらせていただきました。

一年の締めくくりには他施設・自施設の方々との交流の機会が持てることは次年度の励みになります。企画していただいた皆様ありがとうございました。

作業療法士 下田 志ほ

高齢者のスキンケアの勉強会

令和元年12月10日（火）に済生会吉備病院の皮膚排泄ケア認定看護師、石川看護師長に講義していただきました。

高齢者の皮膚の特徴はわずかな機械的刺激で水泡や乾燥などの皮膚障害が生じやすく、ターンオーバーの延長によりシミが残りやすくなったり、バリア機能の回復や創の治療過程が遅延することもあります。利用者様の入浴介助を行う際には、皮膚の観察を行い、温度や介助時には皮脂を摂りすぎないように優しく洗い、しっかりと保湿をして皮膚を保護することが重要になってきます。

スキンケアについても講義を受け、定義は「摩擦・ズレによって、皮膚が裂け生じる真皮深層までの損傷（部分損傷）」です。予防する為には①外力からの保護、②周囲（環境）を整える、③皮膚の洗浄方法、④皮膚の保湿、⑤栄養管理を行うことが大切になります。利用者様のケアを日々行う中で、皮膚障害や損傷のリスクを考えていきながら、介助や観察、皮膚の保護に努めていきたいです。

石川看護師長、ありがとうございました。

看護職員 近藤 紀子

岡山西商工会 女性部より雑巾の贈呈



令和元年12月4日（水）に、岡山西商工会女性部より雑巾を贈呈していただきました。備中荘の開設当初に続き2度目の贈呈となりました。

雑巾は日常業務内でも使用する頻度が高いので、とても助かると職員からも喜びの声がありました。

感謝の意を込めて、管理者の仁科先生より感謝状を送らせていただきました。

大切に活用させていただきます。この度はありがとうございました。

事務職員 市川 浩司



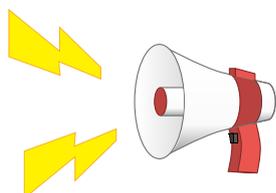
備中荘 水害及び地震・防火避難訓練を実施



令和元年12月18日（水）に、水害及び地震・防火避難訓練を実施しました。総勢20名が参加し、避難誘導等の訓練を行いました。備中荘でも、一昨年のも雨による洪水被害や、頻回に発生している地震といった災害への意識が高まっております。真剣に訓練を実施することができました。

定期的な訓練を実施し、職員の防災・防火意識を高め、より安全で安心される施設にしていきたいと思っております。

事務職員 市川 浩司



とんど焼き・お茶会



今年も皆様お元気に令和初のお正月を迎えることができました。

宇垣荘では、今年も1月15日に恒例のとんど焼き・お茶会を開催しました。

地域の方々にもご参加いただき、みんなでワイワイと火を囲み、焼きみかんを食べながら、「今年も元気で1年が過ぎますように」と祈願されました。

その後、地域交流ホールでお茶会が始まりました。お茶席は厳粛な空気の中、先生にお茶を入れていただき、皆様思い思いにお茶を味わっておられました。

また、同時に開催された文化祭で会場には1年間の皆様の作品が壁いっぱいに飾られ、作品を見ながら笑顔で話をされている顔は、恥ずかしいような嬉しいような顔に見えました。

今年もどうぞ、皆様お元気に明るい笑顔を見せてください。

介護職員 板野 文映



小規模多機能型居宅介護事業所

秋の遠足

秋と言えば「スポーツの秋」「読書の秋」など、様々な過ごし方がありますが、11月11日、宇垣荘小規模多機能では「食欲の秋」「紅葉の秋」をテーマに秋の遠足を行いました。

まず「食欲の秋」では事前に皆様に食べたいもの、行きたいお店を聞き、一番人気であった「夜寿司」にばら寿司を食べにいくことに決まりました。夜寿司は岡山では二番目に美味しい寿司屋さんで、一番は家庭で作る料理とのことです。お料理を前に「昔は祝い事に家で良く作った」「岡山言うたらばら寿司よ」と会話が弾み一口食べると「美味しい」「来てよかったわ」など賑やかに食事が出来ました。

続きまして「紅葉の秋」で御津スポーツパーク、岡山空港周辺ドライブを行いました。車窓から見える紅葉に「ええ色、キレイ」「あなたの方がキレイよ」など冗談も言われ楽しい1日となりました。今後も喜んでいただける会を行いたいと思います。

介護職員 中原 朋之



これからも地域に密着した施設であるよう努めてまいります!

～御津南小学校 5年生～

社会科の勉強で近くの御津南小学校の児童が来てくれました。高齢者や障害を持った方がどんな生活をしているのか、どのようにすれば自分の思いを伝えられるか、学校でしっかりと学んでから来られていました。ホールに集まり、児童が練習してきた、手話付きの歌やカップスパフォーマンス（プラスチックのカップとテーブルで音を鳴らしてリズムをとる。アメリカで流行っている。）、リコーダー演奏を披露してくださいました。みんなの手がそろった手話はとてもきれいで感動的で、パフォーマンスに入所者様・利用者様は釘付けになっていました。

最後に学校で作ってきたくれたサンタさんの折り紙のプレゼント。なんと中に鈴が付いていました。児童が帰ってからもリンリンと音を鳴らしながら、「よかったわ～」と余韻に浸っておられました。



～岡山御津高校～



宇垣荘の近くには高校もあり、岡山御津高校から地域課題発見解決学習の取り組みでフィールドワークに来られました。高齢者の多い御津地区の現状や課題を考えるきっかけや今後の進路決定をする上で少しはお役に立てたかなと思っています。高校生になると、具体的な夢があり「看護師になりたい」という声も聞かれました。私も看護師なのよと伝えると、「えー看護師さん。ここにもおられるんですねー。」と。いますよ(◡◡)◡◡。♡!! 数年後、今回来てくれた生徒が社会人になって帰ってきてくれるかもしれませんね。楽しみです。

看護職員 江田 知里



玉松園

みつこ児童クラブとのふれあい

11月13日（水）15：30～ 可愛い児童が今年も来園してくださいました。

児童と入所者の皆さんによる「ふれあい」も終始みんながニコニコしていて、まるで自分のひ孫の成長を喜んでいるような表情をしていました。「合唱」や「〇×クイズ」や「肩たたき」などをして、楽しい時間を過ごさせてもらいました。「また今度会った時にみんなの成長した姿を見るのが楽しみだわ～」と入所者の方が言われていました。また来年も元気にお越しくださいね～!(^^)!



事務所 吉澤 和幸

とんど焼き

1月15日毎年恒例のとんど焼きを行いました。

今年もグラウンドに職員、入所者が集まり、正月のお飾りや書き初めを火にくべて1年の無病息災などを祈りました。また、鏡餅やするめを焼いていただいたり、炭を顔に塗ったので今年も健康に過ごすことができることと思います。

ちなみに…

“とんど焼き”は地域によって呼び名が“どんど焼き”、“左義長”、“鬼火焼き”など違ったりしますが、北は北海道から南は沖縄まで日本全国で行われている国民的行事だそうです。また、本来は「お正月に歳神様（年神様）をお迎えするために飾った門松やお飾りを正月の終わる小正月（1月15日）に焼いて、歳神様を空へお送りする」「歳神様をお見送りしながら無病息災や五穀豊穡を願う行事」との意味合いで行われるそうです。

私自身、子どもの頃はよく意味も考えず、朝早く集まって参加して皆でお餅や焼きみかんを食べることが楽しかったなあと地元の行事を思い出しました。

参加された皆さんはいかがだったでしょうか？

生活相談員 長町 和弘



御津公民館祭り・獅子舞フェスタへ

御津地区での大イベントの1つである♪獅子舞フェスタ2019♪が11月2、3日に近くの御津公民館であり入所者の方3名と職員2名で行って来ました！地域の方々による踊りや歌、学生さんによる演奏会、また手作り作品の展示などがありました。何と言っても数たくさんの屋台です！つきたてのお餅や焼きそば、鮎の塩焼き、お寿司、たい焼きなどご馳走がいっぱいでした♡ また、フリーマーケットもあり、「これ着れるかな？」「あんたそれ似合うが～♪」「安いなあ～(^^)」など言いながら気に入ったセーターやブラウスを買われていました。皆さんお天気も良く楽しい時間を過ごせて満足そうにニコニコ😊顔で帰られました。

🍎入所者の皆さんには地域の方々のふれあいを大切に楽しい毎日を送って頂きたいと願っております。



介護職員 八木 祐子

玉松サロン

11月22日に『玉松サロン』を開催しました。

今月は「じじ・ばばバンド」の皆さんが来園してください入り所者の皆さんと、昭和の懐かしい曲の生演奏にあわせて、口ずさんだり、リズムを取られたりして、楽しいひと時をすごされ、その後の喫茶で「良かったわ」「若いころに戻ったようなわ」「元気が出たわ」などの声があちこちから聞こえ大好評でした。

介護職員 安藤 好恵



御津小学校4年生総合学習

12月3日御津小学校4年生27名が総合学習の一環として来園されました。今年“高齢者との関わり方や職員が大切にしていることを学ぶ、車椅子等の福祉用具体験をする”との目標がありました。

初めに、園内の見学と色々な種類の車椅子や車椅子浴槽など日常ではあまり見慣れないものも見ていただきました。

次に、入所者とのふれあいの時間です。事前学習で高齢者との関わるにはどのような工夫をすれば良いかなどを考えて来られていました。それぞれが自己紹介文を文字や絵などを使って画用紙に書いて用意し、数名のグループに別れてコミュニケーションをとられていました。初めは初対面の恥ずかしさもあったようですが、話し始めるとしっかりと話もできて入所者へ積極的に質問をする姿も見受けられました。

最後には歌の披露もあり、入所者も可愛い小学生の姿に目を潤ませていました。

続いて、12月6日は御津小学校へ車椅子と杖の福祉用具体験の講師として職員とともに訪問しました。

小学生も車椅子を見かけることはあっても、実際に押したり乗ったりする機会はないようで注意事項の説明の後、両方の体験をしていただきました。“出発の声かけをして、スピードを出し過ぎないように…”と押す側も乗る側も真剣な顔つきです。次に、車椅子での小さな段差越えも体験していただきました。微妙な力加減で車椅子の動きも大きく変わります。初めての車椅子の操作に戸惑いながらも一生懸命に学ばれていました。

どちらもあっという間の1時間ほどでしたが、今年も小学生の学びの機会に関わることができて大変喜ばしく思います。また、これからも地域のお役に立てるよう職員一同取り組みたいと思います。

生活相談員 長町 和弘



新年カラオケショー

令和2年1月3日(金) 13:30~15:00

新年に入りすぐ入所者の皆さんの参加のカラオケショーです。

毎月2回カラオケクラブがあり、日頃のどを鍛えている皆さんですが、いつもとちょっと様子が違う？緊張？？皆さん得意の歌をエントリー…。順次歌って行きました。

今回は参加者が多いため1人一曲のみになりました。参加された方には参加賞を配ると皆さん大変喜ばれていました。

次回も趣向を凝らし是非行いたいと思います。

介護職員 入江 育子



(癒しの金魚達)



和みの郷かなや



養護老人ホーム

今年も食堂で大運動会

11月7日（木）：今年も食堂で大運動会。

日頃はゆっくりと過ごしている入所者の方も、競技に入ると一転、身体が気持ちと同時に動く…そんな1日の始まりです。

まずは開会式。宣誓では「東京オリンピックを目指して頑張ります！」と宣言しました。

競技開始と同時に、入所者も職員も気持ちはマックスです。応援と競技で、熱気あふれる時間となりました。

全員参加の種目（ボール送り、玉入れなど）や代表選手による種目（ボーリング、輪投げ、砲丸投げ）、職員による障害物競走などで盛り上がり、競技終了時には僅差で紅組が優勝しました。

たくさん身体を動かしたためか「お腹がすいたあ」という声があり、競技終了後にはユニットで運動会の話をしながら、おいしくお弁当をいただきました。来年はどんな運動会になるのか、今から楽しみにしています。

介護職員 古屋 純子



準備体操



ボール送り



ボーリング



じゃがいも

11月11日（月）：去年も柚子や冬野菜をくださった新見市哲多町の山根さんが、ご自身の畑で作ったジャガイモをたくさん持って来てくださいました。



「自分だけ食べるのでは作り甲斐がない。食べてもらいたい。」というありがたいお申し出に感謝して、毎日の食卓に登場しています。山根さん、ありがとうございました。



介護支援専門員
橋本 央子

おめでとうございます

12月22日：「NHK短歌」1月号に和みの郷に入所している小川みやこさん（96歳）の作品が入選して掲載されました。

小川さんは「娘のころから何十年もしてきて、短歌の良し悪しが分かったんだと思う。いい短歌ができた。これからも投稿する。」と入選した喜びを意欲的に話してくださいました。

題は「川」

「水浅く流る、川辺に青鷺は
川面ながめて真剣に立つ」



介護支援専門員
橋本 央子

クリスマスケーキと紅茶と三角帽子

12月25日（水）：14時半から、和みの郷での令和最初のクリスマス会を開催しました。

クリスマスケーキと紅茶が用意された席に、全員で三角帽子をかぶって座り、しっかり食べてクリスマスの雰囲気を作ると、若い職員によってこの日のために結成された聖歌隊が「あわてんぼうのサンタクロース」などを歌って雰囲気を盛り上げました。

続いて、サンタクロースとトナカイが登場。クリスマスプレゼントを会場の皆さんに順に渡していききました。クリスマスプレゼントをもらうのはいくつになっても嬉しいものです。みなさん、にこにこの笑顔で受け取ってくださいました。

最後は昨年から大ヒットしている「パプリカ」の曲に合わせて職員がレッツダンシング♪入所者さんの手拍子に乗って、可愛らしく、楽しい踊りを披露し、会場からアンコールをもらい、2回目も踊って盛り上がりました。

介護職員 金田 由子



令和初のお正月

入所者さんたちが、趣向を凝らして新年の貼り絵や縁起物の飾りを作り、きれいに飾って、令和2年を迎えました。

七草の日には芋煮会を行いました。14日には新年会で寄せ鍋をして、いずれも施設の菜園で収穫した白菜やダイコンを使い、おなかいっぱい食べました。

また、15日にはとんど焼きをして、お汁粉を食べて、入所者の健康を祈りました。

栄養士 金藤 海幸

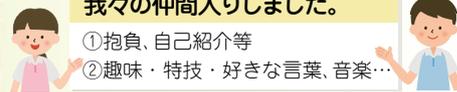




新しい仲間たち

我々の仲間入りしました。

- ①抱負、自己紹介等
- ②趣味・特技・好きな言葉、音楽…



みなみがた荘

介護職員 大下 智則

①12月よりみなみがた荘で勤務させて頂いています。特養での仕事は初めてなので、先輩方に助けて頂きながら学んでいます。これからも利用者様の生活を支えていける様に頑張りたいと思います。宜しくお願いします。



②趣味：サッカー観戦

なでしこ苑

介護職員 倉本 綾佳

①11月より、なでしこ苑で勤務させて頂いています。まだまだ緊張の毎日ですが精一杯頑張りますのでご指導の程、よろしくお願い致します。



②趣味：買い物

なでしこ苑

介護職員 丸山 裕佳

①11月に入社しました。皆様が安心して生活が送れるように頑張りますので、よろしくお願い致します。



②趣味：お酒を飲むこと、食べること。

なでしこ苑

介護補助員 福山 満子

①昨年12月より勤務させて頂いています。プランクも有り、年のせいも有り、皆様にご迷惑かけながらやっています。宜しくお願い致します。



②趣味：プロ野球観戦、手芸、ガーデニング

たちばな苑

介護職員 川崎 良江

①12月より勤務させて頂いています。皆さんより助けて頂いております。いつも感謝の気持ちでいっぱいです。これからもよろしくお願いいたします。



②趣味：登山 特技：剣道 好きな有名人：内村鑑三・夏目漱石が好きです。

備中荘

介護職員 遠藤 直美

①昨年11月より備中荘デイケアセンターに勤めさせて頂いています。介護職は初めてですが、日々利用者様の生活に寄り添っていると人の優しさ温かみを感じます。これからも笑顔になれる機会をたくさん作っていき、楽しく1日1日を大切に頑張ります。好きな言葉「ただ心こそ大切なれ」



②趣味：お菓子作り（パウンドケーキ）、シャインマスカット作り

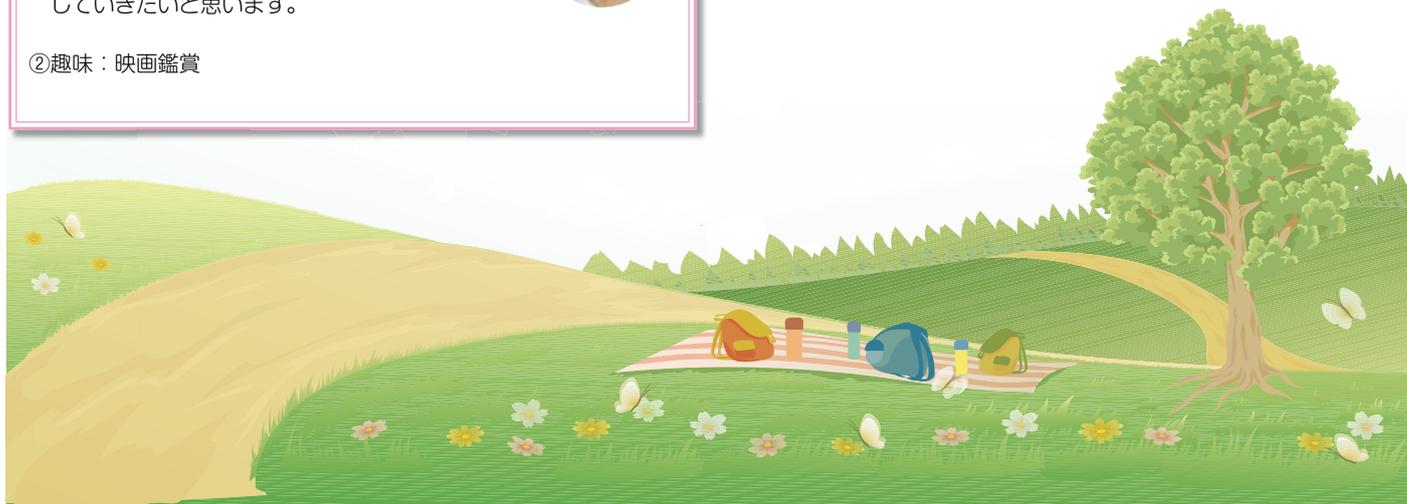
宇垣荘

介護職員 大饗 美代子

①今年度より宇垣荘小規模多機能型居宅介護事業所でお世話になります。色々教えていただくばかりですが、利用者様と向き合う時間を大切にしていきたいと思います。



②趣味：映画鑑賞



トピックス

「第5回おかやま介護グランプリ 2019 優勝・準優勝」

特養みなみがた荘・老健たちばな苑



県内の介護施設の職員が介護技術を競う「おかやま介護グランプリ」が岡山コンベンションセンターで開かれ、特別養護老人ホーム「みなみがた荘」が総合優勝し、同じく岡山済生会ライフケアセンターから出場していた介護老人保健施設「たちばな苑」も準優勝となり1、2フィニッシュに輝きました。

介護グランプリに参加し、優勝という結果に繋がったことは、職員全員の力添えがあったからです。練習し始めの頃は、声掛け、技術にしても、これでよいのかという不安がありました。しかし本番が近づくにつれ、様々なアドバイスを頂き、少しずつ自信が持てるようになりました。大会当日は緊張もありましたが、たくさんの職員が応援に来てくださり、本当に心強く、期待に応えられるように精一杯頑張りました。

授賞式で頂いたトロフィーはとても重く感じ、ワンチームで目標に向かって、取り組んできた成果だと思っています。この経験を施設全体のレベルアップに繋げていきたいと思っています。

介護職員 門札 啓太

介護グランプリとはどんなものなのかを体験したいと言う思いだけで、初めて参加させて頂きました。

チーム3人で互いのケアを話し合う大切さも学び、この貴重な経験を次の人へつなぎ、是非次回も参加したいと強く希望しています。

介護職員 穂井田 直美

〈利用料・医療費の支払いにお困りの方へ〉

利用料の減免制度について ～介護老人保健施設～

お知らせ
1

Q. 減免制度って何？

A. 社会福祉法人が社会福祉事業として運営している介護老人保健施設において利用できる制度です。社会福祉法という法律の中に規定があります。

Q. どんな事情で制度が利用できるの？

- A. 例えば
- ・利用者本人や、その世帯が住民税非課税（住民税を払っていない）となっていて、利用料の支払いが困難な方
 - ・長期入所となってしまう利用料の支払いが困難な方
 - ・家庭の経済的事情で利用料の支払いが困難な方
 - ・各施設の管理者が特に認めた方 ……などです。



Q. どのくらいの額が免除されるの？

A. 利用される方の1ヶ月にかかった基本料金（介護保険給付・施設サービス費）、食費、居住費（特別な居室を含む）、日用品費、教養娯楽費等を足した額の約10%の金額を、1ヶ月の請求額から差し引きます。

Q. 手続きを行うには？

A. 「利用料減免申請書」と減免申請者（入所者本人）の前年度分の住民税を証明する書類（介護保険負担限度額認定証）等の提出が必要となります。

Q. ご注意いただくこと

A. この制度の利用期間は恒久的なものではありません。

☎ 減免制度でご不明な点やご相談がありましたら、介護老人保健施設の支援相談員までお尋ねください。

無料低額診療事業について ～国体町診療所～

Q. 無料低額診療ってどんな制度ですか？

A. 病気やけがにより生計困難をきたす恐れのある方や経済的理由により適切な医療を受けることができない方に対して、医療費の負担を無料、または低額にすることで安心して医療を受けていただくための事業です。

Q. どんな人が対象ですか？

- A. ・低所得者世帯で経済的な理由により診療費の支払いが困難な方
・事情により医療費の支払いが困難と認められる方

Q. 対象になる「医療費」の減額の範囲は？

A. ・当診療所の医療費の10%以上。

Q. 利用の方法は？

- A. ・受付にてご相談ください。
・必要なもの：申請者および世帯全体の収入がわかるもの。印鑑。

Q. 利用できる期間は？

A. 適用期間は最長6ヶ月として、引き続き利用を希望する場合は、更新の手続きが必要です。



2020（令和2）年、今年は閏（うるう）年です。

4年に一度ですが、例外があるそうです。2100年のように100で割り切れる年は閏年ではありません。さらに例外があって、2000年のように400で割り切れる年は閏年となるそうです。長い歴史を経て、私たちは今、400年周期で自然（季節）との折り合いをつけた暦を使っていることになります。

今年こそは、地震や豪雨など自然の猛威による災害がなく、オリンピックなどの明るい話題が多い年になるように願っています。

玉松園 宮安 健

ライフケア：岡山市北区国体町3番12号 TEL086-252-2222 宇垣 荘：岡山市北区御津宇垣2069-10 TEL086-724-0707
憩いの丘：岡山市北区日近1807 TEL086-295-1155 玉松園：岡山市北区御津金川123番地 TEL086-724-0058
備中 荘：岡山市北区高松原古才600-5 TEL086-287-3332 和みの郷かなや：新見市金谷641番地 TEL086-772-1244