

ともしび ブダより

第96号



社会福祉法人

依田窪福祉会

事業別連絡先一覧

●法人本部

☎85-2202

[E-mail] info@yodakubofukushikai.jp

[U R L] <http://www.yodakubofukushikai.jp/>

●依田窪特別養護老人ホーム

☎85-2218

●短期入所生活介護事業

●依田窪福祉会居宅介護支援事業

☎85-2047

●相談支援事業 花もも

●寄り合い処 なすな

☎75-0522

●デイサービスセンター 武石 ☎75-0522

●ヘルパーステーションこすもす ☎85-0098

●デイサービスセンター 長門 ☎68-0226

●小規模多機能型居宅介護 大門の家 ☎41-2123

●デイサービスセンター 和田 ☎88-0077

●高齢者生活福祉センター

●グループホーム和田 ☎88-0088

特別養護老人ホーム ともしび



居酒屋

徐々に“居酒屋ともしび”を開催しました。お酒好き、カラオケ好き、お喋り好きが集まって賑やかな時間を過ごしました。「今日は思いがけず、いい日だった〜」「楽しかった〜ありがとう」



お花クラブ

季節のお花を色鮮やかにアレンジしました。「次回は何のお花？毎月楽しみです。」

選べるパンの日



この日は丸子のササザワベーカリーのパンを用意し“選べるパンの日”を開催しました。今回は職業体験の南部中2年生2名がスタッフとして協力してくれました。ご利用者へ声を掛け、お好きなパンを選びお茶の時間を楽しんでいただきました。



夏祭り

恒例のゲームコーナーのほかに今回はともしび農園産のじゃがバター、焼きそば、綿あめ、かき氷などの屋台を出しました。かき氷は大人気、暑い夏ならではの楽しみです。

花火大会



楽しみの花火大会です。踊りや太鼓で盛り上げ暑い夏の夜を楽しみました。

依田窪福祉会居宅介護支援事業

楽しいこと続けてみませんか？

「最近テレビや電話の音が聞こえなくて」とか、「インターホンが鳴ったことに気が付かなかった」という話をよく聞きます。皆さんはいかがでしょうか。そう感じている方「年齢のせいだから仕方ない」と思っていますか？

聞こえないことでコミュニケーションに支障が出たり、外に出ることが億劫になったり、生活に大きく影響します。「地域の集まりに行っても、何を話している

のかわからなくて」と感じてしまうと、どうしても足が遠のいてしまいます。

加齢に伴う難聴は防ぐことは難しいかもしれませんが、進行に合わせて対処することはできると思います。人の話を聞く、人と話をすることは、認知症のリスクを抑え、地域との関りを続ける意欲にも繋がると思います。

みなさんの周りには、まだまだ楽しめることがたくさんあります。私たちとの出会いも、一つの刺激になり、安心できる相談相手になりたいと思っています。

デイサービスセンター武石

湯上り納涼会で一杯

デイ武石では、入浴後はスポーツドリンクや麦茶を飲んでいただいておりますが、7月になると男性のご利用者から「お風呂の後はこれではなくて泡の出るやつを飲みたいなあ」という声がよく聞かれるようになりました。そこで【湯上り納涼会】と題して、浴後に冷えたノンアルコールビールや手作りしそジュース、梅ジュース、甘酒などをお出ししました。

熱中症が心配な季節は、換気をしながら室内の温度、湿度の空調調整をし、適宜に水分摂取をして



います。高齢者は体温調節機能が低下し、暑さや寒さに対する感覚が鈍くなりますので、半袖の職員に「寒くないのかい?」と声がかかります。私たちは逆に「〇〇さん、一枚脱ぎましょうか」とタイミングを見計らってお声かけしています。

ご自宅でも、季節に合わせて適切な衣服でいるか、部屋の温度や湿度は大丈夫か、水分を摂っているか、どうぞ気にして頂きたいと思います。

ヘルプステーションにすもす

みなさんの日々の楽しみはどんなことでしょうか。野菜作り、ペットの世話、カラオケ、デイサービスでのひととき等々...

ご利用者のお宅に訪問すると「昨日はデイサービスで〇〇があって面白かったんだよ」「子供たちが久しぶりに来てくれた」等のいろいろな出来事を教えてください。そんな時、気持ちのいい時間を過ごされたんだと、聞いている私たちも嬉しくなります。

どうしても年齢と共に病気にかかったり、思うように身体が動きにくくなったりと苦労なこともありますが、自分で出来ることを続けたり、好きなこ

とを楽しむことは身体的にも精神的にも健やかに過ごせることに繋がります。

長年生活してきた地域で住み慣れた自宅で過ごし、自分のやりたいことを自分でできる。

そんな日常を続けていただけるよう、私たちヘルパーは今日もご自宅にお伺いして日々の困りごとのお手伝いをさせていただいています。



出来ることの楽しさ

「さあ～出掛けるよ～！行こう、行こう！」という声がデイサービスに広がります。

ご利用者の笑顔がふえました。四季折々の花見、遠出のドライブ。何十年ぶりのわらび探り、お弁当を持ってピクニック、いただいた食材で手作り料理。この3年間出来なかったことを思う存分楽しんでいただいています。もう、お腹いっぱい、胸いっぱいになるほどです。

ご利用者の楽しんでいる姿や笑顔は、私たち職員元気の原因です。

「さあ～今度は何がやりたいですか？」の問いかけに、「やっぱり、外食したいな」と。

叶えていきましょう。ご利用者の笑顔のために。



小規模多機能型居宅介護

大門の家

今年で3回目となるお味噌作りを大豆とお米から挑戦しました。事前に計画・準備をして、かまどや大豆つぶし機など地域の方からお借りして準備万端！巨大釜戸で大豆を煮て、すり潰し、最後に大豆と麴・塩を混ぜ合わせます。ご利用者にもすり潰してもらったり、麴と混ぜるのを手伝ってもらったり、まだまだご利用者は元気いっぱいです。お味噌の完成は今秋、どのような味になっているのか？とても楽しみです。

大門の家では、毎食お出ししているお味噌汁にこの手作り味噌を使用しているのです。市販の味とはまた違う特別な味となっています。今はすぐに手に入れられる時代ですが、昔は手間暇かけて長い工程を行っていたことを実感でき、また職員・ご利用者が一体になれるイベントとなっています。



グループホーム 和田



10時のお茶タイムの後は体操をして体を動かします



テラスの花の水やり
「きれいだねえ」と自然と笑みがこぼれます。

ご利用者の口から日常的に「何かやる事はないかい?」と作業の催促の声が聞かれます。

食器を拭いたり、洗濯物を干したりなどの家事はお手のもの。皆さんとても手早に行なってくださいます。

何気ないことですが、その一つ一つが生活リハビリとして身体機能維持につながっています。

「何かやりたい…」その意欲を無駄にしないよう、お一人お一人の気持ちを大切に日々過ごしていきたいと思えます。



お食事は季節の食材を取り入れて提供しています。とても好評です。

デイサービスセンター 和田

どうしたら寝たきりにならないか

日ごろから本を読み、学ばれていらっしゃるご利用者の方が「どうしたら寝たきりにならないか」というテーマで講義をして下さいました。学ばれたことを、わかりやすく伝えてくださり、15分ほどの講義でしたが、「歩くことが大切」との事で、運動の重要性を伝えていただきました。講義終了後は皆さんで廊下を歩きました。長い廊下に新幹線の駅名を配置し、上田から東京を経て大阪までの旅が出来るようになっています。なるほどただ歩くだけより楽しく運動ができました。

デイサービスセンター和田では、歩行が困難な方も、痛みのある方も、機能訓練指導員と一緒に適切な運動が出来るよう取り組んでいます。個々の運動プログラムに応じ、安心して身体を動かしていただいています。



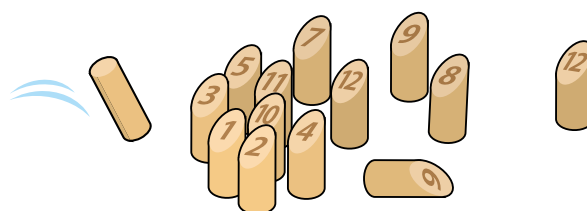
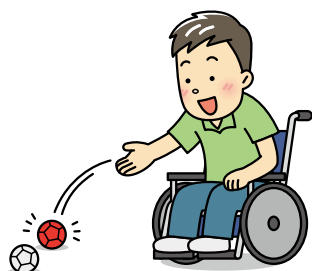
デイサービス3事業所交流会

デイサービスセンター＝武石・長門・和田

風船バレー大会

7/19.21に初めて3事業所で風船バレーの交流会を行いました。日々練習に取り組んだ成果が発揮され、いつも以上に身体が動き、熱戦が繰り広げられました。たくさんの笑顔と、笑い声の響く交流会となりました。

今後は、ポッチャ、モルック、様々な競技の大会の開催を計画していきたいと思います。



依田窪福祉会 評議員・役員 (敬称略) (令和5年6月14日現在)

評議員		理事		監事
羽田 健一郎	伊藤 定衛	渡邊 和美	堀 景子	村岡 裕
小川 純夫	竹内 克彦	鬼頭 寿	大島美千代	丸山 淳子
三澤 弘道	萱津 公子	伊藤 博一		
小宮山正幸		横沢 正		

※令和5年6月9日をもって、甲田伸子理事が退任し、堀景子さんが就任しました。

令和5年9月1日

発行者：社会福祉法人依田窪福祉会 理事長：渡邊 和美 編集：広報委員会 所在地：〒386-0503 長野県上田市下武石776-1
TEL.0268-85-2202 FAX.0268-41-4200 E-mail:info@yodakubofukushikai.jp