

小規模多機能型居宅介護 あっとほーむ六尾の郷

「長寿会公園でラジオ体操!!」

～下肢筋力向上に向けての取り組み～



利用者様から、あっとほーむ六尾の郷の初回利用時に「リハビリがしたい」との話がありました。私達も利用者様の『～したい』の声に応え支援をと思っていたところに長寿会公園の完成と重なり、公園への散歩を日課にしました。前年度より法人全体での取り組みで毎週水曜日に公園でのラジオ体操にも参加し、体を動かす事を重視しています。

ラジオ体操の始まりの合図は利用者様に馴染みのある美空ひばりさんの『お祭りマンボ』です。長寿会公園に集まってからはラジオ体操、健康遊具を使用した運動、散歩それぞれ利用者様が思い通りの運動をされています。

ラジオ体操は昔から馴染みの体操で、曲が流れると自然に体が動き、利用者様も無理のないように、車椅子や椅子に座って実施しています。外の風、太陽の日差しは季節を感じて頂けて、室内で実施する体操とは違い清々しい気持ちで大きく体を動かすことができます。

あっとほーむ、特養、グループホーム、ケアハウスの利用者様が集まれスタート!!

天気の良い日は上を向くと「眩しいよー」「気持ちいいわ!」とやる気満々です。

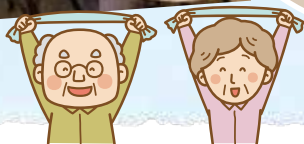
ラジオ体操が終わると特養2階のラウンジの六尾喫茶に行き水分補給をします。

手作りおやつと飲み物を選び、ご自身で選ぶ楽しみも脳の活性化にも繋がります。

「豪華やなー美味しいなー」と利用者様は喜ばれ完食されます。六尾喫茶の月替わりのメニュー表をお配りすると、自宅に持ち帰り、毎週楽しみにされています。

利用者様、それぞれの下肢筋力向上や、喫茶での他部署の利用者様との交流を持つことで、活動的な生活を目指しています。

あっとほーむ六尾の郷 N



六尾だより

題 字
K 様

(あっとほーむ六尾の郷)

第51号
発行

社会福祉法人長寿会
泉南市信達六尾547
TEL.072-483-7260
www.chojukai.or.jp





ケアハウス長寿苑



めざせ！全国制覇！！ご当地料理の旅

旅行先で、ご当地料理を食べる事は、旅の楽しみの一つ。

ケアハウスでは、旅行する機会があまり無い利用者様に、ご当地料理を食べ旅行した気分を味わってほしい。昔食べたご当地料理を食べ、旅行した時の事を思い出して頂きたいという思いから、令和4年4月から毎月1回、昼食時に『ご当地料理の日』を行い、ロビーの日本地図に食べた料理と都道府県を書き込んでいます。

初回は、鹿児島県の鶏飯。お正月には、三重県のお伊勢参りで、伊勢うどんと赤福餅。時には、秋田県のきりたんぽを食べながら、なまはげに厄災を祓ってもらったり。

今では、利用者様に集まって頂き、「〇〇県のこの料理が美味しかったよ」「〇〇のご当地料理は、あんまりなじみがなかったわぁ。」と、次にどこに行くかの座談会も行っています。

全国制覇まで、後14県。全国各地に飛び回って行きます。

ケアハウス長寿苑 N

とろろ昆布お握り 富山おでん（富山県）



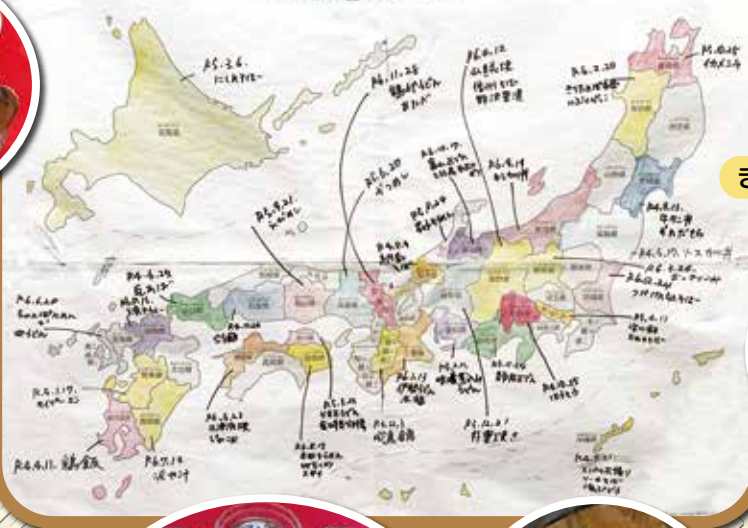
タレかつ丼（新潟県）



鶏卵うどん 八つ橋（京都）



めざせ！全国制覇！！ ご当地メニュー



なまはげ



きりたんぽ

いぶりがっこ（秋田県）



冷汁（宮崎県）



焼きカレー（福岡県）



半田そうめん ちくわ（徳島県）



朴葉焼き（岐阜県）



つけけんちん蕎麦（茨城県）



特別養護老人ホーム 六尾の郷

特養では70名の利用者様が3フロアに別かれて生活をされています。皆様の「日常」を見守り共に楽しみ、安心して、明るく暮らせる居場所を提供しています。

皆様が、普段どのような生活をされているのか、利用者様の日常をお伝えしたいと思います！

パワーの源は毎日の笑顔！ 特養の日常をお見せします！



大切な家族様との面会



風鈴を作りました！

リハビリ目的です!!
みんなで
風船バレー！特別デザートです
メロンの日！作業療法をとり入れ
秋の飾りつけを
お手伝い！

～利用者様の1日～

朝6～7時頃に起床されます。暖かいおしぼりで顔を拭き、髪をとかし、モーニングケアのお手伝い。フロアで朝食を待ち「おはよう！」「みんな起きた？」「今日は朝ごはん何かな？」と同席の友人たちと会話をしながら朝食を待ちます。8時の朝食は、厨房で出来立て雑炊の日と、パンの日が、隔日でメニューが変わります。人気なのはパンの日です。アンパンやクリームパンと「パンの日やな！嬉しいな!!」とニコニコ笑顔が増えます。やはり一日を元気に過ごして頂く為には、しっかりと朝食を召し上がっていただきたいです。一人一人のペースに合わせて、完食のお手伝いをしています。

朝食後、自由な時間を思い思いに過ごされます。ベッドで休まれる方、フロアや自室でテレビを楽しまれる方、仲の良い友達と雑談される方など様々です。10時には職員と一緒にフロアの利用者様全員とラジオ体操を実施します。「頑張るよ!」「毎日、体を動かさない」とやる気満々で、座りながら、手を上げたり、体をねじったり、出来る範囲で頑張られています。このラジオ体操は心身の活性化を図り、認知症の進行を遅らせる大切な日課です。

昼食後、その時々にはカラオケや書道、季節の催し物やお誕生日会等、レクリエーションを実施しています。「今日は何するん?楽しみやわ」「私、昔は主婦やったからな。手先器用やで!」「お祝いしてもらってるなんて嬉しいねえ」と積極的に参加される方が多いです。利用者様に教わる事も多く、新たな一面が見え、学ぶ事も多いです。

夕食後、7時過ぎには、殆どの利用者様は就寝され、一日を終えられます。私達は家族様と同じ想いで、利用者様が安全・安心に過ごして頂く事と同時に、日常を楽しんで頂く事も大切だと感じています。利用者様に「六尾の郷は私の家やで!」「ここがええわ!」と言って頂ける様に、温かなお手伝いを心がけています。

特別養護老人ホーム 六尾の郷

毎週、水曜日には
リハビリ！

「洗い物ならできるよ」職員のお手伝いも！

美容師さん
8人が訪問
月に一回の
散髪日！約1キロの巨大ペヤング
と一緒に試食！いつもご飯が
美味しいです！

グループホーム六尾の郷

笑顔いっぱい

待ちにまった 家族様参加行事!!

グループホームでは毎月季節にちなんだ行事を開催しています。コロナウイルスが第5類感染症に移行され、今まで自粛していた家族様参加型の行事が行えるようになりました。家族様を招待して行う行事としてお花見会、敬老会、クリスマス会があります。グループホームで生活する利用者様は、認知症の症状がある方ばかりです。行事が終了して、しばらく時間が経つと、忘れてしまっている方もおられますが、大切な家族様と一緒に過ごしている時間はとてもいい表情をされています。「こんな楽しいことを考えてくれてありがとう」と、その瞬間の「楽しかった」「嬉しかった」と感じていただけることが大切で私達職員のやりがいに繋がります。

また、昨年のクリスマス会の翌日には家族様より電話にて「この施設に入所して本当に良かったです」や「家族以上のことをしてくれ感謝しています。また、母の顔が安心した穏やかな表情になりました」と有難いお言葉を頂くこともできました。

施設で生活する事で自由が利かず、我慢することもあると思いますが、そんな中でも少しでも多く利用者様の笑顔を見られる様に、「ここに来てよかった」と利用者様、家族様に思っただけのようなグループホームを目指して職員一丸となって頑張っていきます。

グループホーム六尾の郷 W



デイサービスセンター
六尾の郷

「干支の壁面飾り特集！！」



デイサービスでは、体操やゲーム、脳トレ、作品制作など日替わりで様々なレクリエーションを実施しています。デイルーム内の天井飾りや壁面づくりは、その時の季節に応じた作品を折り紙や画用紙だけでなく、使わなくなった毛糸や、ペットボトルのキャップなど、いろいろな物を活用し制作しています。



又、デイルームの入り口から見える正面の大きな柱には、毎年干支の絵をモチーフにした大きな壁面を一年間飾っており、年末には翌年の干支の壁面作品のイメージ案を利用者様と一緒に考えます。デザインが決まると下絵を描き、お花紙を丸めて乾燥させた材料を貼り付けていきます。

そして完成が近づいてくると、時間がかかる作品だけに皆様ワクワクした様子で「あともう少しやね」と作る工程を楽しまれています。

なかなかイメージ通りにいかずに利用者様の意見などを考慮しながら、何度もやり直しを重ねて年末ぎりぎりまで作成していることもあります。今年も何度かデザインを修正しながら無事に可愛い「巳」の壁面が完成しました。大きく迫力のある壁面に「可愛い〜」や「今年も良いのができたね」と大変喜んで頂き、自分の携帯で写真を撮られる

方もおられ、その画像を待ち受けにされ、「自分のお守り」とされる方も、手先が器用な方や苦手な方もそれぞれにできることを役割として楽しみながら参加して頂いています。

過去の作品コーナー！！！！



デイサービスに来られ一日を過ごされる楽しみの一つとして、今回は壁面づくりをご紹介させて頂きました。これからも利用者様がデイサービスに来ることを楽しみにしてもらえるように、職員一丸となって努めたいと思います。

デイサービスセンター六尾の郷 U

ケアプランセンター 六尾の郷

生き生き!! 自慢

今回は、日々向上心を持ちいつまでも努力を惜しまないF様をご紹介します。

中学校の遠足で和歌山県のアメリカ村に行った事で海外の文化に影響を受け、小さい頃からの夢であった英語の先生となり約30年間子ども達の指導者として過ごされました。英語を教えるには母国語も知るべきと国語の先生の免許もとり、退職後は読み聞かせのボランティア活動にも参加されていました。中学から続けている早朝の英語ラジオ放送を今でも聞き続けておられ、六尾の郷のデイサービスで大好きな塗り絵をされる際には英語でコメントも書かれています。



又、自身で食べたフルーツの種を植え、自宅の庭でとれたフルーツを地域の方々と「いこい」で味見をされたり、裁縫や工作で小物を作るなど常に活動的な生活を楽しまれています。

「生きる事を楽しみたい」

F様の言葉ですが、自分で限界を決めるのではなく、できる範囲の努力をし、日々の生活の中で小さな事でも楽しみを見つけないという姿勢が、私達に向上心を持って何事にも取り組む大切さを教えてくれています。

ケアプランセンターでは「やさしさ」「思いやり」をモットーにケアマネジメント業務に携わり、利用者様のより安心できる生活を目指し寄り添った支援ができるように日々精進しております。

介護でお困りの事がありましたら、ご連絡をお待ちしております。



ケアプランセンター六尾の郷 Y

ホームヘルプステーション六尾の郷

“泉南市育児ヘルプ家庭訪問事業” がスタート!! しました

令和5年10月より、泉南市の子育て支援策の一環として、家事・育児等の不安や負担を抱える家庭を支援するため、育児ヘルパーを派遣する“泉南市育児ヘルプ家庭訪問事業”が稼働しました。六尾の郷では、コミュニティーソーシャルワーカーと包括支援センターの活動拠点であることから、泉南市家庭支援課家庭児童相談室より依頼がありました。ヘルパーとしての実績、また子育ての経験者として不安を抱える家庭への手助けをしたいという想いで、育児ヘルパーを派遣することになりました。新しい事へのチャレンジは長寿会理念に通ずるところがあります。

高齢者の支援は専門職ですが、1歳未満の子育て支援をするのは初めての試みです。子育て支援を行うために、心肺蘇生法や乳幼児も救命に関することなど必要な知識や技術を習得するための研修を受けて、昨年からお家庭へ支援に入りました。

お母様は初めての子育てに一生懸命。「声のする方を向くようになった」「寝返りやハイハイができた」「離乳食をあまり食べない」など、ヘルパーが訪問して家族以外の人に、子育ての喜びや悩みを聞いてもらう事で随分と心に余裕が出来たのか、いつも笑顔で待っています。お母様の気持ちにゆとりができ、笑顔が増えることでお



この笑顔のために

子様の成長にも良い影響をもたらし、すくすくと成長してくれるものと思います。

また、高齢者の支援と育児ヘルプ事業と世代が違いますが、「困りごとの相談」「手伝って!!」「話を聞いて!!」等、幅広い年齢層にも寄り添うことができる、優しさや暖かさを届けるヘルプステーションであり続けたいです。

ホームヘルプステーション 六尾の郷 N

泉南市地域包括支援センター六尾の郷

増えてます！認知症サポーター養成講座

認知症への正しい知識と理解を持って、地域で暮らす認知症の人をそっと支える認知症サポーターをご存じですか？ 地域包括支援センターでは、認知症サポーターを増やす活動として、認知症サポーター養成講座をキャラバン・メイトの仲間と共に各地で開催しています。

コロナ禍により、一時は活動も減少しましたが、学校や公民館、地域のサロン、カフェなど様々な場所で講座を開催する機会を頂いております。また、認知症サポーターがより理解を深めることができる認知症ステップアップ講座も年1回開催しています。

このように泉南市では「W」忘れてもだいじょうぶ「A」あんしんと「O」おもしろいの町せんなん「WAOせんなん」をキャッチフレーズに認知症にやさしい町づくりに取り組んでいます。

令和7年4月からは認知症条例も施行され、認知症のある人もない人も皆が暮らしやすい街づくりが進められています。地域包括支援センターでは、認知症になっても自分らしく、生き活きと生活のできる地域作りを皆さんと一緒に行っていききたいと考えています。

その為には、認知症についての正しい理解を持ち、あたたかく見守ってもらえる認知症サポーターが一人でも多く必要となります。皆さんも機会がありましたら、是非、認知症サポーター養成講座を受講し、共に認知症のある方を見守り支える仲間になってください！

泉南市地域包括支援センター六尾の郷 社会福祉士 M



第36回

この仕事について
思い出に残るエピソード

あっとほむ六尾の郷



K
あっとほむ六尾の郷に入職前、10年程在宅ヘルパーに行っていました。支援者は韓国の女性で、片麻痺、杖歩行の方の訪問でした。訪問するといつも「お姉ちゃん来てくれたん」と元氣よく、その日にして欲しい事を一気に言われました。

炊事は左手で上手に煮炊きをされており、ある日「お姉ちゃん巻き寿司するから具材は作っているから巻いて」と言われ調理し味見をして頂くと喜ばれ、私の作る出し巻き玉子を好まれ、訪問が続きましたが半年後に、脳梗塞を再発し入院して突然訪問が終わりました。

小規模多機能施設ではヘルパー支援だけでなく、デイサービスやショートステイを取り入れ体調管理を行いながら在宅生活の継続を支援しています。今までの経験を活かし、その人の「生き方」「自宅で生活したい」を尊重し、少しでも長くその人を支えていきたいです。

デイサービスセンター 六尾の郷



U
六尾の郷に入社時は特養その後デイサービスで長年、長寿会のケアワーカーとして働いています。入社当時は特養配属で、同期もたくさんいて、毎日いろんなことを学び一日が過ぎていました。利用者様や職員とたくさんのお会いもあって、楽しい日々であっとほむという間に時間が経ちました。特養では（外出クラブ）といったイベントがあり、自分の担当利用者様と買い物へ行ったり、大型スーパーへ行き外食をする等、利用者様のしたいことや要望を聞いて一緒に楽しく過ごしたことを今でも懐かしく思い出します。

特養を経て現在はデイサービスでの勤務ですが、利用者様がその日を笑って過ごして頂けるように、レクリエーション時や行事では仮装をしたり、その場を盛り上げることをいつも考えて仕事をしています。これからも利用者様と会話をする中で好きなことや趣味などを知り、その人らしく一緒に笑って過ごせる日々を築いていきたいと思っています。



第28回

見せます!! 私のOFFを!!

長寿会で働く職員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!

M (ケアハウス長寿苑)

入社して、今年で10年目になります。

安全、安心を一番に、利用者様から「美味しかった。」と言って頂けるよう、日々頑張っています。平日の休みは、趣味の釣りに行く事が多いです。最近よく海上釣堀へ行き、釣った魚で家族や友人とホームパーティーを開催しています!!

鯛やシマアジ、カンパチにブリと美味しい魚ばかりなので、とても好評です!

土日が休みの時は、小学生の息子が所属しているサッカーチームの応援に行っています。入部したばかりでまだまだ練習が必要ですが、一生懸命に走っている姿を見ると、つい応援に力が入り過ぎてしまいます(笑)

今年は、息子の初ゴールを見る事と、10キロオーバーのブリを釣り上げる事が目標です!



ON

OFF



OFF



OFF



I (特別養護老人ホーム)

特養で看護師として日々頑張っています。

認知症の方もおられ、体調が悪くても訴えられない利用者様も居られるため、ケアワーカーと連携し日々健康状態の把握に努めています。

休みの日は孫たちと買い物に行ったりレジャー施設に行ったりします。

孫たちの日々の成長を感じ、笑顔に癒されています。



ON



ON

利用者様の
歩行訓練中



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

匿名希望

2名様

社会福祉法人長寿会

理事長 飯尾 弘一

皆様のご協力
ありがとうございました。

皆様におかれましては、平素より長寿会の活動に多大なるご理解とご支援を賜り厚く御礼申し上げます。
今後とも引き続きご理解・ご協力をいただきますよう、お願い申し上げます。

編集後記

桜の蕾も少しずつふくらみ、長寿会公園へ散歩に出かけるよい季節となりました。

1月15日小正月に無病息災を祈り、昼食に「小豆粥」を召し上がったいただき、「コロナ禍のよって行えていなかった、みんなでの一岡神社への初詣を今年のお正月行事として参拝しました。初詣に行くことを利用者様に伝えると、出掛ける楽しみで生き生きとされ、「賽銭の小銭あるか?」と利用者様同士お話をされたり、普段休まれていることの多い利用者様も参加して下さいました。年の始まりに全員で参拝することが出来、良い一年の始まりになったと感じました。新型コロナウイルス感染拡大から5年。5類へ緩和し、「コロナ前の生活に戻りつつありますが、これからもしっかりと感染対策をし、昔からの風習を大切にしていきたい」と思います。

あっとほーむ六尾の郷 Y

【編集委員】

ケアハウス 長寿苑

特別養護老人ホーム六尾の郷

グループホーム六尾の郷

デイサービスセンター六尾の郷

ホームヘルプサービス六尾の郷

あっとほーむ六尾の郷

ケアプランセンター六尾の郷

泉南市地域包括支援センター六尾の郷

M Y Y N U W I N