



ききょう便り

平成21年 秋号(第19号)



ぶどう狩り

「新役員体制で再出発」

理事(施設長) 諏訪 光生

本年5月に松井文男さんが理事長に就任し、宮下桂一さんが新たに理事に加わりました。また、戸田トモ子さんが監事に就任しました。これを機に、役員と職員がさらに団結を強め、より一層地域に信頼される社会福祉法人に成長できるよう頑張りたいと思います。新役員体制での出発にあたり、ききょうの里の基本理念を再確認しておきたいと思います。

ききょうの里の目的は、「利用者の方々の幸せ」です。「幸せ」すなわち「幸福」の定義はなかなか難しいのですが、少し深く掘り下げれば「生命の充実感」と捉えることができるのではないのでしょうか。理にかなった正しい目標に向かって進んでいるときは、例え逆境にあっても、それを乗り越えようと頑張っているときの生命は充実し、力強く輝いています。一見、悩みや苦しみの中でもがいているように見えるかも知れませんが、後になって振り返ってみれば「あの当時の人生は充実していて本当に幸せだった。」と、しみじみと感ずることでしょう。ある識者は、「老化に伴う一番悪いことは、肉体が衰えることではなく、精神が無関心になることである。」と言っています。私たちはここに注目した介護に力を入れていきたいと考えています。老いたり病んだりすれば、不安感や孤独感にさいなまれるのはむしろ当然です。職員がその心の叫び、心の痛みを理解し同苦して、そこから自分の熱い思いによって利用者の方々に現状に立ち向かう勇気をもって頂けるような介護に努めなければなりません。このような介護を実現するためには、職員自身の状態が常に絶好調である必要があります。この姿勢が介護の出発点でもあり、終着点でもあると思います。このことを深くわきまえた素晴らしい職員に全員がなれるよう努力してまいりたいと思います。



社会福祉法人 桔梗会

特別養護老人ホームききょうの里
ききょうの里短期入所生活介護事業所
ききょうデイサービスセンター
ききょうの里居宅介護支援事業所
沼田市在宅介護支援センターききょう

〒378-0002
群馬県沼田市横塚町957番地2
TEL 0278-23-8831
FAX 0278-23-8832

ききょうデイサービスセンター岡谷
ききょうヘルパーステーション

〒378-0061
群馬県沼田市岡谷町687番地
TEL 0278-23-8861
FAX 0278-23-8852

ききょうの里（従来型）

9月13日に『敬老食事会』を行いました。

今年のご家族の方も40名程と、去年以上に大勢のご家族が参加して下さり、とても盛大に食事会を行う事ができました。

ノンアルコールビールやジュース等で乾杯した後、長寿のお祝いとして職員手作りの色紙をプレゼントさせて頂きました。今年は百寿2名、白寿2名、卒寿3名、米寿2名、傘寿1名、喜寿1名の計11名のお祝いをする事ができました。

当日は箱膳をご用意させて頂いたのですが、利用者様やご家族の皆様から「とっても美味しいよ。」「色々ご馳走があつて凄いいね。」との声があちこちから聞かれました。中にはお赤飯をおかわりされる方もいて、とても喜んでいただけたと思います。

利用者の皆様も、普段ご家族と一緒に食事をする機会がなかなかない為、とても嬉しそうにお話をされたり、一緒に食事を楽しまれていました。ご家族と過ごすひとときは特別なようで、いつも以上に多くの笑顔がありました。

今後も、ご家族参加の行事をもっとたくさん増やして、利用者様にもご家族の方にも喜んでもらえるような行事を計画していきたいと思ひます。



ユニット型（大地グループ）

レクリエーションの実施を日常化できるよう春から取り組んできました。集団でできるレクリエーション(風船バレー・貼り絵・ボーリングゲーム等)を、一週間のプログラムとして作成し、実施した際、利用者様の表情や言葉、気づいた事などを記録し、利用者様一人ひとりに合ったレク、利用者様が心から楽しめるレクは一体何かを探ってきました。

利用者様毎に「レクカード」を作成して、「レクに参加したか・楽しんでたか・つまらなそうだったか」等、スタンプを押して一ヶ月ごとにまとめてみました。すると、どんな事が得意で楽しく参加できて、どんな事に興味を持てなくてつまらなそうだったか、様々なものが見えてきました。今では個別レクとして、利用者様に合ったレクを職員が考え実施しています。個別レクは、職員一人が利用者様一人あるいは少人数と向き合って行う為、計画を立てて少しずつ実施し、利用者様一人ひとりの作品ができあがってきています。また、午後は集団レクが徐々に定着してきました。

できあがった作品は、11月の作品展で展示する予定です。これから作品作りをする利用者様も、「何を作ろうかな。何がいいかな?」と考え、楽しみにしています。たくさんの方に、利用者様が真剣に作った作品を見て頂けたらと思います。そして、「この作品は素晴らしいですね。」と、利用者様に声をかけて頂けたら、生き甲斐につながるのではないかと思います。

今後も、レクリエーションを通して利用者様の「やり甲斐」を見つけ、形にして残していけるよう、取り組んで行きたいと思ひます。



ユニット型（大空グループ）

食欲の秋です！

元気であるためにはまず食べる事だと思います。今回は「食欲の秋」という事で、美味しいものを食べている時、体重を気にしながらも甘い物を食べている時のあの幸せな気持ちに感謝しながら、利用者様が昔食べていたおやつ事に触れたいと思ひます。

現代では、たくさんの食料品が出回っています。チョコレートひとつをとっても何種類もありますが、利用者様に聞いたところ、チョコレートを食べられるようになったのは戦後だそうです。そして、バナナは高級品で風邪を引かなければ食べられなかったそうです。今では簡単に手に入る物も、昔は貴重だったんだと改めて知りました。他にも、イナゴの煮付け、味噌入りお焼き、漬物、ニシン、とっかん豆などがありました。中でも、ニシンはどこの家にも干してあり、保存食として扱っていたそうです。「干したニシンに灰をかけ、アク抜きをし、堰に行つてよく洗い、砂糖と醤油で煮付けるとおいしいんだよ。」と話してくれました。

昔のおやつはどれもシンプルで、手作りの物が多いんだと改めて気付く事ができました。利用者様も、子供時代を振り返つて思い出にひたり、「今度ぬか漬けでも作ろうか。」と嬉しそうに話して下さいました。



ききょうNPA-ステーション

☆研修会に参加して

県ホームヘルパー協議会主催の『ホームヘルパー実践活動講座』に参加してきました。

《介護者が知っておきたい薬のはたらき》というテーマで講義を受けましたが、高齢者の方に多い病気に対する薬を知ることで、利用者様の状態をより把握でき、ケアに生かしていけるということを学びました。今後も、医師や薬剤師、他職種と連携を取りながらサービス向上に努めていきたいと思ひます。



ききょうデイサービスセンター 毎年恒例になっている秋季室内大運動会を、10月14・15・16日に開催しました。

紅白に分かれ、職員手作りの聖火台に利用者様代表が点火し、選手宣誓を2名の利用者様にして頂き、雰囲気盛り上げました。

宝探しゲームは、ペットボトルの蓋の中に入っている金色紙を必死に探されていました。早々と「あった、あった。」と大きな歓声が聞かれ、「金の宝賞」を見つけた利用者様は大変嬉しそうな笑顔でした。仮装競争は、職員が熊に扮し、うさぎ、亀、金太郎に仮装した利用者様と共にゴールまで走り順位を競いました。利用者様は皆、童心に返ったようでとても楽しい仮装競争になりました。

うさぎや亀に仮装しての記念撮影では皆さんポーズを決め、楽しいひとときが思い出の一枚となりました。

最後のパン食い競争で苦勞して手にしたパンは、3時のおやつに召し上がっていただきました。

日頃行っている機能訓練の成果を充分発揮し、心身ともにスポーツの秋を満喫できた運動会でした。



看護職員より 近年になくインフルエンザが勢力を振るい、重篤化の情報も多数耳に入ってきます。

ききょうの里でも基礎疾患を持つ高齢の利用者様がおりますので、職員も併せて早急に予防接種を実施いたしました。幸いなことに利用者様の発症は未だにありません。このまま発症者を出さないようにする為、外部からウイルスを持ち込まない対策に職場全体で取り組んでいます。

また、日頃の利用者様の全身状態を把握し、健康管理に努める為、年2回健康診断を実施しておりますが、秋季は10月、11月に採血、検尿、胸部X-P、心電図の検査を実施しています。

その他、体力増進とまではいきませんが、出来るだけ利用者様の体力維持、残存機能低下予防のため、毎日午前中のお茶を済ませた後、昼食までの間に「健康体操」を行っています。職員もお手伝いさせていただき、曲に合わせてご自分で手足を伸ばしたり、手指を広げたりと多様な動作を行っており、曲が流れると積極的に手を伸ばされる方もいます。精神的にもとても良い健康維持のひとつです。

お世話させていただいている職員も規則正しい生活を送り、免疫力を高め、利用者様が健康な日々を過ごせますよう多方面から努力して行きたいと思っています。



給食係 給食係の目標は『食事形態に係わらずおいしく楽しく季節を感じられる食事作り』です。

食材や調理方法の工夫で、多くの方に常食に近い食事を提供していくこと、行事食の充実を図ることで施設での食事を楽しんでもらいたいと思っています。

9月は敬老食事会やデイサービスの敬老誕生会と、皆様の長寿をお祝いする特別な行事がありました。お祝いの食事にふさわしいように、箸袋や箸置きなどを作りました。利用者様にはとても好評で、「これはもらってもいいの？」とお部屋に持ち帰ってくれる方もいらっしゃいました。作ってよかったと心から思った瞬間です。

また、お祝いのお赤飯も食べやすいように柔らかく作ることで、いつもお粥を食べている方にもお赤飯を食べて頂くことができました。「うるち米を混ぜているの？」と質問がありましたが、もち米100%です。研いだもち米を水に浸けておく際に、塩・酒・砂糖を加えておき、もち米に味を浸すことでおいしいお赤飯ができます。柔らかく蒸かすことができるのは調理師の技術です。調理職員の知恵と技術のおかげで冷めても柔らかく、ごま塩をかけなくても味のあるおいしいお赤飯を提供することができました。

年末年始にはたくさんの行事が控えています。知恵と技術を出し合って、利用者の皆様においしく楽しんでもらえるような食事作りを目指していきます。



沼田市在宅介護支援センターききょう 先日、沼田市社会福祉協議会で毎年行われている地域福祉巡回座談会に参加しました。座談会では、地域の福祉について参加者の方から、様々な意見が出ていました。

その中で、印象的だったのが、防災マップについてということで、行政から配布された防災マップは役に立つが、町独自でもっと細かい防災マップを作ってはどうかという意見でした。

現在の防災マップは、避難場所が書かれているが、その近くにどんな人が住んでいて、自力で避難可能かどうかや、避難時近隣の方で助けてくれそうな人が居るか（交流があるか）、など町を挙げて確認する必要があるのではないかとということで、区長や民生委員が協力して、町のことを今一度把握してみたいと思うということでした。

また、高齢者のふれあいサロン活動についても、楽しく過ごしてもらいたいと思い、民生委員さん同士で工夫して活動しているが、参加者が少ないときもあるので、どうしていったらいいのかという意見も出ていました。

この地域は、高齢化率が高い地域でしたので、高齢者が元気に楽しく過ごしてもらう為にはという視点で、地域の方が色々考えを巡らせているようでした。

最近、よく耳にするのが、「地域のネットワーク」という言葉です。ネットワークと聞くと、凄く規模が大きいような感じがしますが、きっとこういう小さなことが繋がって、大きなネットワークになるのだろうなと感じた座談会となりました。

私自身も地区の相談員として、コミュニティのネットワークを大切に、民生委員さん等と協力しながら、高齢者を見守って行きたいなと思います。



ききょうデイサービスセンター岡谷

～～～群馬テレビで放映されました～～～

利根沼田地域にある小規模デイサービスの合同企画として毎年実施している『ふれあい広場・合同作品展』が、10月9日(金)～14日(水)の期間、グリーンベル21の市民ギャラリーで行われ、ききょうデイサービスセンター岡谷も初出展いたしました。七つの施設が出展しましたが、各施設とも工夫を凝らした自信作が展示してあり、どれも見応えがある作品でした。

開催期間中は、多くの皆様にご来場いただきましてありがとうございます。また、ラジオや新聞をはじめ各種メディアにも取材いただき、群馬テレビでは、夕方6時のニュースで紹介していただきました。放映時間は1分足らずと短かったですが、とても良い記念になりました。

今回の出展作品は、日頃の取り組みを発表しましたので、個人作品では塗り絵、書写、折り紙、裁縫、合同作品では貼り絵と玉入れ用の紅白玉を展示しました。玉入れ用紅白玉は、新聞紙1枚をよく揉んで丸め、表面を赤白の紙で包み、最後に薄いビニール袋でコーティングした物ですが、小さく固く丸めるには、根気と器用さが求められ、「これを作ると肩が張るねえー」等と話しながら、利用者様が一生懸命取り組まれた力作です。

これからは、来年の作品展に向けて、さらに工夫し楽しく作品作りをしていきますので、何か良いアイディアがございましたら是非教えて下さい。



職員紹介

この職に就いて

ききょうの里に入職して、10月で丸2年になりました。それまでは病院勤務をしてきました。施設での看護は初めての経験でした。病院では治療を目的とした療養生活に対する看護がメインであり、患者様の年齢も様々です。また、傷病が治癒すれば晴れて退院、という日を迎えることができます。看護師としては、患者様が笑顔で退院されていく光景を見るときほど喜ばしいことはありません。そのときに患者様からいただく言葉によって勇気づけられ、自分のモチベーションを高めていき、次の看護につなげていくのです。

一方施設では、様々な疾患を持つてはいるものの、入院治療までは必要のないという方が生活されております。「入院治療の必要のない」というと、看護としては簡単なようにも思えますが、高齢者であるため「症状が表われにくい、突然に容態が悪化してしまう、自覚症状を感じにくい、症状を表現できない」などの特徴があります。いわゆる一般的な症状、というものをそのまま当てはめることができません。また、病院であれば内科や外科など専門を限定していますが、施設では疾患が多岐にわたっているため、求められる知識も多くなってきます。そして、施設には嘱託の医師はおりますが常駐しているわけではありませんが、夜間や休日は自分の判断力にかかってくる場合があります。判断に迷ってしまったり、時には判断を誤ってしまうこともあります。対応が遅れてしまった場合、より重篤化してしまう可能性もあります。まったく気の抜けない毎日であります。

しかしながら多くの利用者様から、その苦勞を吹き飛ばしてくれるほどの笑顔を頂いています。自分が仕事に追われ忙しいときも、いつもと変わらない笑顔を見せてくれるのです。その笑顔に、飾りや偽りはありません。純粹に心から笑ってくれます。この笑顔に支えられながら頑張っていこうと思います。これからもよろしくお願ひいたします。



看護職員
小野里健弘

お知らせ

『ききょうの里合同作品展』を開催いたします。日頃行なっている個別レクリエーションの成果がぎっしり詰まった作品を、多数展示します。皆様のお越しをお待ちしております。

期 間 11月22日(日)～11月28日(土)

展示場所 ききょうの里 多目的室
ユニット パブリックスペース

★★ FM OZE に出演しています★★

ききょうの里居宅介護支援事業所の大坪俊子職員が毎週水曜日 8:30(再放送 月曜日 12:30)から放送されている「ハート to ハートヘルプ」に出演しています。

現在は居宅介護支援専門員としての立場から、以前は看護業務をしていた経験から、「介護や認知症」「健康」に関する事を題材に、毎回様々な問題についてのアドバイスをを行なっています。是非お聞き下さい。

今後の予定

☆ききょうデイサービスセンター

- 11月 紅葉ドライブ
- 12月 餅つき忘年会・クリスマス誕生会
- 1月 新年会・書き初め大会



☆ききょうの里(従来型) ☆ユニット型

- 11月 ドライブ・茶話会
- 12月 餅つき大会・クリスマス忘年会
- 1月 新年会・お菓子バイキング

☆ききょうデイサービスセンター岡谷

- 11月 紅葉ドライブ
- 12月 餅つき大会・クリスマス忘年会
- 1月 新年会



◇◇編集後記◇◇

日毎に夕暮れが早くなり、気がつけば涼しさを通り越して、朝晩は寒さを感じる季節となりました。

「スポーツの秋・読書の秋・芸術の秋・・・」秋には色々ありますが、今年も「食欲の秋」となり、まさに「肥ゆる秋」となりそうです。

体重計の目盛りと LDL コレステロールをちょっぴり気にしながら、何を食べても美味しい「食欲の秋」を楽しみたいと思います。

皆さんの秋はどんな秋ですか？