



ききょう便り

平成22年 新年号(第20号)



ききょうの里から川場村を望む

福祉社会は地域から

理事 手島 茂

新年あけましておめでとうございます。

福祉活動の先頭で活躍されている皆さんの更なるご健勝をお祈りします。

年改まる時、誰でも「今年こそ去年よりよい年にしよう」と思う。それが私達が抱くささやかな願望です。しかし、この小さな願いも年を重ねるだけで何ひとつ実現されず推移してきました。

こうした中で、今度の総選挙の結果は歴史的大変革となりました。国民が今迄にない大きな怒りをぶつけたのです。国民の期待が大きいのは当然であり、自明の理です。にも拘わらず現状はどうでしょう。問題が山積はしても何ひとつ解決に至っておりません。期待している国民は怒っております。社会情勢は大きく変わり、これに即した政治のあり方が求められているのです。年金、少子高齢化、医療等々、福祉に関連した数え切れない課題が山積しております。これらは地域社会にとってまさに焦眉の急です。政権党に期待しています。「マニフェスト」が「政権膏藥」にならぬよう願っています。

去る11月19日、前橋市民文化会館において群馬県社会福祉大会が開かれ、「誰もが夢と希望を持って、安心して暮らせる地域社会をめざして」をテーマに定め、住民一人ひとりが地域社会の一員であることを認識し、支え合う地域づくりに努めることを確認しました。

私達もこの地域にあって、福祉問題を中心として捉え、今後の活動に努めましょう。



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)



ききょうの里 (従来型) では 1 月 1 日に「新年会」を行いました。松井理事長より新年の挨拶を頂き、おとそやジュースで乾杯して新年を祝いました。

昼食のおせち料理を盛り込んだ箱膳は彩りもよく、目で見ても楽しめるもので、利用者の皆様も「美味しい、美味しい。」ととても喜ばれていました。

午後は、ききょうの里内に用意した神社にお参りに行ったり、おみくじをひいて楽しまれたりと、ゆったりとしたひと時を過ごす事ができました。神社にお参りに行った際に、ある利用者様に何ををお願いしたのか尋ねたところ、「おじいちゃんが風邪をひかないで元気にすごせるようお願いしたんだよ。」との声が返ってきました。自分の事より家族の事を考えているという事に、なんだかこちらまで優しい気持ちになりました。

新年を迎え、これからも寒い日が続くと思いますが、利用者の皆様が健康で毎日楽しく過ごせるように職員一同ケアに努めていきたいと思ひます。

ユニット型 (大地グループ)

2010 年、おとそとおせち料理などのご馳走を頂いて、利用者の皆様も笑顔いっぱい新年を迎えることができました。

大地グループでは、2009 年度の目標を「利用者様の求める、楽しみ・やりがい・生きがいを引き出す援助を行う」と立て、目標に向かって実施してきました。

昨年 4 月からは、一週間のプログラムにレクリエーションの計画を入れて実施し、集団レク・個別レク共に日常化されました。利用者様も秋の作品展に向け、作品作りに精を出し、やりがいにつながったのではないかと思います。

11 月からは改めて排泄個別ケアの見直しを実施しました。ある利用者様は、手指の拘縮が改善されたり、排泄時に声かけをすると返答が多くなったりと、全体的に ADL(基本的日常生活動作)向上につながり、良い方向に向かっていきます。また、利用者様について職員間で細かく情報交換する機会が増え、大地グループ全体で良いケアができる状態にあると実感しています。

今年も、利用者様の笑顔がたくさんみられますように、精一杯がんばります。



ユニット型 (大空グループ)

11 月に研修会に参加してきました。

認知症の正しい知識や対応の仕方、認知症の方の想いに耳を傾ける事の大切さなどを学んできました。その中で、特に印象に残った『音楽療法』(音楽を通してのコミュニケーション)をみなさんにも是非知って頂きたいと思ひ、今回のテーマとさせて頂きました。

音楽の力には、知的過程を通らずに直接情動に働きかける事、身体的運動を誘発する事、コミュニケーションである事などが挙げられます。

認知症高齢者にとって、音楽は『脳の活性化・嚥下機能の強化・自己表現の場・人生の振り返り・情緒の安定・今自分はここに生きている事を実感する事』などに繋がるという事です。私たちも、生きてきた中で音楽とは切っても切れない関係にあります。自分が必死に生きてきた時代の歌、お気に入りの歌手に夢中になった、この歌を聞くと元気になるなど「その人にとってかけがえのない一瞬」を支えているものであると思ひます。また、寝たきりになって発語できない方でも、歌は刺激となって伝わっているのです。

普段、話さない方でも、演歌や童謡がかかると、手拍子をして嬉しそうに歌う様子が見られます。普通の会話でも「昔聞いた歌はどんなのがあるのですか？」とコミュニケーションをとるきっかけにもなります。「そうねえ～」なんて言いながら「北国の春」や「リンゴの歌」「星影のワルツ」など、こぶしをきかせて熱唱する姿は素晴らしいなと思ひ瞬間です。一つの歌で話題がどんどん増えていく・・・音楽はそんな魔法の手段なのかもしれません。

そして講師の先生からこんな言葉を頂きました。「音楽は目に見えず、形もなく、一瞬にして消えてしまうものです。ただ残るのは、奏でた時、聴いた時の気持ちや色々な想いだけ。でもその時の想いは胸にしっかりと刻まれ、時に生きる勇気を与えます」と。利用者様の想いを一緒になって感じて行くことが大切であると改めて思ひました。今後の利用者様との関わりの中でも、音楽を取り入れていきたいと思ひます。



ききょうヘルパーステーション

ききょうヘルパーステーションでは、10 月から 12 月にかけて、5 つの研修へ参加してきました。現在 22 名のヘルパーで活動しておりますが、できるだけ皆が研修を受けられるよう交替で参加しています。

今回は、介護技術の向上を目的としたものが多く、それぞれのレベルに応じた講義を受け、今までの振り返りや今後のサービス提供に向けての課題が発見でき、一歩また前進することができました。今後はそれぞれが研修で学んだことをチーム全員で共有し、皆様により良いサービスが提供できるよう研鑽に励んでいきたいと思ひます。

利用者様が住み慣れた家で安心して生活していけるよう、笑顔でいきいきと毎日を過ごせるよう、職員一同力を合わせて努力して参りますので、本年もどうぞよろしくお願ひいたします。



ききょうデイサービスセンター

デイサービスの一日をご紹介します。

利用者様がお自宅から来所された後は、血圧や体温を測り、体調を確認してから順次入浴となります。お風呂は、天然温泉や月替わりの変わり風呂(薬草や柚子・ミカンなど)で楽しんでいただいています。



昼食は、栄養士が献立したバランスのとれた食事で、利用者様にも大変喜ばれています。食後は横になって休まれる方、他の利用者様と昔話などの会話を楽しまれる方と、思い思いの時間を過ごされています。

午後は筋力維持のリハビリ運動を行ない、その後はペットボトルボーリングや絵合わせゲームなど、職員が考えて手作りしたレクリエーションを楽しんでいます。毎日運動を続けることで体力維持に繋がっています。また、手芸や塗り絵など、秋の作品展に向けての作品作りを少しずつ手がけたり、五目並べや将棋など、好みの楽しみを見つけて過ごされます。

三時のおやつ時間も楽しみのひとつです。通常のおやつ他に、毎月その季節に合った「手作りおやつ」を利用者様と一緒に作り、季節感を味わっていただいています。

話は変わりますが、利用者様との関わりの中で、普段何気なく使っている「信頼」という言葉を改めて辞書で引いて見ました。「相手方を信用して、疑う気持ち無く任せきりにすること」とありました。利用者様やご家族の皆様には「私達介護職員が一生懸命である事」が大切だと思います。

これからも職員一同、より深い信頼を得る為頑張ります。

看護職員より

昨年、新規の利用者様が入所されました。

「いつ帰れるんかい?」「家に電話して迎えに来てもらえるかい。」等の訴えが口癖の様になります。帰宅願望が強くまだ施設には慣れていない様子です。特養での看護職員の役割は医療的ケアが中心となりますが、その方を介護、看護させて頂いて、いろいろと考えさせられる事もありました。その方は認知症の為、今言った言葉も忘れて直ぐに同じ事を聞いてきますが、会話対応をさせて頂いた時にはいつも「有難う。」「お世話様でした。」と優しい言葉を頂いています。

改めて利用者様のケアについて考えてみました。私が教えて頂いたケアの心得は7つあります。

- ・会話を大切に！(同じ事を繰り返す場合でも根気良く)
- ・利用者様の考え方ややり方を認める！(自分の意思を押し付けない)
- ・プライドを傷つけない！(いつも敬う心を持ってケアをさせて頂く)
- ・必ずケアの前に一声かけてからお世話させて頂く！
- ・利用者様のペースに合わせる！
- ・スキンシップを大切に！
- ・感謝される事を期待しない！



この心得を大切に早く施設に慣れて頂ける様に、また利用者の皆様が安心安楽に暮らせる様にお世話させて頂きたいと思えます。

給食係

年末年始は行事が盛りだくさんです。餅つきに蕎麦打ちやクリスマス、そして新年会と、どの行事も食事との関わりが深く、それぞれの部署より色々な注文が入ってきます。

餅つきや蕎麦打ち、おせち料理等、昔は腕ふるっていた利用者様が多く、いろいろな話や調理方法などを聞くことができ、こうして食文化は伝わっていくものなのだと感じました。



給食係からは、毎年元旦と2日の2日間ですが、お昼に「祝い膳」として、おせち料理を提供させて頂いております。また、高齢者の方にはお餅は危険であるため遠慮されがちですが、お正月に欠かせないお雑煮を食べてほしいとの思いから、じゃが芋で作ったお餅でお雑煮を提供しています。もち米のお餅に比べ、歯切れがよくベタつきがないため、のどに詰まりにくいと言われていました。じゃが芋餅でも危険な利用者様には、お粥を固めて作ったお餅風のお雑煮を楽しんでもらいました。

新年に気持ちを新たに、今年も利用者の皆様に季節を感じてもらえるような食事作りを行っていきたく思います。

沼田市在宅介護支援センターききょう

先日、新聞に内閣府による「高齢者の生活実態に関する調査」の記事が掲載されていました。

内容は、独居の方が週に何日会話しているかということで、独居男性の41.2%、独居女性の32.4%が「2、3日に一回以下」しか会話していないという実態があるそうです。そのうち、「頼れる人がいない」と答えたのは女性9.3%に対し男性は24.4%に上り、特に男性の方が孤立しているという実態が浮き彫りになっているようです。

また、国立社会保障・人口問題研究所が行っている日本の世帯数の将来推計で、家族類型別の割合は、2020年には全都道府県で単独世帯が最大となるそうです。ひとり親と子から成る世帯は44都道府県で増加すると言われていて、今後は、独居高齢者が増えることが将来推計からわかっています。

私自身も、支援センターの相談員になって、今年で6年目になろうとしています。ここ数年、独居高齢者の数が年々増えていると感じており、更に民生委員さんや地域の方々とも協力し、見守っていく体制作りが重要だと思います。

新しい年を迎え、もっと地域に密着した相談員となれるよう、心新たに頑張っていきたいと思えます。

ききょうデイサービスセンター-岡谷

今回は、ききょうデイサービスセンター岡谷のアイドルを紹介しします。

週2回、火曜・木曜利用のI様と一緒に来ている愛犬“さくら”です。きっかけは、ひとり暮らしのI様が初めてデイサービスを利用するのにあたり、「何をすることも一緒に我が子のようにかわいがっている愛犬“さくら”を一人残して出掛けられない。」という相談でした。「犬の嫌いなご利用者がいたら・・・」「犬の毛が抜けるのでは・・・」などいろいろ心配しましたが、I様が丁寧にお世話をしているので毛並みが良く、トイレの躰もきちんとされていて、鳴かずに誰にでも愛想が良いので、今では利用者様全員の人気者です。

これはほんの一例ですが、デイ岡谷では利用者様一人ひとりの要望に対し、小規模のメリットを活かしたきめ細かい対応を心掛けています。また、施設が和室で家庭的な雰囲気のため、皆様がゆったりとくつろいで過ごされています。

大規模なデイサービスに馴染めない方や、初めてのサービス利用で尻込みをしている方など、是非一度、見学にお越し下さい。お待ちしております。



職員紹介

この職に就いて

私がききょうの里に就職して、今年の3月で12年になります。特養とデイサービスで介護職員として業務に就き、おととしの7月からは、居宅介護支援事業所に介護支援専門員（ケアマネジャー）として勤務しています。

ケアマネジャーの仕事は、直接利用者様のお手伝いをさせていただくのではなく、必要なサービスの調整やケアプランの作成など、在宅での生活を続けていくためのお手伝いをさせていただく仕事です。介護職員とは全く内容の違う仕事のため、配属された直後は不安と緊張でいっぱいでした。今でも、わからないことがあったり、本当に適切なプランができたのか不安に思うことはありますが、先輩のケアマネジャーやサービス事業所の方に相談にのっていただき、利用者様からの「来てくれてありがとう。」という言葉が励みにしながら毎日を過ごしています。

訪問させていただく中で、「制度が変わってわかりづらい。」「施設に入所したいのになかなか入所できない。」と訴える方は少なくありません。その反面、「今はいろんなサービスを受けられるからありがたい。」というお話もよく耳にします。在宅生活を送っている方にも、ひとり暮らしをしている方、高齢夫婦で暮らしている方、子ども家族と同居している方など様々な形があります。みなさん体調や介護に不安や問題があっても、なかなか相談できる相手がいなかったために、自分で不安を抱え込みながら、ご本人の努力とご家族や周りの方々の協力で在宅生活を続けています。

まだまだ勉強不足ですが、お一人おひとりと向き合い寄り添って、みなさんが安心して在宅生活を続けていけるようお手伝いさせていただきたいと思えます。



介護支援専門員
鶴淵 絵美

◆◆ そば打ちが開催されました! ◆◆

12月20日に、秋塚そば組合の皆様のご厚意により、そば打ちが開催されました。地元の「そば粉」を持参していただき、利用者様の目の前で実演が行なわれました。

利用者様は「昔はよくそばを打ったもんだ」などと話され、そば作りを真剣に眺めていました。できあがったそばはすぐに茹で、一足早い年越しそばを皆で美味しくいただきました。

秋塚そば組合の皆様、ありがとうございました。



秋塚そば組合の皆様

今後の予定

☆ききょうデイサービスセンター

- 2月 手巻き寿司パーティー(中旬)
- 映画鑑賞会(中旬)
- 3月 ひな祭り誕生会(月上旬)
- 4月 花見(中旬)



☆ききょうの里(従来型) ☆ユニット型

- 2月 節分(7日)
- 3月 ひな祭り(月上旬)
- 4月 花見(中旬)
- 開所記念(下旬)

☆ききょうデイサービスセンター岡谷

- 2月 節分豆まき(3日)
- 手打ちうどん作り(中旬)
- 3月 ひな祭り(3日)
- 4月 沼田公園花見(中旬)



◇◇編集後記◇◇

今年の冬は暖冬の予想でしたが、各地で記録的な積雪となった所もあり、ここ利根沼田でも新年早々大雪で始まり、除雪や雪下ろしで忙しい年明けとなりました。

昨年は、新型インフルエンザが大流行し、その猛威に戦々恐々とした一年でしたが、今年は穏やかな一年でありますようにと願いながら、職員一同、精一杯頑張りますのでよろしくお願いたします。