

ともしび ぶだより

第84号



社会福祉法人 依田窪福社会

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

●依田窪福社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 ☎85-2218

●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

●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

温故知新



理事長

渡邊 和美

平成から新年号「令和」に移行しましたが、令和の施設運営を任されている者として、【温故知新】の精神で平成を思い返しなが、「令和」の時代を豊かに、幸せに、安心して過ごせるように、当法人の理念を大切に、重い責務を背負っていくことを自覚していきたいと思います。

昨年は、介護サービス利用者、介護人材の確保等々に追われながら、その時々での応急的な対応でのぐやり方で運営をしてきた気が致します。非常に不安定な運営でありました。

現在は、「2025年問題(団塊の世代が75歳以上)」や「2040年問題(高齢者数がピークに達する)」と称されるように、来るべき超高齢・人口減少社会に向けた社会保障・社会福祉の見直しが求められています。福祉サービスの質の向上はもちろんのこと、福祉人材の確保・育成、研修制度の一層の充実等々に対する不安定要素を軽減させる努力をしながら、地域住民の安心・安全を支える高齢・障害者福祉システムのあり方について、もっと主体的に深く考え、より一層、職員一丸となって安定経営を目指して参りたいと思います。

羽田町長ご理解のもと、長和町をはじめ、上田市等多方面でのご支援ご協力をいただき、非常に心強く思っております。又、高齢者を見守ることのできる地域を目指して、様々な取り組みを行っていただいておりますこと重ねて深く感謝申し上げます。

行政には制度改正による保険者機能の抜本的強化を契機として、ご利用者やそのご家族が介護サービスを利用しながら自らが望む生活を維持することができているかをしっかり把握し、介護において最終的な公的責任を担うことが重要な役目であることを再確認していただければとお願いするものであります。

今後も、評議員・役員の皆様方とともに、地域住民の皆様方と協働する姿勢を持ちつつ、暮らしやすい地域の形成に取り組み、住民の皆様方のニーズにお応えできるような福祉サービスの提供に努めて参りたいと思いますので、関係各位の皆様方の変わらぬご指導、ご支援をよろしくお願い申し上げます。



貸借対照表

平成31年3月31日現在 (単位:千円)

資産の部		負債の部	
科目	決算額	科目	決算額
流動資産	145,868	流動負債	44,341
固定資産	435,885	固定負債	36,408
基本財産	368,507	負債の部合計	80,749
その他の固定資産	67,378	純資産の部	
		基本金	1,000
		国庫補助金等特別積立金	337,939
		その他の積立金	3,472
		次期繰越活動増減差額	158,593
		(うち、当期活動増減差額)	(127)
		純資産の部合計	501,004
資産の部合計	581,753	負債及び純資産の部合計	581,753

資金収支計算書

自平成30年4月1日 至平成31年3月31日
(単位:千円)

勘定科目	決算額
事業活動による収支	
事業活動収入計(1)	564,578
事業活動支出計(2)	553,909
事業活動資金収支差額(3)=(1)-(2)	10,669
施設整備等による収支	
施設整備等収入計(4)	0
施設整備等支出計(5)	3,680
施設整備等資金収支差額(6)=(4)-(5)	△ 3,680
その他活動による収支	
その他の活動収入計(7)	6,291
その他の活動支出計(8)	10,362
その他の活動資金収支差額(9)=(7)-(8)	△ 4,071
当期資金収支差額合計(10)=(3)+(6)+(9)	2,918
前期末支払資金残高(11)	120,726
期末支払資金残高(10)+(11)	123,644

事業活動計算書

自平成30年4月1日 至平成31年3月31日
(単位:千円)

勘定科目	決算額
サービス活動増減の部	
サービス活動収益計(1)	544,949
サービス活動費用計(2)	554,011
サービス活動増減差額(3)=(1)-(2)	△ 9,062
サービス活動外増減の部	
サービス活動外収益計(4)	19,629
サービス活動外費用計(5)	5,560
サービス活動外増減差額(6)=(4)-(5)	14,069
経常増減差額(7)=(3)+(6)	5,007
特別増減の部	
特別収益計(8)	321
特別費用計(9)	5,201
特別増減差額(10)=(8)-(9)	△ 4,880
当期活動増減差額(11)=(7)+(10)	127
当期活動増減差額の部	
前期繰越活動増減差額(12)	158,466
当期末繰越活動増減差額(13)=(11)+(12)	158,593
その他の積立金取崩額(14)	0
その他の積立金積立額(15)	0
次期繰越活動増減差額(16)=(13)+(14)-(15)	158,593

依田窪福祉会 新評議員・役員の皆様 (敬称略)

評議員		理事		監事	
羽田健一郎	伊藤 定衛	渡邊 和美	甲田 伸子	名倉 俊城	
小川 純夫	竹内 克彦	鬼頭 寿	大島美千代	村岡 裕	
三澤 弘道	萱津 公子	伊藤 博一			
小宮山正幸		横沢 正			

特別養護老人ホーム ともしび



先日、洗濯室を見る機会がありました。洗濯が済んだ服は染みひとつありません。しっかり洗濯され、きれいに畳まれています。

ともしびで洗濯業務をしている職員は介助員として、シーツ交換や清掃、居室のゴミ収集などを担当しています。介助員がこうした業務を担っていることで、介護の職員は介護に専念できます。そしてご利用者の清潔な環境を保つことができ

ています。また、これらの業務は、地域のボランティアの皆さんにもお手伝いいただいています。改めて、日々の業務を丁寧に行っている皆さんに感謝の気持ちでいっぱいになりました。

作業は効率化が必要です。しかし、「仕事」は職員の手を介して行うもの。十把一絡げではありません。これからもひとり一人のご利用者に向き合っていきたいと思います。

いっしょに楽しく。

月に1回のお花クラブ、その季節ごとの花を自分なりのアレンジで楽しんでいます。花は目だけでなく香りでも和ませてくれます。

どうですか？みなさんの笑顔！



お天気の日にはちょっとおしゃれをしてお出掛け。心が躍るような楽しい時間を作っていきたいと思います。

厚揚げの麻婆豆腐の作り方(約3人分)

- 厚揚げ 1枚 •豚ひき肉 100g •しょうがの薄切り 1~2枚
- 豆板醤 小さじ1 •鶏ガラスープの素(顆粒) 小さじ1塩 少々
- 片栗粉 大さじ1/2 (水大さじ1で溶く) •サラダ油 大さじ1
- しょうゆ 大さじ1/2 •万能ねぎ 適量 •水 150cc

- ①厚揚げは食べやすい大きさに切り、ざるに入れて熱湯を回しかける。
- ②しょうがをみじん切りにする。
- ③フライパンに、サラダ油を熱し、しょうがを炒める。
- ④香りが立ったら、ひき肉を加えて炒め、厚揚げ、豆板醤、鶏ガラスープの素、塩少々、しょうゆ、水150ccを加える。
- ⑤煮立ったら中火にして3~4分煮て、水溶性片栗粉を加え、大きく混ぜてとろみをつける。
- ⑥器に盛り付けて万能ねぎを散らす。

本日のバランスランチ

スマイルフィットネスで人気のバランスランチ。今日のメニューはこちら。



- ご飯 •中華スープ
- 厚揚げの麻婆豆腐
- 茄子のオイスター炒め
- あさりと小松菜の酢味噌かけ
- ジンジャーミルクプリン

【厚揚げ】

木綿豆腐を水切りして揚げた生揚げ豆腐(厚揚げ)は、水切りした分だけ絹豆腐や木綿豆腐と比較して栄養素が凝縮されています。たんぱく質、カルシウム、鉄分、ビタミンK等が特に多く含まれているため、骨粗しょう症や貧血予防に効果的です。

依田窪福社会居宅介護支援事業

残暑バテにご注意!!

「残暑バテ」とは5月ごろから始まった暑さの疲れの蓄積、残暑の暑さが原因となり体調を崩すことをいいます。時期としては8月下旬から9月半ば頃が目安となりますが、近年は残暑が厳しく10月ごろまで続くこともあります。

残暑バテの症状

- ・目覚めの悪さ・疲れやすい・疲労感・めまい・立ち眩み
- ・胃腸の調子が悪い・食欲不振

残暑バテにならないために

1. お腹や足を冷やさないように靴下、腹巻を使用しましょう
2. いつもの歩きを大股や早歩きに変え、軽い運動を心掛けましょう
3. 38～40℃のお風呂に10～30分ほどかけてゆっくりと入りましょう
4. 昼寝を取り入れるなど睡眠時間をしっかりととりましょう
5. 冷たいものを控え身体を温めてくれる食材で栄養を摂りましょう。
うなぎ、豚肉、ニンニク、枝豆、そばなどがお勧めです。



まだまだ暑い日が続きますが、残暑バテにならない様意識をし、残りの夏を快適に過ごしましょう。

参考：産業保健新聞

ヘルプーステーション こすもす

新しい仲間が増えました!!

4月より異動の為、2名の職員がこすもすの仲間入りをしました。

ヘルパーとしては初心者ですが、介護経験は豊富な2人です。新しい風が入り、新生こすもすとして地域の皆様の生活を支えていきます。

私たちは、ご利用者ひとり一人の、その人らしさを大切に考えています。これからも安心して在宅生活が送れますよう援助してまいります。



寄り合いからさわ

からさわのご利用者はとにかく明るい。まずは迎える車中でちょっとしたことで笑いの渦が起き、到着してお茶を飲みながら笑いの渦が一箇所から起き、それが他の場所にも移り段々と広がって最後には全体で大きな笑いの渦になります。笑いの内容は様々ですが共通して言えることは、ご利用者の皆さん全員が「からさわに来て楽しもうという気持ち」を持っていることです。

笑いは健康の源とも言われています。これからも大いに笑いの渦を作っていただきながら、いつまでも健康でいて頂きたいと思っております。



“おごっそう”と一緒に

皆さんの“おごっそう”とは何ですか？

「刺身、寿司は美味しいね〜。」
(そうですね)
「おいなりさん うんまいね。食べたいね。」
(いいですね)
「お世辞じゃないよ。デイのお粥さんとお味噌汁が一番だよ。」
(ありがとうございます。デイ長門では地元のお米・野菜・信州味噌を使い、愛情たっぷりの直営キッチンで作っています。)

核家族化や生活時間の違いから高齢者のお一人飯が多くなっています。

デイ長門ではお知り合いの方と楽しく会話をしながらの食事を大切にしています。楽しい雰囲気です。美味しいと感じて食することが栄養となっていきます。

夏、食欲が減る時こそデイ長門の食事をお楽しみください。

ある日、おごっそうを食べに行きたい、との要望にお応えし外食に出掛けました。

「美味しいうなぎがいいなあ。」
久しぶりの好物で満腹、そしてとにかく楽しかった。最高に大満足！との感想をいただきました。
ご利用者の楽しみは職員も一緒に楽しめます。

**楽しいは美味しい。美味しいは健康。
健康は長生き。長生きは幸せ。**



小規模多機能型居宅介護 大門の家

できること

大門の家では、ご利用者ができることをできるだけご利用者にやらせようように心がけています。当たり前のことなのですが、介護することを仕事としている私達は、一生懸命やっているうちに、気付くとご利用者ができることまでお手伝いしてしまっている事があります。ご利用者にとって、手伝ってくれるのはありがたいけど、やりすぎは迷惑ですね。

野菜作りや食事作りなど、ご利用者が若い頃の経験や長い間自分の仕事としてやってきた事を、大門の家でもやれるように準備し、力をお借りしています。ご利用者も自分の役割に真剣に向き合ってください、と

ても良い表情をしてください。

大門の家での活動を通して、より元気になっていただけるような環境づくりをこれからも続けて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

「いもむし」ってなあに?

グループホームでは今年も中庭に小さな家庭菜園を作りました。

「今年はジャガイモを作ろう!」ということで初挑戦!!

平均年齢90歳を超える皆さんが、草むしりのお手伝いやアドバイスをして下さいました。

ある日のことです。なんと殆どの葉っぱが虫に喰われています…

畑素人の職員はショックで言葉がありません…「一体何に喰われてしまったんだろう」

ご利用者さん「いもむしだでや!!」

職員「ん???いもむしってあの幼虫の?」

利「赤い小さいの!!」

職「赤い幼虫なんていないですよ!!」

利「赤い黒い斑点のあるやつだでや」

職「赤い黒い斑点のある幼虫…???見たこともない…」

利「いもの葉っぱを食うからいもむしって言うだに!!」

職「全然わからない…私の思っている「いもむし」と違う…(TT)」

利「わからなきゃいいわ。でも葉っぱが食われても、実はなってるじゃねえか?」

職「そうなんですか??」←職員笑顔(^^)

グループホームでは、ご利用者さんと職員があーでもない、こーでもないと言いながら毎日にぎやかに楽しく日常生活を送っています。

人生の大先輩に教わることがたくさんあります。そのおかげで皆でおいしいジャガイモがいただけました。



…しかし一体「いもむし」って何だったんでしょう????

デイサービスセンター和田

可能性は力なり

集団レクリエーションの一つとして、デイサービスで「ポッチャ」を行っています。一つの白いボールをめがけて持ち手のボールを投げて競う競技です。

レクリエーションに加えてから1年以上経ちますが、皆さんかなり腕を上げたので最近は投げる距離を長くしました。ルールも徐々に難しくしていく予定です。

こうした集団レクリエーションは、一人では作れない雰囲気の中で、普段見ることがない隠れた能力を知る機会でもあります。予測を超えた運動能力や驚くほどの集中力、なかなか普段見られなかった性格なども飛び出します。

そうした情報を職員間でできるだけ共有し、個別のレクリエーションやコミュニケーションに繋げて、ひとり一人のデイサービスでの過ごし方に生かしていこうと心掛けています。

ご利用者と一緒に、喜んだり楽しめることを大切にたらえて、在宅生活の力にしていきたいと思えます。

デイサービスのサービス内容は、在宅での生活を続けていくことを目的として計画されます。できない部分の支援に加え、いろいろな【できること】を支援するデイサービスでありたいと思います。介護予防目的の「おたっしゃ倶楽部」も、自宅に閉じこもらない生活習慣としてぜひご利用してください。



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 夜勤の出来る方

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

通勤手当がつきます

詳細はご連絡ください。担当:岡村(85-2202)

居宅介護支援事業

正規職員

基本給 **18万5千円**～

通勤手当・住宅手当・待機手当がつきます

ヘルパーステーション ごすもす

正規職員

基本給 **15万円**～

通勤手当・住宅手当・早番・遅番手当がつきます

臨時職員

時給 **865円**～

お持ちの資格によりプラスあり

通勤手当がつきます

スマイルフィットネスともしび ご利用者募集のお知らせ

2017年9月に始まったスマイルフィットネスともしびですが、おかげ様で2周年を迎えることが出来ました。介護予防はもちろん、日頃の運動不足解消にもなります。屋内ですので天候に左右されずに行う事が出来ます。私たちとコツコツ頑張りませんか？

開催日時

毎週水曜日 10:00～11:30
13:30～15:00

指導員のもと3ヶ月間トレーニングをしていただくと、フリーコースのご利用が出来るようになり、8:30～17:30であれば、どの曜日でもご利用可能となります。

ご利用お待ちしております！ 申し込み・お問い合わせはこちらまで ☎ **0268-85-2218**

令和元年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