

依田窪福祉会

# ともしび づだより

令和元年5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83号



## 表紙の写真

『武石公民館』建替えの  
お別れに行きました  
一緒に活躍した世代ですね

## ▶▶ もくじ

### 1-2 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

### 3-4 長和

デイサービスセンター長門  
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



### 特養で生きること

ともしびでは年間約15名を越える方が最期の時を迎えられ、施設のなかでお看取りさせていただいています。介護の職員はもちろん、看護師、管理栄養士、嘱託医師、生活相談員、そしてご家族も、関わるすべての人が協働して、ご利用者にできるだけ穏やかな時を過ごして頂けるよう努めています。人生最期のときがあるからこそ、今をどう生きたいかを考える必要があると思います。

10月から、依田窪病院のリハビリテーション科に協働していただいて、個別の生活機能訓練を行っています。歩行、ベッド上・車椅子でのポジショニング（適正な姿勢）、嚥下の状態などを見させていただいて、一人ひとりに合ったものになるよう検討します。また肩の可動域を広げるようテーブル拭きをやっていただいたり、背中を伸ばすよう壁にぶら下がっているぬいぐるみにタッチしてもらったり、なるべく楽しんで訓練ができるようになっています。



三月のある日、一人のご利用者から「武石の福寿草を見に行ってみよう」とお話がありました。翌週が暖かくなりそうだったので、行ってみよう、ということになりました。「明日」に楽しみがあるのは大切なことです。当日は自分の好きな飲み物を持ち、早春の暖かさを感しながら福寿草を見ることができました。

また、武石公民館が建て替えを前にイルミネーションをやっているので行ってみる事になりました。「冬が終わって、久しぶりの外出が夜ってすごだね。」と、夕飯が終わってから車に分乗して出かけました。武石に暮らしてきた方々にとって、武石公民館は様々な思い出のある場所です。思い出話にたくさん花が咲きました。

## ヘルパーステーションひすもす

### 一期一会

ヘルパーをご利用されていたけれども、様々な事情で利用がなくなってしまった、という方も多くいらっしゃいます。ご利用がなくなった後も家の前を通りかかると、訪問していた頃の思い出が頭に浮かび「今はどうしているかな？元気で過ごしているといいな」と、気になることが多々あります。たまたま行ったデイサービス等でお見かけすると、つい嬉しくなって足取りも軽く声を掛け会話が弾むこともあります。事務所に帰ってからは職員同

士で「〇〇さん元気そうだったよ」「〇〇さん懐かしいね」など嬉しい気持ちを共有し、なんとなくほんわかと温かい気持ちになっています。

ヘルパーひとりひとりにとって、どのご利用者さんとの出会いも大切な思い出です。

新年度になりました。

これからまた、どんな素敵な出会いがあるでしょうか…。

## 依田窪福祉社会居宅介護支援事業

### 梅雨から夏にかけて欠かせない食中毒対策！

食中毒の主な原因である細菌は、気候が暖かく、湿気が多くなる梅雨から夏にかけて増殖が活発になります。とりわけ、食肉や卵に付着しやすい「O-157・カンピロバクター、サルモネラ」の発生件数が目立ちます。

食中毒症状は主に腹痛や下痢、嘔吐や吐き気などですが、食中毒とは気付かず重症化や死亡する例もあります。

#### 知っておきたい食中毒予防の3原則

##### 1. 「つけない」… 洗う・分ける

手をこまめに洗いましょう。包丁やまな板は使用することに洗剤で洗い、殺菌をしましょう。食材により調理器具を分けることも有効です。

##### 2. 「増やさない」… 低温で保存する

肉や魚、野菜などの生鮮食品は購入後、速やかに冷蔵庫に入れてください。冷蔵庫内の温度上昇を防ぐため、冷蔵庫のドアを頻繁に開けることや食品の詰め込み過ぎはやめましょう。

##### 3. 「やっつける」… 加熱・殺菌処理

ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅するので、しっかり加熱して食べましょう。また、肉や魚、卵などを扱った調理器具は洗って熱湯をかけるか台所用殺菌剤を使って殺菌しましょう。



参考資料：全国保険協会

## 寄り合い処からさわ

### 昭和の光景

「寄り合い処からさわ」の茶話会の時間は色々な話題で盛り沢山です。

ある方が「先日テレビでこんな放送をしていた、あの食材を食べればとても健康になるから」と言えば、「その番組は私も見た」「私も気をつけて食べるようにしてるよ」「皆さんもやってみたら」「今日はあの人休みかい」「どこか具合でも悪いのかな、心配だね」などと会話が広がります。

また野菜作りの話等、季節ごとに色々な話題で盛り上がります。

昭和の良き時代のご近所同士が集まって茶話会を楽しんでいる光景を見ているようです。現在では

地域での茶話会の光景をみることがなくなり寂しさを感じます。しかしながら「からさわ」では昭和の良き時代の光景が見られ、利用者同士が支えあいながら楽しまれています。

平成が終わり、令和を迎えた今ですが、昭和の良き時代の光景がまた復活し地域での支え合いが進むことを願うばかりです。



## デイサービスセンター 長門ぶより

### 令和を楽しむ

「私のお迎えはなかなか来ないのよ。毎日仏壇に手をあわせてご先祖様に早く迎えにきて、と頼んでいるの。体のあちこち痛いしね。生きてるのも疲れたわ。」とAさん(96歳)がお話されることがありました。すると、

「あれ、Aちゃんは死にたいの?私はまだまだ50年も100年も生きていたい。今まで世の中がいっぱい変わって面白かったから、これからもどんな世になるか見てみたい。死んだら楽しみ終わっちゃうからね。デイで色々出かけたし、美味しいものいっぱい食べたい。皆さんお願いね。」と笑顔のBさん(99歳)の言葉に一同納得。

「へーすごいねBさん。じゃあ私の方が若いしもう少し頑張るかな。一緒に美味しいもの食べに行くかね。」Aさんへ笑顔は連鎖します。

大正・昭和・平成時代。激動の100年間を苦とわずに変化を面白いと語る心の大きさ。そして未来への希望と期待を唱える姿勢に感銘を受けました。

デイの利用を始めるご利用者の中には要支援・要介護の状態となり自信を無くされている方がいます

が、継続利用されデイ長門の温泉や交流、体操などを通じて、元気と自信を取り戻す方も多くいます。新たな令和の時代を一緒に楽しみませんか。

デイ長門では3月初旬に屋内に高さ3mの桜の枝を飾りました。桜のつぼみはぐんぐんと膨らみ、東京の開花宣言と同じ頃3月22日満開となりました。



いつもより1ヶ月早いお花見が出来ました。



卓球に夢中!卓球は手軽に楽しめるスポーツです。声を出し、汗をかき、大笑いしながら最高に盛り上がります。

## 小規模多機能型居宅介護 大門の家

### 「気楽に・気ままに」を大切に・・・

大門の家では、ご利用者、ご家族の希望やニーズに合わせてサービスを使うことができます。半日だけの利用、入浴のみの利用、宿泊、通所、訪問サービスなど、「気楽に・気ままに」ご利用者一人ひとりのニーズに合わせて利用してもらえるようにしています。

3月3日はひな祭りということで、ご利用者に手伝ってもらい、雛飾りを作りました。「きれいに出来たね、このお雛様かわいいね」との声も聞かれました。甘酒を飲み、ひなあられも食べて楽しいひと時を過ごしました。また、地域の方が「これで花見をしなよ」と「梅の花」を持ってきて下さいました。さっそく、「花瓶あるか

い?長い枝少し切るよ」と一人のご利用者が花瓶に生けてくださいました。長い冬が終わりを告げて大門の家にも春が来ました。

これからも「気楽に・気ままな」サービスをご利用者一人ひとりのニーズに合わせて提供していきます。そして「大門の家があってよかった」と思ってもらえるように一歩一歩進んでいきます。



## 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

## 頑張らない介護、頼って下さい

「職員さんにご迷惑をおかけして…」

「周りの方のご迷惑になるんじゃないかと思うんです」

介護の現場にいますと、ご家族からこんな相談をよくされることがあります。

認知症を持つご家族を抱えていると、「迷惑をかけないように」と、自分たちでも気が付かないうちに、社会に対して内向的な考えになってしまうことがあります。

認知症に関わらず、その他の疾病も「誰にでも起こり得る」出来事です。

その他の疾病は病院に入院したり、先生とお話をしたりしながら治療が始まりますが、認知症は、そうではありません。その為に「ご家族が抱え込んでしまう」というケースが起きてしまいます。

グループホーム・橋場なごみやは認知症に特化した施設です。

ご利用されている方も、そうでない方も、何か「認知症」についての困りごとがあれば、お気軽にお問い合わせ下さい。

「長和町で認知症といったらあそこよね」

地域の中でも頼られる施設でありたいと思います。そのために、私たち職員も自己研鑽に努めていきます。



## デイサービスセンター和田

デイサービスじゃないみたい？な  
デイサービスに

デイサービスセンター和田には、広いフロアがあります。以前は常時たくさんのベッドがおかれていました。今、そのベッドはなくなり、運動スペースとして活用しています。レッドコードでの機能訓練や椅子を使った運動、時にはポッチャのような競技をにぎやかに行っています。フロアでは、他にも古文書を読まれる方、ナンプレを解かれる方、詩吟を披露して下さる方、歴史を語って下さる方…80代、90代とは思えない方々に職員はみんな脱帽です。

私たちは、そのお一人おひとりが持っている能力を發揮して頂きたいと更なるスペースづくりを考えています。その一つとして本のある空間を作りました。「この場所、居心地いいね」「昼寝しないでここにいるわ」ご自宅でくつろぐように、和田のデイサービスにもいろんな場所があっていいはずです。ご利用者の隠れた才能を再びおもてに引っ張り出せるようにいろいろな空間づくりに挑戦をしていきたいと思ひます。

【おたっしや倶楽部】で  
体を動かすきっかけづくり

デイサービスセンター和田の2階フロアでは週3回、おたっしや倶楽部を行っています。これは、長和町が行っている介護予防・日常生活支援総合事業で行っている介護予防サービスの一つです。長和町の方が対象となります。

レッドコードを使った運動は大変好評です。



地域の皆さんの力を

# 地域の福祉に活かしませんか？

## 介護職員募集

**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

介護福祉士資格をお持ちの場合

夜勤コース基本給 **17万円~**

プラス夜勤手当がつきます

☆夜勤1回9000円

そのほか、

通勤手当・住宅手当・早番・遅番手当がつきます



### ② 臨時職員 遅番出来る方(20時まで)

時給 **880円~**

お持ちの資格によりプラスあり  
通勤手当もあります

詳細はご連絡ください。担当:岡村(85-2202)

## 新入職員が入りました!

4月1日には2名の新入職員を迎え、辞令交付式が行われました。兩名とも特養ホームともしびの配属となり、入居者のため、地域の方々のために頑張りたいとの決意も聞かれました。元気いっぱい力を発揮して頂きたいと思います。



ご寄附ありがとうございました。

平成31年3月18日 ● 掛け軸/坂田 貞雄 様

## 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

### ●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

### ●デイサービスセンター橋場なごみや

☎88-0088