

依田窪福祉会

ともしび づだより

平成31年2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82号



表紙の写真

無病息災
笑う門には福来る

もくじ

1 理事長挨拶

2-3 武石

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

4-5 長和

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
小規模多機能型居宅介護 大門の家
デイサービスセンター長門

5 お知らせ 連絡先一覧

明日への精気



理事長

渡邊 和美

謹んで新年のお喜びを申し上げます。
ご利用者の皆様、ご家族の皆様、健やかに輝かしい新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

旧年中は依田窪福祉会に対しまして心温かいご支援を賜り厚く御礼申し上げます。

2019年、今年の干支は「亥」であります。「猪」の肉には万病さえも防ぐ「無病息災」の意味もある年とされていますが、未来永劫続く「明日」への精気を見出す力強い年でもあります。

依田窪福祉会は今年23年目を踏み出します。今までの実績を大切にしながら新しい事に挑戦する年として職員と共に頑張ってまいります。そして「お見事!!」であったと言われるような年となりますよう一生懸命努力をしてまいります。

2025年は団塊の世代が75歳以上になる年です。本格的に直面する超高齢社会の問題、高齢者の割合（高齢者率）がこれまでになく高まり、医療費・社会保障その他の課題にどう取り組んでいくかが大きな問題となることが指摘されています。

その中でも特に我々に直接的に対応が迫られる介護を必要とする高齢者の増大に対する介護従事者の人手不足が現時点でも問題となっていますが今以上に大きな問題となります。

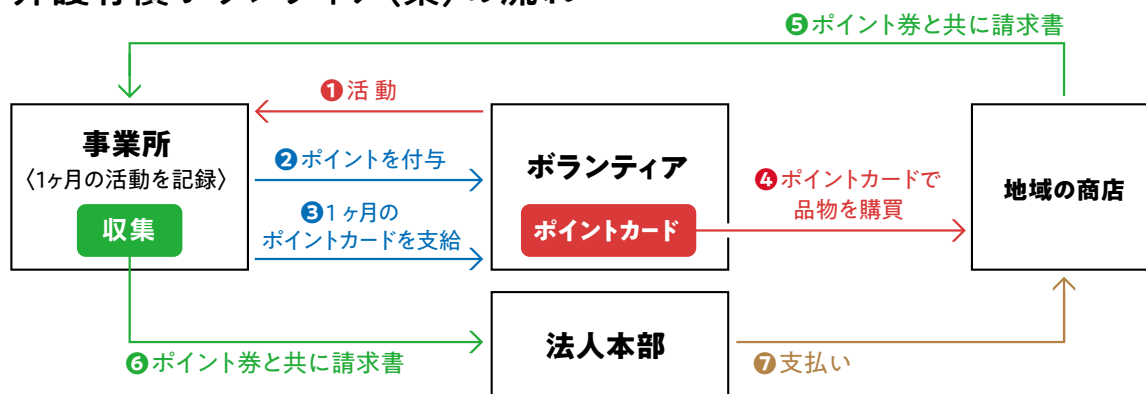
今から、これらを担える介護職員の確保と共に段階的定年延長制度の確立、そして、介護職員の資格取得や研修等の参加など積極的に取り組み、職員の資質向上を図ってまいります。

これらのことを踏まえた中で、地域住民皆様の協力をいただきながら、お元気な高齢者による**介護有償ボランティア(案)**を全地域的に立ち上げていきたいと思っております。積極的なご応募を期待いたします。

以上のことを進めるためにも、事業の効率化・冗費の削減を図ると共に地域に根付いた真心のこもったサービス、特化したサービスを提供しながら、ご利用者本位の運営、法令遵守の徹底、安全で安心な業務体制の強化等を経営方針とし、ご利用者やご家族の心の拠り所となる施設を目指してまいります。

今年も皆様にとりまして、本年が幸多き年になりますことを御祈念申し上げます。

介護有償ボランティア(案)の流れ



特別養護老人ホーム ともしび

武石小学校の皆さんありがとうございます!!

ともしびに武石小学校の皆さんが交流に来てくれました!

3年生は地元武石の「武石飛竜太鼓」の迫力のあるカッコいい演奏や校歌を、1年生には可愛らしい歌の披露の他にもアサガオの種のプレゼントもいただきました。

ともしびのご利用者も感動される方が続出!武石小学校の皆さん本当にありがとうございました。

今年もぜひ遊びに来てくださいね。



依田窪病院・リハビリ科と連携

昨年11月より、依田窪病院の理学療法士に生活機能のリハビリをしていただくよう、提携を結びました。特養のご利用者も、まだまだ動ける、健康に生活できる。そんな力を引き出していただいています。

ヘルパーステーション こそす

安全に生活できるように...

この季節になると、消防車のサイレンの音や、火災のニュースを耳にします。

冬が長いこの地域では、コタツやストーブなどの器具を使う機会が増えますよね。

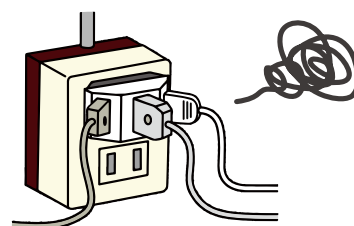
ヘルパーが訪問しているお宅でも、ヒヤッとすることがあります。

コンセントが中途半端に差し込まれていたり、ほこりが溜まっていたり、延長コードにたくさんコンセントが繋がっていたり...

これは火災の原因の一つになります。

ご利用者が安心して生活できるよう、ヘルパーは気配りだけでなく、見えない部分の安全にも目配りしています。

皆さん!!ご自宅のコンセントは大丈夫ですか?



依田窪福祉社会居宅介護支援事業

低温やけどにご注意!

寒い時期は電気こたつや電気毛布などご利用されている方が多いと思います。今回注意していただきたいのは低温やけどです。

低温やけどは、お風呂よりやや高め約44.0℃ほどの熱に3～4時間触れた結果、気が付かないうちに深いやけどをすることです。あんかやカイロなどが主な原因です。

低温やけどを防ぐには…。

- 電気あんかはカバーやタオル、毛布で覆う。必ず足から離して使用する。
- 使い捨てカイロは、直接皮膚に貼らない。足用のカイロは、靴をはかない状態で使用すると、高温になることがありますので注意する。
- 電気こたつ、ホットカーペット、電気毛布でも、低温やけどを起こすことがあります。寝る前に保温して、就寝時には電源を切るなどの工夫をする。(洛和会サイトより)



低温やけど(皮膚が赤い、水ぶくれなど)になってしまったら早めに受診しましょう。特に足先は糖尿病の方、高齢者は感覚が鈍くなっていることがあり、注意が必要です。電気器具を安全に使用し冬場を快適に過ごしましょう。

寄り合いからさわ

助け合いのからさわ

からさわの1日は、買い物・外食に出かけたり、体操や手作品を作成したりその日の利用日によってさまざまですが、そこで観る光景はご利用者同士が「補い合い助け合う」姿です。外出に出掛ければ杖をつけて歩く方のペースに合わせて歩いたり、買い物をした荷物を持ってくださったり、手作品では手先がうまく動かない方には何気なく手伝ってその作品を完成させお互いに喜びを分かち合っている姿、買い物や作品作りを手伝ってくれた方には笑顔で自然にお礼を言い、それが当たり前場所になっています。

その光景を見るととてもうれしくなり、これが「本

当の補い合い、助け合い」なんだと実感します。この光景が昔は地域にあり地域全体が「補い合い、助け合い」で成り立っていたのではないのでしょうか?

今後も今の光景を大事にして「からさわ」から地域に発信し地域の中での「補い合い、助け合い」が広がることを願いながら進んでいきたいと思えます。



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

幸せのかたち

昨年は、「大恋愛～僕を忘れる君と」という若年性アルツハイマー病と診断されたヒロインと、その彼女を支える男性の恋愛ドラマが話題となりました。これだけ聞くと、「なんだか悲しい話ね」と、思われる方もいるかもしれませんが、しかし、このドラマは幸せなシーンに溢れていました。

「認知症＝何もできない・わからない」という世間のイメージはいまでもあります。ですが、実際に認知症の方と接していると、そうではないことに気がきます。もちろん、本人や家族の葛藤は大きく、なかなか受け入れられるものではありません。ではどうして認知症と診断されたヒロインが幸せに見えたのでしょうか。それはきっと相手の男性が「彼女自身」を見ていたからかも

しれません。「困った認知症の人」ではなく、その方自身と向き合う。

「認知症でも幸せ」そう思えるお手伝いをしてゆきたいと思います。



デイサービスセンター和田

機能訓練で在宅生活を応援します!



現在、ご利用者の多くがご自宅での動きに合わせて必要な機能訓練を行っています。担当者に「〇〇さん機能訓練やりますよー」と声を掛けられるのを「まだ?」と待つほど、皆さん意欲的に取り組んでいらっしゃいます。機能訓練は個々に応じた運動メニューが盛り込まれます。

- 1) まずは、依田窪病院の理学療法士に来ていただき聞き取り調査をします。
- 2) 次に目標を決めます。(1か月・3か月)
- 3) そして運動メニューを決めます。
- 4) ご家族に確認して頂き、利用日に担当職員が実施していきます。3か月に一度、成果や内容を再確認し、メニューの見直しを行っています。

たとえば…

①自宅の階段の昇り降りが必要なAさん

臥位にて下肢伸展挙上(寝て片足ずつ足を上げる運動)を両足10回×2～3セット・階段昇降を2足1段にて10段程度(昇段は左から 降段は右から)・レッドコード

②歩行器歩行、関節拘縮・円背のあるBさん

ペットボトルをもって上腕上下運動10回・お手玉投げ15回・万歳動作10回・立ち上がり、足踏み、屈伸動作など

病院のリハビリと違うところは、けがや故障のリハビリではなく、【ご自宅での生活を維持するための機能訓練である】ということです。温泉で血行を良くして、機能訓練と脳トレ(人との会話もそのひとつ)や体操、物づくりなど、たくさんの刺激を受けることができるデイサービスは、心身共に老化予防に最適な場所と言えます。

今年はく目的をもって行くデイサービス)を目指していきます。



小規模多機能型
居宅介護 大門の家



笑う事で元気に

12月24日に大門の家では忘年会とクリスマス会を行いました。



第1部では昼食にご利用者、職員が同じテーブルに付き、鍋を食べました。「歌を歌おう」とご利用者から声が上がリ、歌いだすと他のご利用者、職員も一緒に歌いました。笑いがあり賑やかな昼食になりました。

午後は第2部でクリスマス会を行いました。ボランティアの方が二胡を披露して下さいました。伴奏に合わせて歌いました。職員もハンドベルを披露しました。職員に良く似たサンタからプレゼントをもらい、「こんなに良い物もらっていいの?」「何もらった?私はこれもらった」とプレゼントを見せ合っていました。ご利用者に楽しんでもらおうと準備してきた甲斐もあり、「楽しかった」と喜んでいただきました。こうした一つ一つの行事で



ご利用者と職員が笑顔になり、笑う事で元気になるようにしていきたいと思っています。

亥亥(いい)年にする

デイサービスセンター
長門だより

長年親しんできた年賀状を書くのを今年で最後にする、と言う“年賀状じまい”(終活年賀状)を考える方が増えていますが、デイ長門では来年の目標や志を年賀状に書き自分宛に送ることにしました。

目標に近づくため自分で考え行動することにより認知症予防や毎日の励みになっていただければと思います。

ご自宅へ届いた年賀状を「家族に見せたよ」と嬉しい声もあり、とても喜ばれていました。

高齢になったからできないではなく、ご利用者のまだまだできる可能性を見つけていきます。



ご寄附ありがとうございました。

1名の方より、10万円のご寄付をいただきました。

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 } ☎85-2218
- 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 } ☎85-2047
- 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 ☎85-2218

- 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 } ☎88-0077
- 配食サービス事業 あやちゃん弁当 } ☎88-0077
- 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 } ☎88-0088