



# ききょう便り

平成26年 夏号(第38号)



ききょうの里 夏祭り

## 広げよう、地域に根ざした思いやり

評議員 中澤 静代



梅雨に入ってから雨の多い日が続いております。異常気象の影響で急に局部的豪雨に見まわれ床下、床上の浸水が発生した様子や、大きな粒の雹が降ってきて雪の様に真っ白な状態になった様子をテレビニュースで見ました。また、7月8日には台風8号が発生、沖縄に上陸した台風8号は4日間にかけて日本列島を縦断して温帯低気圧となって、太平洋にぬけて行きました。その反面、うれしいニュースもありました。6月21日、日本政府が推薦した本県の「富岡製糸場と絹産業遺産群」を世界文化遺産に登録する事が決定したという事です。本当に喜ばしいニュースでした。私は評議員として8年になりますが、当初は施設の紹介や利用状況、デイサービスの内容等何も理解出来ないまま一生懸命皆さんの質問等を聞いていた事を思い出します。私は民生委員の時「広げよう、地域に根ざした思いやり」の気持ちをいつも持って高齢者の見守りをしてきました。職員の方々には、現場での努力とご苦労に感謝致しております。これからも入所者様、利用者様、そのご家族の方々に喜んでご利用頂ける様に頑張りたいと思います。梅雨が明ければ暑い夏、お互い夏バテに気を付けて過ごしたいと思います。

### 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

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

〒 378-0002

群馬県沼田市横塚町 957 番地 2

TEL 0278 - 23 - 8831

FAX 0278 - 23 - 8832

〒 378-0061

群馬県沼田市岡谷町 687 番地

TEL 0278 - 23 - 8861

FAX 0278 - 23 - 8852

発行責任者 諏訪 光生

# ききょうユニットの取り組み

ユニットでは、畑作りに取り組んでいます。一昨年から始めて今回で3年目。今年も豊作を祈願して、農業経験職員を中心に土作りからこだわりました。定番の野菜に加え、皆さんのリクエストに応じてさつまいもや紫蘇も植えました。



7月に入ると、小さかった苗も大きく育ち、毎日収穫出来るようになりました。採れた野菜は新鮮なうちに調理をして、食事やおやつの際に皆さんで美味しく頂いています。

散歩がてら、野菜を見ながらトマトをつまみ食いをしたり「食べ頃だよ」と野菜を採って来て下さる方も多くなりました。

秋には収穫したさつまいもで、焼き芋会を予定しています。



## coffee

観賞用として施設の玄関で栽培していたコーヒーの木に**実**がなりました！！そこで、早速飲んでみました。



今年の5月頃、赤い実を発見！まさかコーヒーの実？なんて感じでした。



収穫したら、40粒程度になりました。



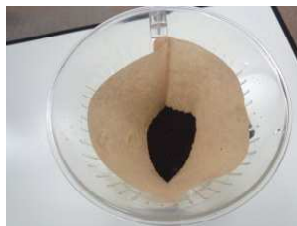
果実の部分を取り除くと、2つの種が入っており、その後乾燥させました。



乾燥させた実をさらに殻の部分を取り除き、焙煎してみました。



ようやく、コーヒーらしい色や香りになりました。ミルで粉にしてみます。



粉状のコーヒーをフィルターの中に入れました。1人前の量より少し少なめです。



お湯を入れてコーヒーを落としてみました。粉の量が少ないせいか、色が薄い気がします。



やっと1杯のコーヒーができあがりました。味は…んー微妙。コーヒーっぽい味はしますがおいしくない…

たくさんコーヒーが収穫出来たら利用者様と一緒においしいコーヒーが飲みたいなあ。

# フォトアルバム(行事紹介)

## 夏 祭 り



外の模擬店に利用者様も参加しました。おいしかったですね♪

地元の高校生がマイケルジャクソンのダンスを披露してくれました。格好良かったですよ。



たくさんの子供達ともふれあえ、笑顔でスタンプ押しをしてくださった利用者様。



ようこそ！  
楽しんでくださいね！



サイコロじゃんけんで大  
きな花火を手にしたのは  
誰かな～♪



居宅介護支援事業所とは、年齢や病気が原因で今まで1人でも出来ていたことが出来なくなってしまった、でもこれからも家で暮らしていきたい。その為に必要なことを利用者様、ご家族様と一緒に考えていくケアマネジャー（介護支援専門員）がいる事業所です。心身の状況、生活環境、ご家族様の希望等個別の状況に合わせ、自宅で生活をする上で必要な介護保険のサービスや、その他の福祉、医療等のサービスを勘案しケアプラン（居宅サービス計画）を作成します。そして各種サービスを円滑に利用できるように相談や連絡調整を行います。介護保険、福祉サービスの各種申請の代行など書類作成の援助なども行っています。現在、ききょうの里居宅介護支援事業所には5名のケアマネジャーが在籍しています。1人で考えられること、対応できることには限界があります。皆で知恵を出し合い協力することで利用者様が自宅での生活を安心して続けられるようにお手伝いができればと考えています。

（ききょうの里居宅介護支援事業所  
介護支援専門員 須藤）

今年度から2年間、沼田栄養士会の役員を引き受けました。

みなさん、栄養士会って聞いたことありますか？栄養士・管理栄養士になると、日本栄養士会と群馬栄養士会に入会します。そこから職域によって分かれ、私たち福祉施設で働く栄養士は福祉事業部に属しますが、そこでは高齢者、幼児、障害者の栄養管理について専門的な研修が開催されています。また、利根沼田で働いている人が集まる沼田栄養士会に入会します。それぞれに入会し、正直なところ年会費が痛い・・・それでも、年会費に負けない位、新しい情報や仕事にすぐ生かせる研修会があります。

沼田栄養士会は、学校・病院・行政・在宅・福祉施設など、それぞれで活躍している人が集まるため、情報の共有の場にもなります。

病院・施設によって食事形態・種類（治療食）が様々なため、病院や他施設から利用者様が来られたとき、食事内容が不明なことがよくあります。そんな時、栄養士間で連携が取れていれば、スムーズに食事を提供することができると思います。今後は、地域で働いている栄養士と連携が取れるように交流を深めていけたらいいなと思っています。

（給食係 本多）



## 職員紹介

\*\*この職に就いて\*\*



介護職員  
石井菜々美

ききょうの里にお世話になって早5年がたちます。人の笑顔が好きで、少しでも誰かの役に立つ仕事に就きたいという思いで、介護の仕事に就きました。本当にあつという間の5年間でした。今でも右も左もわからず、ゼロからのスタートだったあの頃をついこの間のように思い出します。

介護の仕事は、利用者様に寄り添い、深く関わりを持たなければならないという面で大変だな、難しいな、と思うことがたくさんあります。

相手の気持ちを理解し、接する事がこんなにも大切で、難しいことなのだと毎日のように感じます。ですが、利用者様と会話し笑顔を見せてもらう中で、人と人の繋がりを大切にしなければならない分、本当にやりがいのある仕事なんだという実感も湧いてきます。利用者様や先輩方から、まだまだ学ぶ事が沢山あります。少しでも利用者様にとって安心して楽しく毎日が過ごせるように、多くの事を学び吸収していきたいと思います。そして、私自身も利用者様と過ごす貴重な日々を大切にしていきたいと思います。

## 一口メモ

夏本番を迎え、熱中症や脱水症状に気を付けなければならない季節となりました。特に高齢の方は体温調節や認知機能低下などにより脱水に気付くにくいと思われまます。糖尿病・脳梗塞がある場合、命にかかわる状態となってしまうことがあります。施設では、日々の状態等をしっかり観察していく事が必要となってきます。夏になると疲れやすくなったり、食欲が落ちたり、という夏バテのような状態に陥る傾向のある人は、実はかくれ脱水である可能性があります。発汗などで体液が減ると消化管への血流が低下し消化吸収がスムーズに進まず栄養不足となり疲れやすくなります。身体が水分不足になると頭痛やめまい吐き気など体調に変化が現れます。(筋肉がけいれんを起こし、喉の渇きから倦怠感、大量の発汗などが起こります。)さらにひどくなると意識消失など危険な状態となります。水分不足の状態が続くとやがて脱水から熱中症へ移行します。また、脱水というと炎天下での作業などで起きやすいと思われていますが湿気の多い時期、曇りの日、室内、夜間など油断してしまう時間や場所での脱水に気を付けなければなりません。喉が渴いたと感じたときは、すでに脱水傾向になっています。運動や作業等する前と、した後に水分補給、また塩分の補給を行うことで脱水症状は改善されます。



脱水、熱中症にならないように仕事中、また家などでもこまめな水分補給を心掛け、暑い夏を乗り越えていきましょう  
(看護職員 小林)

## 職員募集

介護職員(正職員) 2名 ※パート職員も募集しています

- 勤務場所: 特別養護老人ホームききょうの里又はききょうデイサービスセンター
- 業務内容: 介護業務 ○年齢: 不問
- 資格: 介護福祉士(ヘルパー2級でも相談に応じます) 普通自動車免許
- 勤務日数: 週5日程度 ○勤務時間: 当施設の就業規則による。特養は夜勤有り
- 給与: 月給157,700円~210,000円(経験加算有り)

## ☆☆今後の予定☆☆

### ☆ききょうデイサービスセンター

- 8月 夏まつり
- 9月 敬老食事会  
ぶどう狩り

### 10月 大運動会

### ☆ききょうの里(従来型・ユニット型)

- 8月 ぬまた祭り見学・外食会
- 9月 敬老食事会
- 10月 ぶどう狩り・りんご狩り

### ☆ききょうデイサービスセンター岡谷

- 8月 夏祭り
- 9月 ぶどう狩り  
十五夜団子
- 10月 稲刈り  
脱穀  
新米おにぎり  
十三夜団子



## ◇◇編集後記◇◇

暑い日が続きますね!昔もこんなに暑かったのでしょうか?ちょっと気になったのでネットで調べてみました。すると、20年前と比べると平均気温が0.6度上昇しているんだそうです。地球温暖化などが影響しているんでしょうが、本格的に環境問題に取り組まないといけませんね。身近なエコから始めたいと思います。(総務課 堤)

