六尾だより

地域の皆様と法人とのより豊かな交流

題字
S　様
（グループホーム六尾の郷）

第26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

「無縁社会・社会的孤立・老老介護」近年よく聞かれる言葉ですが都市部に限らず地方町村でも高齢化により従来からある地域コミュニティを活用するシステムが注目されています。一方で訪問介護（ホームヘルパー）や地域ボランティア団体による訪問サービスといった介護制度の利用が勧められています。

我々、長寿会でも「地域に理解と信頼を得て、共存し地域に根ざした施設にならないといけない。介護保険の枠にとどまらず地域の総合相談窓口として住民に受け入れてもらい、その機能をいかに発揮していくか」が課題と考え、平成16年より始まった地域交流事業として毎年日帰りバス旅行を実施しています。

地域に当法人を理解していただき交流を深めていく事を通じて、いつまでもお元気でイキイキ暮らせる地域づくりに法人として何かお手伝い出来ることがあればと思っています。

今ではスタッフも地域の方々とも顔なじみとなり地域との絆、つながりが生まれています。

「ここに六尾の郷があるから安心！」と地域住民に言ってもらえるよう信頼関係を作り続けていきたいと思っています。

特養

ケア会議

特養では月1回、ケア会議を行っています。ケア会議とは、業務の見直し、現場での問題点、情報共有や交換など利用者様に直面した最も重要な会議の一つです。

少し前までは、主任・副主任が主体となっていましたが、最近は新人、先輩職員関係なく、司会進行をし、議題や案件を考え、皆が積極的に参加出来る場となっています。

司会者は、会議の案件の中で、自分が知りたいこと、困っていることを発表、またはグループワーク等で自由に使える時間があります。その一例を紹介します。

①嶋崎ケアワーカーによるコストに関する勉強会
②斉藤ケアワーカーによる長寿会の歴史について

～なぜこの議題にしようと思ったのか～

①オムツや使い捨て手袋、マスク等のコストに関して興味を持って欲しかった。
②同一法人で細かな配慮の元、居宅サービス・施設サービスで情報を共有して、利用者様・家族様に最善のサービスを提供出来るということに感銘を受け、施設長の想いを職員に伝えたかった。

この議題を考え、発表してくれたのは、入社3か月目の職員です。相談員・主任・副主任のバックアップもあり、しっかりと発表することが出来ました。

私達は成長する過程の中で、職員の関係性が重要であると感じています。ケア会議はチームワークを深める一つの手段であり、自分の想いや意見を発信し、皆でその情報を共有することを目的にしています。日々の業務の中でやりたいことが出来ない「はがゆさ」や「苛立ち」、その理想と現実のギャップに苦しんでいる時、新しい試みをしようとする時、私には頼れる仲間がいる、皆で頑張って行こうと思える場でもあります。

また、ケア会議終了後はそれぞれが想いを共有し合い、相互理解と安心感が生まれます。すっきりとした満足感もあり、次の課題に向けて、明日からも頑張ろうという達成感が利用者様の生活の質の向上に繋がるのだと私達は確信しています。

利用者様の笑顔のため、私達は向上心を持ち、前向きに頑張っていきます。今を大切に。

ケアハウス長寿苑

「ケアハウス」ってどんなところ？

ケアハウス長寿苑です。ところでこの“ケアハウス”って皆さん今更ですがどんな所かご存知ですか？知っておられる方もいらっしゃると思いますが少し簡単に説明させていただきます。60歳以上の自立した方を対象とし、食事・入浴付きのマンションと理解していただければと思います。

日常生活は出来るが身体機能が低下しつつあり、自立した生活が心配な高齢者に利用してもらう為の施設です。自由な時間が十分にあり、友人と旅行に出かけたりと楽しみ方もいろいろです。また困った時には、相談にのるスタッフも配置されています。

また、夜間は宿直者も常駐しているので24時間見守りがあり、ご安心いただけます。

施設内では介護保険の居宅サービスが受けられるので介護認定を受けている方も認定を受けていない方も入所することが可能となり、ケアハウスに居ながら通所系の介護保険サービスや訪問介護サービスなどの在宅サービスを利用することが出来ます。

ケアハウスでは趣味クラブとしてカラオケクラブや書道クラブがあります。また、年間を通して毎月楽しい行事やお誕生日会があり、この日は厨房の調理師が自慢の腕をふるい季節に応じた料理を提供しています。入所者の皆さんはこの誕生日会の食事は外せないと言うくらい絶賛されています。

それではこの夏、グループホームの屋上で行なった行事をいろいろ紹介させていただきます。先ずは七夕の行事で本格的な流しそうめん。手製の流しそうめんの道具を使い、氷で冷やした水を循環させているので流れてくるそうめんは冷たくてとっても美味しく喜んでおられました。とそんな風景を見ていると「ちょっとしたビアガーデンみたいやね。」

それを聞いていた苑長は「8月はビアガーデンをやってみよう。」そんなことを冗談話と思っていたらなんとホントにオープンしてしまいました。夕食後からの開始だったので自由参加にさせてもらいましたが予想をはるかに超える参加者。ビールや梅酒、お茶やジュースなどの飲み物と枝豆やとりの唐揚げなどのちょっとしたおつまみをご用意させていただき、普段とは全く違った雰囲気を楽しんでいただきました。乾杯から始まり陽気に歌ったり踊ったり、夕食後とは思えないほどの食欲でした。

このように楽しいケアハウスに関心を持たれた方は是非、見学に来て、見て、感じてください。

グループホーム六尾の郷

『季節のお便り作成中』

グループホーム六尾の郷では入居者様に季節感をどのようにして
感じてもらうかを考えいろいろな催しをしています。
最近特に熱心に取り組んでいる壁面作製についてお知らせします。

7月の壁飾りは朝顔です。
エレベーター内に展示しています。

各階でスタッフが先生になり
折り紙で朝顔を折りました。
山折り、谷折り、ひっくり返して、
ハサミで切って完成！

「なかなか難しいなぁ」と言いつつも
完成した朝顔を見て「きれいに出来たわ」
とうれしい表情。コツをつかんで
何個も作って下さいました。

8月「金魚」

大きい台紙に貼るので
大がかりな工作になるのですが、
完成したものを見ると
達成感があります。皆さんも
「いいのが出来た」と
言って下さいます。

8月の壁飾りは貼り絵と塗り絵を組み合わせで作っています。
今後も季節感のある壁飾りを作っていこうと思っています。
皆さんグループホームへ季節を感じにぜひ遊びに来て下さいね。

グループホームいずみ

七夕★地域交流会

～河内音頭を踊る～

7月7日に七夕地域交流会を開催しました。前日までは雨で、七夕の天気も心配されたものの、当日には快晴となり、青空の下で交流会を開くことができました。

入居者様は地域の方と一緒にバーベキューや串カツなどに舌つづみを打ち、楽しく過ごしておられました。

地域の皆さまと
楽しくお食事中

食事の後、入居者様が河内音頭を披露されました。

グループホームいずみでは、毎週1回河内音頭のお稽古を行っています。振り付けは月に1度ボランティアの方が来て教えてくださっています。

河内音頭の
練習風景～♪

振り付けを覚えて元気良く踊られる方や手拍子で参加される方もおられ、皆さま思い思いに楽しんでおられます。

七夕当日は日頃の練習の甲斐もあり、皆さま振り付けもそろっていました。

また、是非ご家族様の前で皆さまの河内音頭を披露できる機会があればと思います。

お揃いのハッピで
踊りました!!

包括 わっしょい教室

地域包括支援センターでは「いつまでも住み慣れたお家で生き生きと過ごせるように」を目標として介護予防教室『わっしょい教室』を開催しています。

『わっしょい教室』は体操教室・脳健康教室・お口健康教室の3教室（3クール）を行っています。平成23年度は50人の方が参加してくださいました。

今回は各教室のご案内をします。

『わっしょい脳健康教室』

3ヶ月12回コース／毎週金曜日9時30分～

筋力と一緒で上手に脳を使うことでいつまでも生き生きとした脳を保てるのです！
脳トレーニングの方法をお伝えします！

『わっしょいお口健康教室』

6ヶ月6回コース／毎月第3金曜日13時30分～

健康維持には美味しく食事を摂れることも大切なことです。鍛える方法や飲みこむ力が衰えない体操などを紹介！普段の診察時には聞けない素朴な疑問も投げかけて下さい。

《期間と会場》

第1クール　平成24年10月～平成25年3月
会場：総合福祉センターあいぴあ

第2クール　平成25年4月～平成25年9月
会場：総合福祉センターあいぴあ

協力機関：ほりぐち歯科

『わっしょい体操教室』

3ヶ月12回コース／毎週水曜日9時30分～

筋力は90歳を超えても鍛える事が出来ると言われています。一人ではなかなか続かないトレーニングをみんなで楽しく取り組みませんか？
簡単な体操からスタートします！

《脳健康教室・体操教室の期間と会場》

第1クール　平成24年9月～平成24年11月
会場：信達公民館

第2クール　平成25年1月～平成25年3月
会場：総合福祉センターあいぴあ

第3クール　平成25年5月～平成25年7月
会場：六尾の郷

※信達公民館の駐車場は使用できませんので車のお越しはご遠慮下さい。

【お問い合わせ先】　泉南市地域包括支援センター六尾の郷
TEL.072-484-8668

小規模多機能 あっとほーむ

夏の暑さもなんのその!!

めっきり過ごしやすくなった今日この頃、皆様いかがお過ごしでしょうか。今年の夏も猛暑日が続き、その日差しは、心が折れそうになることもありました。そんな暑い日を夏バテもせず、少しでも快適に気分よく過ごしていただけるように皆様と一緒に考え、取り組んだ様子です。

気分が涼しくなる為に水を使った遊びが良いのではと言う話から、ヨーヨー釣りを皆様としました。最初は、皆様どうぞどうぞとお隣の方に譲りながら遠慮されていたのですが、「あ!!」と声を上げ、釣紐にヨーヨーが掛からずこそっと手で掛けて、お隣の方に見つかり大爆笑されながら楽しまれていました。

ヨーヨー釣りで楽しんだ後は、暑い夏に食べたい物、第一位に選ばれた、かき氷を皆様と作りました。

お祭りさながらシロップの味もイチゴ、メロン、みぞれ、練乳、小豆とたくさん準備し皆様になにがいいか聞くと、「イチゴに練乳!!」「練乳いっぱいかけて!!」と、注文が飛び交いました。皆様も氷を削ってくれ大助かりでした。蒸し暑い日は、やっぱり喉越しのいいおやつがいいですね。

涼しい気分になる為には、涼しいことをイメージすればいい、暑い暑いとばかり考えてしまうから、余計に暑くなってくるとよく皆様が話されていたので、気分が涼しくなる言葉を考え、それを字にして視覚からも涼しさを感じようと、皆様と習字をしました。こじ付けのようで皆様に笑われてしまいましたが、真剣に取り組んでいただけました。

書き始めは、「やっぱり緊張して手がふるてまうわ」と言われるお姿などがあったのですが、やはり若い頃に経験したことは、体が覚えているようで一枚、また一枚と書くたびに勘を取り戻されるようにスラスラ書かれていました。書いているときの皆様の真剣な表情がとてもよかったです。習字をされながら、「筆を持つなんて小学校以来よね」とお隣の方と話しながらとても楽しそうにされていました。皆様の書かれた作品はどれも達筆で、とても久しぶりに書いたとは思えない物ばかりでした。作品を壁に飾ると、「なかなか風情がある言葉が並んでいいね」と言ってもらえ、こじ付けから思いついたことでしたが皆様にそう言っていただけひと安心しました。

このようにお昼間、皆様と快適に過ごす方法を一緒に考えています。しかし、日が沈んだからといっても暑さが変わることもなく「いつになっても暑さが変わらんね」とお天道様に文句を言いながら、「夜はゆっくりするのが一番」と皆様とテレビを見てゆっくり過ごしています。朝になれば「今日は、天気いいね。暑くなるやろな」と、またお天道様に文句を言って一日が始まります。

暑い夏は気分が涼しくなるような催しをしたり、喉越しのいい物を食べ、時にはお天道様の文句を言いながら過ごしています。

これからだんだん寒くなってくるので、皆様と手洗い、うがいをして体調管理していきたいと思います。もちろん夏は暑いと文句を、冬は寒いとお天道様に勝手な文句を言いながらこれから迎える新年をまだかまだかと待ちたいと思います。

デイサービス六尾の郷

楽しいお風呂編

当法人のデイサービスに見学へ来られた方はお風呂の大きさと、お風呂場から眺める景色に驚かれ、デイサービスをご利用されるきっかけになる方が多いです。
日頃よりご利用者様からは「温泉気分で気持ちがいい」「お湯が気持ちいい」と楽しまれています。気持ちの良さは景色や広さ以外にもお湯に秘密があります。それは「麦飯石」という石を使用しているからです。
成分はミネラルの溶出によって、柔らかな水になり実際の温泉水に近い状態になるといわれ、お肌がツヤツヤになります。
また四季折々のお風呂を楽しんで頂いています。3月はスタッフがヨモギを摘んで一緒に湯船の中に入れました。5月には地域の方から菖蒲を頂き、菖蒲湯に入浴されたご利用者様は「菖蒲や!?」「久しぶりに見たわ。」「懐かしい。」という声が!!
12月は柚子湯があり、「これで1年中風邪をひかないね」、また「柚子（ゆず）だけに融通（ゆうずう）が利くように」と皆さん昔を思い出して懐かしんでおられました。
皆さんも景色のいい湯船で、お肌ツルツル!「六尾温泉」を体験してみてはいかがでしょうか?職員一同お待ちしております。

第12回 この仕事について思い出に残るエピソード 特養編

S

私が六尾の郷に入社して3年目になります。六尾の郷に来て初めて「看取り介護」というものを体験させてもらい、何人もの方をお見送りしてきました。
私の担当だったN様が旅立たれました。
六尾の郷に入所されて1年未満でしたが、自分の意思をしっかりと持たれ、気が強くとても存在感のある方でした。少しずつ体調を崩され、ご飯も食べるのが難しくなりましたが、大好きな娘様が持って来られるプリンやゼリーは、パクパクとおいしそうに召し上がられ、改めて「家族の力ってすごい」と感じました。私もご家族様には、かないませんが、出勤日には、フロアが違っても少しの時間でも手を握りN様に話しかけました。
亡くなられる数日前には、全く反応もなく目をつぶったままのN様。いつものように「おはようございます。私のことわかる?」と一方通行の会話……。すると…「わ…かるよ」とかすれた声で精一杯の力で手を握り返してくれました。今でも忘れられない出来事です。
それから数日後、私が出勤してすぐに状態が悪くなり、ご家族様と多くの職員に見守られながら旅立たれました。私は心の中で私が出勤してくるのをきっと「待っていてくれた」と感じていました。
N様と出会い、少しの時間ですがN様の人生の終末期をご家族様と一緒に寄り添うことが出来、安らかな看取りに立ち会えた事に感謝しています。また、ご家族様から頂いた言葉は生涯忘れません。「母はここに来て本当によかったと喜んでいます。本当にありがとうございます。」と。
N様と六尾の郷で過ごした思い出を大切にし、今も日々頑張っています。

N

私が、思い出に残っていることは、ショートステイをご利用してくださっているご利用者様が相談員に「あの人は、見かけは怖そうやけど、うちの子供と一緒ぐらい優しく気が利く人や」と話してくださった事です。
私は身長も高く体も大きいので、皆さんには怖そうと言うイメージがあると思います。ましてやショートステイで来られているご利用者様は毎日、お会い出来ないので、利用している日にしかお話もできません。そんな中、初めてお会いして帰りの際に「あのお兄ちゃんは良かった」と言っていただけて、とても嬉しかったです。その後、利用されている際も、私が担当の時だと「兄ちゃんで良かったわぁ。兄ちゃんやったら安心できる」と話してくださいました。声のかけ方や、こまめに居室に行き、様子観察に行くことで、ご利用者様に安心して利用していただけるよう、少しでも役に立ちたいと思います。また、ご利用者様との会話を大切にして少しでもご利用者様の人生の役に立てるように頑張っていきたいです。

第5回

見せます!!私のOFFを!!

長寿会で働くスタッフもより皆様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れな顔これな顔もお見せします!

M

（ヘルパーステーション）

休みの日には孫が6人いる私はけっこう忙しいのです!高速道路を飛ばして孫達とアスレチックやUSJへ。バーゲンにも目がない私。ららぽーと甲子園や西宮ガーデンズで掘り出し物ゲット!

K

（あっとほーむ六尾の郷）

私のOFFは、よい気候になればかわいい4匹の子どもたちとドライブに出かけ、散歩を楽しんでいます。
又、自宅の玄関先にも季節の花を植え、きれいに咲いてよ～と願い、毎日水やりなどをしています。（自己満足の休日にあわせてくれるかわいい4匹に感謝）

掲示板

広報誌に関する感想・その他なんでも結構です。
皆様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

編集後記

秋の夜長、虫の音が心地よい季節となりましたが皆様もお変わりなくお過ごしですか?「六尾だより」もいろいろな場所で見かけることがあり老若男女問わず手に取り読んでおられる姿を拝見すると編集委員の一人として嬉しく感じています。

六尾だよりをよりたくさんの人たちに読んでいただき皆さんとの繋がりがもっと深くより身近な存在になりたいと思っております。これからもスタッフ一丸となって、より一層、皆さんのご要望に添える記事を作れるよう頑張りますので今後ともよろしくお願いいたします。

また、これからの季節、朝夕冷え込んでまいりますのでお身体にお気をつけてください。