



グループホームは 六尾の郷 毎日元気です!!

六尾だより

題字

K

様

(ケアハウス長寿苑)

第28号

発行

社会福祉法人長寿会

京都市信達六尾547

TEL.072-483-7260

www.chojukai.or.jp



グループホームの1日は体操でスタートします。朝食後、2階の方々が1階へ降り、全員で体操を行います。「おはようさん」と声をかけあい体操仲間のような挨拶です。スタッフも一緒に行ないます。

「体を動かすと気持ちがいいね」「目が覚めるね」など皆さん元気いっぱいです。

体操はおもに、「ラジオ体操」と「京南WAO体操」です。グループホームは日常の生活そのものが心身の活性化を図り認知症の進行を遅らせる大切な要素となっています。

掃除や家事をスタッフと一緒にする、レクリエーションで体を動かしたり、貼り絵などの芸術作品を作ったり、歌を唄い美声を響かせることも要素の一つです。また、あつとほーむのクラブ活動や特養での催し物に参加するなど他施設との交流も行ない楽しい時間をすごしています。

夏の暑い日も、冬の寒い日も、「いつまでも元気だよ」「う」を合言葉にこれからも毎日を充実して過ごしていけるようにがんばっていきます。

ケアプランセンター六尾の郷

ケアマネージャーのお仕事紹介の巻

介護保険制度が始まって13年、介護保険も私達の暮らしにすいぶん浸透してきました。その中で「ケアマネージャー」という言葉を耳にしますが、いったい何をしてくれるのか??というお声をよく聞きます。

そこで今回、ケアプランセンター六尾の郷のケアマネージャー忍者隊がわかりやすくご紹介させていただきます。

**其の壱 相談の巻**

介護の事でお困り事などご相談に伺います。

例①お風呂に入りたいけど一人で入る事に不安がある。

例②足腰が痛くて掃除や調理等の家事ができてにくくなった。

其の弐 サービス調整の巻

ご希望に応じたサービスを調整します。

例①安心して入れる様にお風呂の椅子や手すり、ヘルパーさんやデイサービス、デイケア等の利用を検討します。

例②ヘルパーさんの手助けや配食サービスなどの提案を行います。

**其の参 計画作成の巻**

計画書(ケアプラン)を作成し、それに基づいたサービスを開始します。

ご利用者様の意向に沿ってどのサービスを週何回利用したいか等具体的に話し合い、決めていきます。

**其の四 満足度評価の巻**

サービス内容が満足できているか聞き取りを行い見直しなどを行います。

サービスを利用してから困り事が解消し満足できているかを確認し継続的にご支援させていただきます。

**其の伍 お手伝いの巻**

介護保険の申請や更新手続きをします。



ケアマネージャーのお仕事を分かって頂けましたか?
私達ケアマネージャーは皆さんが住み慣れた地域で
安心していつまでも過ごしていただけるように
お手伝いさせていただきますのでいつでもお気軽に
ご相談ください。



特養 六尾の郷には、利用者様がより快適にお過ごし頂く為に「レク・食事委員会」「ブログ・研修委員会」「美化・整容委員会」「サービス向上委員会」「事故防止委員会」「安全対策委員会」と、6つの委員会があります。

その中から、「サービス向上委員会」の新しい取り組みをご紹介します。

特養での何気なく日常から溢れる「ほっと出来たひととき」を、日々汗を流しながら、利用者様と笑顔で接している職員同士が共有出来る様にと「ホッと報告書」という一言のメモから始まりました。

この報告書は誰にでも簡単に書けるように工夫がされており、

特別養護 老人ホーム

ホッと報告書

皆さんの心温まる
ホッとをお聞かせ下さい!!

ス向上に繋げる為の意識付けを目的としています。

また、全ての職員に「ホッととした事」を伝える事で、利用者様や職員に意外な一面や温かいエピソードや、新しい発見、それぞれの思いを共有する事が出来、新たな気持ちで向き合える、ある意味「リセット」も含まれています。

職員から集まった「ホッと報告書」は、サービス向上委員会でまとめられ、月に一度のケア会議内で発表されます。

その報告書がこれです！



集まった中から毎月「ベストオブホッと」をサービス向上委員会から発表しています。

その中から一部内容を抜粋しご紹介致します。

☆食べる事がほとんど出来なくなった利用者A様。日中のほとんどをベッド上で過ごされていたが「散歩に行きたい」というご本人の希望で看護師のTが体に負担が掛からない様に注意しながら1階のロビーまで、気分転換に外出。

ニコニコと素敵な笑顔でトロミを付けず、ストレートのジュースを美味しく飲まれているA様。「ありがたうなあ。ありがたう。」と繰り返すA様。優しい眼差しでA様を見つめているTさ

ん。その光景にホッとしました。実は、利用者A様は、先日施設にて家族様や職員に見守られながら、看とられました。

この月の「ホッと報告書」は、施設での看とり対応の利用者様に「どう関わっていかか...」「ご家族のお気持ちにどう寄り添えるか...」と深く考えると共に、一緒に添いたい気持ちが溢れる報告書がたくさんありました。

実際に、「ホッと報告書」を書くようになってから、家族様や利用者様との関わり方やケアの仕方について、職員間で何度も話し合い、家族様の精神的ケアについても更に考えるようになりました。今後も職員の気持ちを一つにして、利用者様一人ひとりと温かい時間を共有していきたいと思えます。

また、不定期ではありますが、長寿会のブログ「長寿会 言いたい放題」で、利用者様のご様子を「ほっと一息」で投稿しています。素敵な「ほっと」を報告しますので楽しみにして下さい。

最後におまけですが...

夜勤明け職員(3名)が、揃って明るく元気に「お疲れ様ー!!」とタイムカードを押す姿に「ホッと！」

〈特養 T・S〉



この報告書の目的は家族様や利用者様と積極的に関わる事で、より良い信頼関係を築き、施設サービ





泉南市地域包括支援センター 認知症サポーター養成講座

地域包括支援センター六尾の郷では認知症を知って理解してもらう活動の一つとして「認知症サポーター養成講座」を開催を泉南市と共にバックアップしています。「認知症サポーター養成講座」とは講座を通じて正しく認知症について知って頂き、認知症の人と家族への応援者「認知症サポーター」を養成し、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを目指すものです。「全国で100万人のサポーターを養成しよう」と平成17年に始まり、平成25年6月30日現在、全国で420万人のサポーターが誕生。当初の目標の4倍の方がサポーターとなっています。認知症への問題意識と関心の高さが反映されていると感じます。

私たちの住む泉南市では現在7000人の方が講座を受講し、サポーターとなって頂いています。また、昨年から現在までの一



地域の方にも講座を行っています。昨年度は講座を受けた小学校の生徒さん、地域の方の協力で「徘徊模擬訓練」も行いました。

わかりやすく理解してもらうためクイズや紙芝居、寸劇を用いることもあります。



泉南内の小学校・中学校・高校の生徒さんや先生も講座に参加。

の依頼や認知症だけでなく高齢者の相談などがございましたら、地域包括支援センター六尾の郷にご連絡を下さい。

泉南（輪を）！泉南（W）忘れたも、だいじようぶ、A あんしんとO おもいやりの町（せん）な（ん）をキャッチコピーに今後も活動していきます。皆様からの講座の依頼や認知症だけでなく高齢者の相談などがございましたら、地域包括支援センター六尾の郷にご連絡を下さい。

年約130箇所で開催。自治会、職域、学校、医療・福祉施設、行政、その他団体など、年齢、職域を問わず養成講座を開催しています。今回は実際の「認知症サポーター講座」の様子を紹介したいと思います。認知症について正しい知識を持った応援者は必要です。泉南市では「WAO（輪を）！泉南（W）忘れたも、だいじようぶ、A あんしんとO おもいやりの町（せん）な（ん）をキャッチコピーに今後も活動していきます。皆様からの講座の依頼や認知症だけでなく高齢者の相談などがございましたら、地域包括支援センター六尾の郷にご連絡を下さい。

小規模多機能 あつとほーむ あつとほーむの壁面づくり



をしました。完成作品は、屋外からも見ていただけるよう窓際に吊るし、送迎時には「外から見るひまわりもかわいいなあ。」と利用者様の話題のタネです。また、職員も「なかなか

あつとほーむでは、季節に応じた壁のぼりや紫陽花、あさがおとといった壁面を利用者様と共に作成しています。今回は、「ひまわり」の作成風景をご紹介します。まずは、花びらを型取り切るチーム、茎や葉に色付けするチームと皆様の得意分野に分かれていただきました。



型取りチーム



色塗りチーム



素早く作業をされる方は「次は？どれしたらいいん？」と積極的に、「こんな難しいわ。」と言いながらも職員と一緒に真剣に作業される方と様々です。



の迫力やなあ。」と自画自賛。秋には「ひまわり」以上の壁面作品を、とのフレッシュさも感じつつ皆様と話し合い、現在作成中です。あつとほーむの近くをお通りの際は是非、窓に注目してくださいね。



ひまわりの中心部は紙皿に色付け



グループホーム いずみに 広場誕生!!

今年グループホームいずみには芝生のあるちょっとした広場ができました。

春にはさっそく桜の木がみごとに花を咲かせました。食堂の窓から見えるので、「満開やわ」「きれいやね」とみな口々に感嘆の声をあげていました。

ほんのわずかですが、広場のはしには野菜も植えています。

トマト・ゴーヤ・きんかん・みかんの木がありますが、今は成長中で、収穫はまだまだ先になりそうです。

近ごろやっとトマトが小さい実をつけてくれました。

気候のよいころには広場でお茶会をしました。

「坊主めくりしよう!」という入居者さまの声で、

急きょカルタを持ち込み、みんなでワイワイ楽しみました。

毎年恒例の七夕地域交流会も今年は広場で行いました。

外でのごちそうに食欲がそそられるのか、日ごろ小食な方もよく召し上がっていました。最後は腰痛予防の体操でしめくり、

みんなで元気に体を動かしました。

暑さ寒さが和らぐ季節になったら、

またみなさまに広場で過ごす時間を楽しんでいただきたいと思います。



ケアハウス長寿苑 1泊2日の旅

ケアハウス長寿苑では毎年、春になると1泊2日で旅行に行っています。今回は四国・淡路のバス&フェリーの1泊2日旅行となりました。

4月10日、男性4名、女性8名の12名でいざ出発。苑からバスに乗り込み最初の目的地、淡路島ハイウェイオアシスへと向かいました。道中、みんなでワイワイとおやつを食べながらバスの中から景色を見て「ここは昔、働いていた工場やねん。」と思いついた話を語ってくれました。目的地へは約2時間あつという間に到着です。ここでは昼食と高台から明石大橋を見ることになっていました。そこで記念に1枚、集合写真を撮りました。昼食の後は少し運動を兼ねて「あわじ花さじき」へ行き季節の花を見て散策。とっても見晴らしがよく、キレイな花々や海を見ていると鳥の鳴く声が…。「これはヒバリやなあ。この鳥は地面に巣を作って卵を産んだのを空から見張ってるんや。子供の頃、よく巣をさがしたもや。」と言っておられました。その



後、たこせんべいの里でお買い物。ホテルへ到着。チェックインを済ませそれぞれの部屋に別れ、少し休憩した後温泉に入り疲れを癒しました。温泉から出たら、さあ、お楽しみ宴会。宴会場では、食事の用意もほぼ整いカラオケのセットまで用意して下さっていました。料理は美味しい

ものばかりで一人鍋や新鮮なお造りなど堪能したら自慢の歌声を披露しておられました。食後は部屋に戻りゆっくりと休まれ、男性部屋では就寝前、職員を含む5人で普段、長々と会話をすることは少ないが、この夜はゆっくりと色々なお話をさせていただきました。たが久しぶりの旅行となり少し疲れたのか会話の途中、1人が寝てしまふと順番に2人、3人と知らず知らずの内に皆さま眠られてしまいました。

翌朝、目を覚ますと皆さま起床され、朝食前に「お風呂へ行きたい！」と言われ朝風呂へ行く事になりました。普段、朝風呂に入ることがないのでこんな時くらいはのんびりと朝風呂に入りました。浴後はそのまま食事の会場へ向かうと朝から豪華な料理がテーブルに並んでいるのを見て「朝からこんなに食べられないよ。」と言いつつ「こちそうさま」をされました。チェックアウトを済ませ帰路ではフェリーを使用する為、徳島港へ向けて出発。途中、渦潮を見



てから昼食を食べこれから乗り込むフェリーに胸を弾ませ港に到着。フェリーではあらかじめ座席を抑えてもらっていた為、ゆっくりと乗船することが出来ました。フェリーがゆっくりと出航すると少し興奮しておられ甲板へ出て少し風に当たったりフェリーの速度が上がってくるのと怖くなってきたのが「もう、中に戻る」と言われ座席に戻ってみるとそこではお腹も満たされ疲れも出た数名はお昼寝タイムに突入。気が付けばフェリー乗船時間の約2時間はあつという間、和歌山港に到着。そこからは再びバスに乗り無事に長寿苑へ戻り来年の旅行に行けるように足腰が衰えないようしっかり健康管理するので皆さま言っておられました。このような感じで年に一度ですが楽しみにして頑張っておられます。

デイサービスセンター六尾の郷

夏だ！ カキ氷だ！

今年は例年に比べ猛暑が続く日が多かったですね、デイサービスではこの時期になると「喫茶店みたいな美味しいかき氷が食べたい」との意見が多くご要望にお答えし、7月8月と【カキ氷祭り】を計4回20日間開催致しました。みなさん大変好評だったので今回は【カキ氷祭り】の様子をご紹介します。



このカキ氷機が大活躍！
ご利用者様からは「見てい
るだけで暑さが飛んでいく」
と皆さん「カキ氷」が出来るの
をワクワクと待ちわびています。



お味はいかがですか？
「やっぱり夏はカキ氷かな」「汗
が引いて美味しい」と、みなさん
美味しく食
べています。



今年も10月12日（土）「第2回 長寿会秋まつり」を開催いたし
ます。今回ご紹介させて頂いた「カキ氷」はもちろん、その他色々
な飲食・ゲームをご用意しておりますので、「長寿会 六尾の郷」
へ遊びに来て下さいね。
皆様のご参加お待ちしております。



第14回

この仕事について
思い出に残るエピソード

ケアハウス長寿苑

S



ケアハウスで勤務させていただき、7年が
過ぎました。
当施設では、自立の方や介護サービスを利
用されている方や利用されていない方、様々
です。

これまで入居者さまの知恵や経験に私自身学ばせていただく事が
多く、その中でやりがいや喜びを見出してきました。

特に休日明けには「寂しかったわ。」と言っていただけた事が本
当に嬉しく感じました。毎日、入居者さまと接するうちに、信頼関
係が形成できると、自分の方が逆に癒されたり励まされたりし
ている事に気付かれます。

これからも、その方が生まれてきた軌跡を大切に、毎日の生活
が穏やかで、楽しく生活していただけるように、援助していきたい
と思います。



N

「私が出会った人達。」
私は入社をして今年で10年になります。今
まで色々な入居者の方との出会いがありまし
た。その中でもいくらかの方たちが記憶に
残っています。その理由を思うと、その人た
ちは心のありようが正しく苦を乗り越える方法が自然に備わって
いたのかも知れません。ところで私達の心は本来、情けないもので
す。古来から祖師の方々の言葉で「少浴知足」「一期一会」「即今只
今」「寒翁の馬」「天網恢恢疎にして漏らさず」とありますがこの意
味を知らなくても実際、ご自身がこれを体現されていた方々です。
口から出るのは感謝のみ。皆さん風のように爽やかに通り過ぎて行
かれました。

「他人のふり見て我がふり直す」の譬えのごとく私もこれからの
後半の人生を出会った人達の行った道を辿って行きます。



第7回

見せます!! 私のOFFを!!

長寿会で働くスタッフをより皆さまに知っていただく好評の連載。
今まで知らなかった仕事以外のあんな顔こんな顔をお見せします!

K

ON

(グループホームいずみ)

半年に1度は子供3人と両親の大家族で旅行を計画しています。この夏は沖縄へ行って来ました。子供達は沖縄はもちろん、初飛行機に乗れ終始テンションUPで、楽しい時間でした。普段の休みは、海で遊ぶことが多いです。まだまだ小さいので海を怖がっていますが、子供達と将来はサーフトリップに行けるといいなと思っています。



OFF

OFF



T

ON

(小規模多機能 あっとほーむ)

幼く見られがちな僕ですが、こう見えても二児のパパです。休みの日は専ら家族サービスです。子供と公園やプールに行き遊ぶことが多く、子供の笑顔を満喫しています。また、仕事から帰った時でも、「おかえり〜!!」と走り寄ってくる子供の姿にホッと癒され、疲れも一気に吹き飛びます。



OFF

OFF



OFF



掲示板

広報誌に関する感想・その他なんでも結構です。
皆さまの生の声をお寄せ下さい!

リアルタイムな情報はこちら

長寿会言いたい放題

検索

<http://blog.chojukai.net/>

〒590-0515 泉南市信達六尾 547 番地
TEL.(072)483-7260 FAX.(072)483-7261

高く澄みきった青空の日が続きます。1年で最も過ごしやすいくこの季節皆さま、いかがお過ごしでしょうか?
実際に原稿を作成している時期は暑い暑い猛暑の中で作成的にかかるのですが、今年の夏は特別に暑い日が続きませんでしたね。皆さまは夏バテなどにはなっていないませんか?この六尾だよりの発行の時期には秋祭りの準備などに取りかかっておられる事でしょう。そうしている間に年末が来て新年を迎える事になりあつと言いつつ時は経って行きます。時の流れに遅れないようにこの六尾だよりも進化したいと思っております。
それゆえにこれからも皆さまの生の声を取り上げご要望に沿えるような記事を載せて参りますので、今後ともよろしくお願いいたします。

編集
後記

