

ともしび ぶだより

第97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

けっして「ご利用者・職員のために」という視点は忘れない



理事長

渡邊 和美

2024年の年頭にあたり、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

旧年中はご利用者・ご家族・地域の皆様をはじめ、行政機関の皆様からの温かいご支援とご協力を賜り、心より御礼を申し上げます。

さて、昨年も新型コロナウイルス感染症に翻弄され、事業活動など様々な場面で多くの人々が影響を受けた一年でした。ご利用者とご家族の皆様におかれましても面会の制限や活動の自粛等でご心労の多かったこととお察しいたします。

また、当法人の職員にとりましても、勉強会や研修の中止等、いろいろな場面で自粛せざるを得ない状況にあり、心身ともに負担の大きい一年であっ

たと思います。

例年ですと年末年始にインフルエンザの流行のピークを迎えますが、昨年は11月から12月上旬にピークとなりワクチン・治療薬が不足の状態が続いております。

一方、新型コロナウイルスについては、全国的に収束しつつありますが、しかし再び感染拡大し、インフルエンザとの同時流行も懸念されています。それぞれの感染を避けるためにも基本的な感染対策の徹底を行っていききたいと思います。

さらに介護業界の動向に目を向けてみますと、喫緊かつ重要な課題の一つとして介護人材の確保や介護現場におけるサービス向上等革新への対応と、2024年度の介護保険制度改正に向けての対応が求められております。当法人におきましても介護職員の労働負担の軽減や人材の確保に向けた取り組みを進めております。介護者不足を補い、地域支援事業の推進を図るためには、地域の皆様、ご利用者の皆様とも交流ができ、情報交換やそれらを共有することができる有償ボランティア制度の構築が必要となります。そして、健全な高齢者の生き甲斐の場、就労の場づくりをしながら、福祉の充実を促進させるための介護人材確保の一助にしていきたいと思っておりますので、募集の際には地域の皆様の積極的なご協力をお願いいたします。

今の時期、最も関心があり注視していることは、2024年度の介護保険制度改正についてであります。不確定要素があり現時点で「こうだ」といえませんが、1にも2にも早い情報収集を行い、制度改正の結果により取り組まなければならない業務に対応していきたいと思っております。その際、決して「ご利用者・職員のために」という視点は忘れずに「サービスの質の確保」と「職員の負担軽減」を図りながらケアをより一層進化させていく所存です。

ところで、2024年は甲辰(きのえたつ)の年となっておりますが、意味を自分なりに解しますと、高齢者福祉の芽が今まで以上に成長し、より発展的な法人に姿を整えていくといった縁起のよさを表していく年であると考えています。

最後に、福祉ニーズへの対応等、今後も難しい舵取りが求められますが、このような時だからこそ前向きな姿勢で新たな成長へと繋がるような挑戦をしながら、地域高齢者のため、地域住民のために職員一丸となって精進してまいります。

末筆ながら、この新たな年が皆様にとって良き年となりますよう心より祈念し、新年のご挨拶といたします。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

令和6年 元旦

ご寄附ありがとうございました。



令和5年10月29日

● 車椅子1台

一般財団法人 信越郵便局長協会

特別養護老人ホームともしび

年をとるほど幸せになる

ともしびの介護方針は「ゆっくり・いっしょ・わがまま」です。
今年もご利用者とともに幸せを繋いでまいります。
よろしくお願い申し上げます。

職員一同

- ① くさんの笑顔を
- ② ないで迎えた2024
- ③ うぞ 今年も
- ④ あわせが訪れますように



そば祭り

感染症対策は継続していますが、去年は多くの季節行事を楽しんでいただくことができました。

制限していた面会是一部緩和しました。面会のご利用者の笑顔と、ご家族やご友人との温かい会話が広がります。どうぞお越しください。



文化祭



和田宿ステーションのおやきの日



家族会とのもちつき



ともしび駅伝(職員チーム)

依田窪福祉会居宅介護支援事業

出掛けてみるかあー

年齢を問わず冬は家に閉じこもりがちになり、外出の機会が減ってしまいます。更に歳を重ねるごとに筋力や体力が低下し、痛いところも増え、だんだんと外出すること自体が面倒になりますよね？

そうなると、友人との交流が減り、ご家族としか話さなくなるため、会話の回数が減少し、運動する機会もなくなると筋力が落ちてしまうなど、悪循環を招いてしまいます。

外出して季節の変化を感じる景色を見たり、友人と会話をする事で認知症の予防に、体を動かすことで体力向上や転倒、寝たきりを予防するなど 健康な心身を保ち、毎日の活力に繋がり、良い効果を上げることが期待出来ます。

ご利用者の中には週6回デイサービスに通われている方がおりますが、その方のパワーに支援者側が元気をもらっています。

心身共に元気な毎日を送るためにも、私たちケアマネジャーに外出のお手伝いをさせて頂きませんか？ 一度、ご相談下さい。



デイサービスセンター武石

季節をおいしく味わって

秋が深まりつつある、午後のひととき。デイサービスでお茶会を開きました。

今回は、お手前は略式ですが、お抹茶をたてて召し上がっていただきました。まずは職員のお手前で一服。お菓子は手作りのサツマイモ巾着です。昔少しやったことがあるというご利用者もいらっしゃいましたので、お誘いしてお茶をたてていただきました。お抹茶を頂いたのは初めてという方にも挑戦していただきました。ゆったりとした時間を皆さんと過ごすことができました。



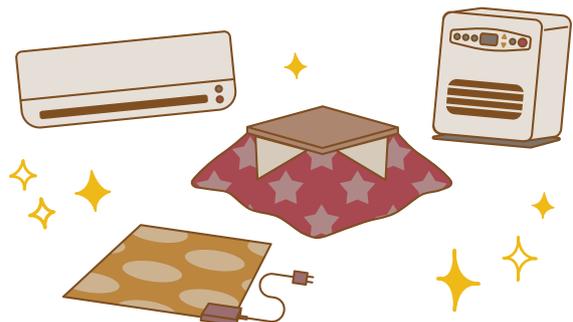
12月7日は、新そば祭り。信州 長和蕎麦会の武石会員4名の方により、皆さんの目の前でそば打ちを実演していただきました。そば粉から完成まで、見る間に形が変わり何度も歓声が上がりました。そして、昼食はお好みを伺って〈もりそば〉〈かけそば〉を頂きました。「旨い」「お～いしい!(^~^)!」「こんなに細いよ!すごいねえ」武石地域の方にお蕎麦を打っていただき、交流の機会を持ったことに心より感謝です。



ヘルプステーションしすもす

冬季は暖房器具を頻繁に使用する時期です。最近ではエアコンの【暖房】を使用するご利用者宅が増えてきました。リモコン操作なので、ちょっとした押し違いで冷房になってしまっていたり、逆に高温に設定されていて室内が暑くなっていた、ということも訪問先で何度かありました。また、電気毛布やこたつのスイッチは入っていても肝心のコンセントが抜けていた、ストーブが点火しない、電池が切れている…なども。いずれにしても、寒い時期にきちんと暖が取れないということは、身体に影響し体調不良や生命の危険に繋がります。

ご利用者宅の暖房器具がきちんと使用できているかを確認し、環境を整えることは私たちヘルパーの大事な役割でもあります。



さあ～歩こう！

各地で暑さの記録を更新した夏、ご利用者の体調がとても心配でしたが、どうかお元気に過ごすことができました。ところが今頃になって、暑さに耐えてきた身体が悲鳴をあげているのか、自宅での転倒や体調を崩す方が多くなりました。

この冬を乗り切るために、何か皆さんで出来ることはないのか…と悩んでいたところ、ちょうど昨年末に、隣の「いこいの丘公園」がリニューアルオープン。遊具が付き、子供たちの声が増える中、ウォーキングをしながら足腰を強くしよう！と考えました。

今までの散歩と違い、ウォーキングステッキを使用し足腰強化。

今までは散歩だったが、歩行訓練という目的で歩ける方たちに声を掛け身体づくりをしていこうと計画をしました。

歩いていける距離を活かし、楽しみながら木々を見て、子供たちの声を聞いて笑顔になり、また自然と足が進む。そんなウォーキングが出来ればと思います。

より良い環境の中で過ごすことが出来ているので、これを活かしご利用者が長くこの地域で暮らせる手助けが出来ればと思います。春に向けて筋力アップに取り組めます！



小規模多機能型居宅介護

大門の家

医食同源

「骨付きじゃちょっと難しくない？食べられる？」初秋の頃、収穫祭と称し、秋刀魚の炭火焼きを提供する際の一場面です。心配はあるけれど…やっぱり丸で焼いて食べる方が断然おいしい事はわかっています。「お出ししてみても食べられそうになかったら、そこで対応すればいい」という事になり、ご利用者には1尾ずつお出しする事にしました。

青空の下、紅葉を眺めながら炭火で焼いた焼き立ての秋刀魚と地域の方々からいただいた野菜をふんだんに使った具沢山の汁に「美味しい！」と声が挙がり、頬が緩みます。職員の心配をよそに皆さん上手に骨を取り、召し上が



られました。

られました。

大門の家では手作りお昼の他、おやつ作りの得意なスタッフの指揮のもと おやき、アンパン、スムージー、羊羹、煮豆などを皆

で作っては食べ、食べては作りをしています。そのお陰か、大門の家のご利用者はとてもお元気です。元気の源は美味しいものを美味しくいただくという美食の楽しみにあるのかもしれないと感じています。



グループホーム 和田

この度めでたく白寿のお祝いを迎えられた方がいらっしゃいました。

特別な一日に立ち会うことができた私たち職員もご利用者のみなさんと一緒にお祝いをし、グループホームが嬉しい気持ちに包まれました。

今後も変わらぬお元気でいつまでも幸せに暮らしていただけるよう職員一同なお一層寄り添っていきたくと思っています。



良く晴れた日に湯遊パークとともにしび博物館へ紅葉ドライブに出かけました。

デイサービスセンター 和田

アニマルセラピー

デイサービスセンター和田にはセラピー犬として、トイプードルの『もんちゃん』が職員と一緒に出勤しています。アニマルセラピーが高齢者の健康や疾患に有効との話を耳にします。医学的根拠ははっきりと示されていないとのことですが、明らかに犬と接するご利用者には笑顔が増え、優しい表

情が見られています。自然と手をのばし、通り過ぎる際には声をかける、そんな温かいやりとりが、和やかなデイサービスの雰囲気をつくっています。もんちゃんはとある事情で保護された保護犬でした。年齢は11歳 人間で例えると60歳を超えるシニア犬です。吠えたり、走り回ったりせず、優しく寄り添ってくれています。ご利用者と職員ともんちゃん、3者の良好な関係が築かれています。



令和6年1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