

依田窪福祉会

ともしび づだより

平成30年11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@yodakubo

fukushikai.jp

第81号



表紙の写真

からさわ 別所温泉に
行ってきました

▶▶ もくじ

1-2 武石

特別養護老人ホームともしび
寄り合い処 からさわ
依田窪福祉会居宅介護支援事業
ヘルパーステーションこすもす

3-4 長和

デイサービスセンター長門・鳥屋
小規模多機能型居宅介護 大門の家
グループホーム和田・橋場なごみや
デイサービスセンター和田

5 お知らせ 連絡先一覧

特別養護老人ホーム ともしび



いかざあ~ともしび夏祭り

8月25日、ともしびでは「いかざあ~ともしび夏祭り」として、恒例となっております夏祭りを開催しました。

当日は天気にも恵まれ、ながと不動太鼓の皆さんの素晴らしいパフォーマンスで幕を開けました。

盆踊りやバルーンアート、屋台巡りといった催しにご利用者も楽しく参加ができました。

武石地域自治センターの皆さんをはじめ、地域のたくさんのボランティアの方々や学生さんにも支えていただきました。

来年もまた8月の最後の土曜日を予定しています。皆さんよろしくお祈りしませう。



寄り合い処 からさわ

笑い声が響くからさわ

毎週木曜日は沢山の笑い声が聞こえてきます。

ご利用者からは「この日はお腹がねじれる程笑ってしまう。」「ここに来るのがとても楽しみ」「明日はからさわの日だから、また大声で笑える。」「先日通院したら主治医から『最近とても明るくなり生き生きしてますね』と言われたので『私はからさわに行き始めたから変わったんです。』と主治医に答えた。」など色々なことを教えてくださいました。

ご利用者同士での会話や、予防体操をしながらでも笑いが絶えず聞こえてきます。その笑いが、からさ

わ地区中に響いているのではないかなと思うくらいです。

「笑い」は健康の源と良く言われますが本当にその通りだと思います。

これからも「笑いに満ち溢れた寄り合い処からさわ」を続けていきたいと思っております。地域の皆さんも「笑いのからさわ」に来てみませんか。



依田窪福社会居宅介護支援事業

インフルエンザの予防接種を受けましょう!

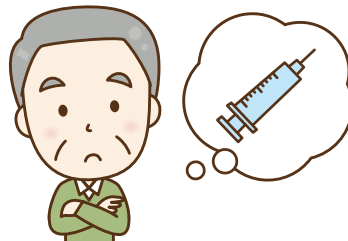
インフルエンザ流行の季節がまたやって来ます。今年はまだ既に9月中にインフルエンザA型が一部の地域で流行しており、地球温暖化の影響なのか流行が冬場に限ったものではなくってきているという話がテレビで放映されていました。

インフルエンザの重度化防止には先ず予防接種を受けることですが、ワクチンの有効期間は概ね3ヶ月程度とのことです。流行する時期や流行する型も年によってまちまちなのでなかなか完全な予防策になるとは言えないようですが、重篤化を防ぐ事はできます。またデイサービスやショートステイなどの介護サービス（かか）を利用されている方が、インフルエンザに罹ってしまうと利用

を制限されてしまう事もあります。

高齢者の方は市町村の助成があり、1,000円前後の自己負担でインフルエンザ予防接種が受けられます。主治医に相談し、適切な時期を選択して予防接種を受けてください。

インフルエンザに限らず、冬場は感染症が流行する時期ですので、まずは手洗い、うがいをこまめに行い、十分な栄養と睡眠を心がけてください。



ヘルパーステーション じすもす

幸せのお裾分けいただいています…

ヘルパーをしていると色々な体験をします。今回は、ある訪問先での体験を紹介します。

Aさんは施設に入居されていますが、ご主人はAさんを自宅に連れてきて一緒に食事をしたいという希望がありました。外泊で自宅に戻る3泊4日の間、ヘルパーがAさんの身の回りのお手伝いをさせていただくことになりました。

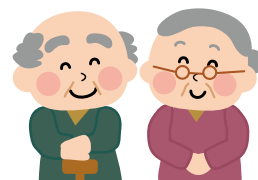
自宅に帰って来たその日の夕飯はお寿司でした。Aさんはお寿司を全部召し上がり、とても満足そうなご様子。ご主人も、「美味しいかい。」と、久しぶりの夫婦での食事が嬉しそうでした。お嫁さんが更に好物のメロンを用意しておいて下さり、デザートはメロンもペロリでした。そんな時ご主人が、

「おじいちゃんの方も食べな。」と、自分のメロンをAさんにお裾分けしていました。そんなお二人の姿を見て、なんとも言えないほっこりとした気分になり、幸せのお裾分けをいただいた気分になりました。また、こんな素敵な瞬間に立ち会え、この仕事をして良かったなと思いました。

私達ヘルパーは日々、訪問しているご利用者から色々な幸せのお裾分けをいただいています。

そして今日も…ご自宅へ伺います。

「こんにちは、ヘルパーです。」



“一緒に笑って輝ける敬老祭”

今年は、外出が困難なご利用者にちょっとしたお祭り気分を味わって頂くために、「敬老会」ならず「敬老祭」と称して屋台ゲームの体験、ちょっと豪華な食事、作品の発表会、ご利用者・職員合同の「笠地蔵」の劇など企画しました。

1ヶ月前からご利用者と考えて準備し、協力して会場準備や劇の道具を作りました。劇の練習も何回も重ねて台詞も覚えめました。準備は万端です。

いよいよ当日、ご利用者(役者)・職員は衣装を着て本番です。

台詞の一部をご紹介します。

〈昔昔あるところに〜〉

おじいさん:「笠一笠一!笠はいらんかねー!」〜略〜

町の人(全員):「いらない。いらない。」(手を振りながら)

おじいさん:「お——そうだ。売れ残りて悪いのですがすげ笠をかぶってください」〜略〜

お地蔵様:「すげ笠のじい様どこだ〜♪すげ笠のじい様どこだ〜♪」

おばあさん:「おじいさん、そりゃよいことをなされました。」
大成功でした。一日中、笑いと熱気が溢れていました。

ご利用者によっては自宅での練習や製作などの負担もあり心配しましたが感想は“楽しかった”“色々体験できてよかった”“笑いすぎて疲れた”と喜ばれました。

“役割を持つことが楽しみや生きがいに繋がる”という瞬間でした。

役割を持つことは、在宅生活を継続するために必要なことです。

デイ長門・鳥屋では、これからもご利用者の可能性をみつけながら、新しいことにチャレンジして楽しんでいただきます。

次は忘年会です! さて何が始まるでしょう。



小規模多機能型居宅介護 大門の家

「大門の家の自慢」

大門の家の自慢を紹介させていただきます。まずは、何と言っても食事。食事は手作りで提供しています。温かい食事をご利用者、職員が同じテーブルに付いて一緒に食べています。会話も弾み楽しみながら食事をしています。メニューもラーメン、うどん等の麺類から行事の時には趣向を凝らした食事を提供しています。9月に行った敬老会では職員手作りのカステラにホイップクリームをデコレーションしました。「とってもおいしかった」とお褒めの言葉を頂きました。9/28にはご利用者の誕生日会を行い、手作りのケーキでお

祝いをしました。

サービスについて、「長和町内において唯一の小規模サービス」である事、「今日利用したい」といった「希望にすぐに応える」事が出来る事、これも大門の家の自慢です。困りごとにすぐに対応し、地域の方やご利用者がいつまでも長和町内で生活する事が出来るよう、また「大門の家があってよかった」と思ってもらえるよう1歩1歩歩んで行きます。



グループホーム和田・デイサービスセンター橋場なごみや

去る9月30日、台風24号の影響で、長和町全域に「避難準備情報」がだされました。
グループホームからともしびへ…

当日私たち職員は、グループホームに入居されている皆さんを連れて、和田から武石の老人ホームともしびに一時避難をしました。職員もお年寄りも初めての経験。「何を持っていけばいいの?」「どうやって車に乗せようか」「ねえ、どこに行くの?」「長野県は山に囲まれているから大丈夫だわい」様々な声が聞かれました。高齢者や体調の悪い人を無理に避難させてかえって状態が悪くなる「過剰避難」の問題もありました。特に、認知症のお年寄りは「環境の変化」への対応が難しいと言われていています。避難への負担感・リスクが大きくなるのです。

しかし、水害は逃げ遅れやすい災害と言われていています。目に見えないものだからです。だからこそ、高齢者などの「災害弱者」は、まだ一般の人が避難しない「避

難準備情報」の段階で避難を始めることになっています。念のためにまだ安全うちに、ゆっくり避難しておこうというわけです。

不安を抱えたご利用者にも、職員がしっかりと付き添い、安心された様子をうかがえました。「みんなで民宿に行ってきた」戻られたご利用者からこんな言葉が聞かれ、翌日には無事に和田に戻ることができました。

「命を守る行動を」

何がそのときにもっともよい行動かは、簡単に判断できません。不安な気持ちで一晩過ごされた方も多かったと思います。「備えあれば憂いなし」日ごろの準備と、早めの対応が大切なことを痛感しました。今後も、事前対策を強化していきます。



デイサービスセンター和田

支援すること、されること

【支援を受ける立場の気持ち】と【支援する側の気持ち】は、必ずしも同じではありません。「優しく親切にしてもらってありがとう」「よく気が付く人だね」…介護する側はそんなふうに言ってもらえると、大抵は嬉しくなったりよかったと受け止めます。私たち介護職員もつい手を出してお手伝いをしてしまいます。(これは職業病ともいわれています)

あるご利用者と話をしておりましたら、考えさせられることがありました。普段は歩行器を使用しているAさんですが、外出先の集まりで席を立ったところ、職員の方が車椅子を持って駆け寄ってきてくれたそうです。【優しく、親切に、よく気づく…】のパターンです。介護する側の立場にいと、その光景を当たり前のように受け取ってしまいがちです。ところがAさんからでたことばは、「そんな風に迷惑をかけるのならもうあそこには行かない。」でした。

自分が持っている力を生かす。在宅生活でできることが減ってしまうと行動範囲も気力も低下してしまいま

す。できることは続けていけるように支援すること。気力の低下を声を掛けたり話を聞いて受け止めていくこと。できることを奪わないこと…。Aさんの言葉から、支援する側に必要な原点がそこにあるように思いました。

デイサービスセンター和田では、介護予防事業として「おたっしゃ倶楽部」があります。みなさん一週間に一度のおたっしゃ倶楽部を楽しみにして参加されています。できることを減らさないためには予防が大切です。10月から金曜日もスタートしております。予防意識を高めるためにも是非一緒に運動をしていきましょう。



おたっしゃ倶楽部の様子
レイドコードとチューブを使っての体操

「身体がスッキリ!!」
「伸びて気持ちがいいっ!」

地域の皆さんの力を

地域の福祉に活かしませんか？

法人合同ソフトボール大会 がありました

毎年恒例、みまき福祉会、大樹会、恵仁福祉協会との交流ソフトボール大会に行ってきました。当日の朝まで台風の雨でグラウンドは水たまりがあり、これは出来そうもないかな…と思っていましたが、始まる頃には台風一過で真夏のような天気になり、無事に行う事が出来ました。結果は惨敗でしたが、普段は事業所が違うため顔を合わせない職員同士もコミュニケーションを取る事ができたり、試合後の懇親会でも他法人の方との交流もできたり、とても良い機会だったと思いました。



職員募集 (介護・看護)

ともしび

ゆっくり、いっしょ、わがままな介護をしていきましょう。

① 正規職員 (介護)
夜勤ができる方



② 日勤パート (介護)
9:00~16:00、週3日から

※当法人規程による
希望される方は法人本部(電話85-2202)
担当西澤までお問い合わせください。

たくさんのお野菜
有り難うございました。



お食事などに使い、おいしく頂きました。
グループホーム和田

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 }
●ヘルパーステーションこすもす ☎85-0098

●寄り合い処 からさわ ☎85-2115

●デイサービスセンター 長門 ☎68-0226
●デイサービスセンター 鳥屋 (宅老所) ☎85-0010
●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 }
●高齢者生活福祉センター } ☎88-0077
●配食サービス事業 あやちゃん弁当 }
●グループホーム和田 } ☎88-0088
●デイサービスセンター 橋場なごみや }