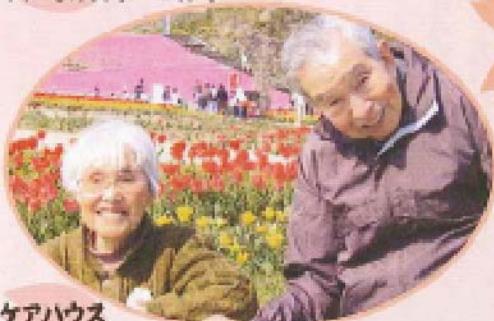




デイサービスセンターつばさ



グループホームいすみ



ケアハウス



ケアプランセンター

その笑顔こそ
私たちの活力です



特養



ヘルパーステーション



地域包括支援センター



グループホーム六尾の郷



デイサービス六尾の郷

六尾だより

題字・S 氏
デイサービスセンター
六尾の郷

第17号

発行

社会福祉法人長寿会
東南市信連六尾547
TEL072-483-7260
www.chojukai.or.jp

このところ、介護に対する暗く厳しいニュースばかりが続いているように思います。一部のきわめて特殊な例が大きく報道されているのではないか。私たち介護に係わるものにとって、複雑な気持ちになります。

介護サービスを提供することは利用者様や家族の方々に喜びをもたらし、ひいては社会に貢献する仕事として、私は自信と誇りを持っております。その一部の特殊な例が大きく報道されることはこれと同一視されるのがとても辛いです。

入所者・利用者様、一人一人と向き合い「その人らしく」と取り組むことで、時に笑顔と出会います。この笑顔こそ信頼を深め、何よりスタッフ自身の「自分を高める」ことと繋がり、暗い報道に立ち向かう力を与えてくれます。その笑顔を追い求め、私は日々「自分磨き」を続けていかなくてはならないのです。

多くを学び、
多くの喜びを！



六尾だより

第5回家族会・交流会

グループホーム

六尾の郷

交流会では、入居者の皆さまにかわいらしいお客様が…。

介護保険制度の改正があり、グループホームが地域密着型サービス事業所として位置付けされました。そのなかで、前号の六尾だよりに掲載させていたいたい、たような葛藤をくり返し、「軒の家」として地域との「身近にある小さなご近所付き合い」から始めていければという思いを持ち、入居者の生活中にも、新しい風がそつと吹く環境になるようとにかく多くの協力のもと、「家族会・交流会」を平成19年11月29日に開催しました。



家族会では、家族により身近に地域密着サービスの内容を感じていただけの場として、スタッフひとりひとりの学びの場として、泉南市高齢障害介護課、地域包括支援センター六尾の郷・地域住民の代表者の皆さまの参加にて、各方面からの情報をもとに意見交換をすることができました。

金熊寺にある東幼稚園の子供たち20名が遊びに来て下さいました。小さい手を精いっぱい伸ばしての踊りや、おばあちゃんに届きますように!!と「わんぱく」の元気いっぱいの歌を披露してくれ、最後には入居者さんの肩を歌に合わせてたたいて…と楽しい時間でした。

「ちょうど、おいで」「かわいい、かわいい」と身を乗り出し、子供たちを見つめられる姿に会場全体が吸い込まれるような雰囲気となりました。

今回は、大きな会場での交流となりましたが、グループホームの中に子供たちはしゃぐ声が響く機会も作っていました。



皆さんと過ごすなかで
一番好きな瞬間。

グループホーム



入居者さんが「口一カで井戸端会議をされ、心地よい笑顔が「ものを感じます。」

- | | | | | | | | | | | |
|--|-------------------------------------|-------------------------------|---------------------------------|--|------------------------|----------------------------------|------------------------|-----------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| M | H | N | U | K | H | T | M | K | T | F |
| 居室で過ごす時間。おばあちゃんの家へ来たような包み込んでもらえた幸運が好きです。 | スパリ! 幸運を見る。 | 同じ物を同じして一緒に笑えた時。 | 寝る前、起きて来られた時のリラックスした表情。 | 入居者さんが何かをしている時に、私たちの姿をふつと目に浮かべてくれた時。 | 朝食後の快こ魚(いわしうなぎ)のおはよさん。 | お起きにやでえ、と体 ^サ と表現される時。 | 朝食後の快こ魚(いわしうなぎ)のおはよさん。 | フロアで何かをしていると自然とひこうの輪ができるとき。 | お起きにやでえ、と体 ^サ と表現される時。 | お起きにやでえ、と体 ^サ と表現される時。 |
| N | M | U | K | T | M | K | T | F | | |
| 多くを語られなくて、食卓を開いている中でおいしいと表情にあります。 | 調理中に、入居者さんからあるアドバイス。お母さんがたくさんおられます。 | 自分の作った食事について、喜び口おいじりと感想をもらいつ。 | 入居者さんと交わす会話。その中でたくさんの人生がつまっている。 | 朝よりアガ細くと「寒」に 맞て迎えてくれる姿。そして、冷たい物の手を必ず温めて下さる事。 | | | | | | |

デイサービスセンター つばさ

歩んで来た道

S



2月14日、私は元気に79才の誕生日を迎える。たくさんの方々から「おめでとう」の言葉をいただき、「有難い」とたなあという気持ちで一杯です。



私は、
和歌山県西牟婁郡上富町生馬村に
3才の頃



23才の頃

24才の時、寺の住職であつた主人と見合いをし結婚。生家の寺から田辺市の宗養寺へと嫁ぎ、3人の娘にも恵まれました。

24才の時、寺の住職であつた主人と見合いをし結婚。生家の寺から田辺市の宗養寺へと嫁ぎ、3人の娘にも恵まれました。明日への勇気を奮起した日も何度あったことでしょう。

そして10年間、総代さんや壇家の方々に支えられ、娘達を大きくしていただいた御恩ある寺を申し訳なくも、継承できずに退山しました。

姉と妹を頼りに、和歌山市内へと

引越し。末の娘と2人、今までとは全く違った気楽な暮らしが始まりました。幼稚園の事務員を10年し

た後、60才からシルバー人材センターへ入会、ホームヘルパーの仕事も

10年余り勤めました。

その傍らで、4人の友人達と老人施設などへの月に一度の慰問を続け、

さまざまなお事を考えて披露しまし

た。たくさんの方々に楽しんでいた

だければとの気持ちで続けてきた

ボランティア活動でしたが、私自身が一番楽しんでいたのではないかと思う程、充実した日々だったよう



38才の頃

そんな中、32才から患つていたりウマチが、かなり落ち着いてはいたのですが、75才になつた頃、その具合が悪化し、泉南市の娘夫婦の側に越して来て4年目の春を迎えました。ゆっくりながら、自分の事は自分で暮らしている次第です。」の頃では、体調も良く、心楽しく、今があるのもデイサービスの皆様の温かい笑顔や触れ合いがあれば」や…

また、娘が側にいる安心感、そして毎日といろいろに鳴る「お姉ちゃん、元気あります? 変わりないか?」と私を気遣ってくれる妹や弟からの電話のお陰と日々感謝しています。今後も皆様のお世話になりますが、元気に長生きさらではあります。せいでいただきたいと思っています。

79才おめでとうございます。



68才の頃

今まで主人の影にいるだけの私が、壇家の方々の前に出て供養のお経をあげさせていたたゞく」とは、大変勇氣のいるものでした。「奥さん、頑張ってなあ!」と最初に勤めさせたいたたゞいた壇家さんの励ましの言葉は、今でも忘れることが出来ません。毎朝早くに本堂の廊下を拭



79才の誕生日



六尾だより



100歳

なつても元気です！



特養には、99歳の方が2名・100歳の方が1名・105歳の方が1名・106歳の方が1名の入居者さんがいらっしゃいます。（平成20年3月 現在）皆さん、100歳を迎える方・迎えた方も元気に「日々を過ご」されています。今回は3名の入居者さんの日常生活を紹介したいと思います。

Mさん(99歳)
昭和41年11月16日生まれMさん(99歳)
昭和41年7月25日生まれSさん(105歳)
明治35年8月5日生まれ

▲自分の足で動かしています！



▲またね。

▲今日は皆で見送ってます！

Mさんの生きがいは「と聞くと、『帰つて家族と一緒に暮らしたい』と笑顔で語られていきました。

※100歳になつても元気なのは「日々の生活を見て思う」とは、「健康」そして生きがい・趣味などがあるからこそ元気に楽しんで過ごせると感じます。それが皆さん長寿の秘訣ではないでしょうか？

Mさんの生きがいは「と聞くと、みんなと仲よく一緒にいるのがいい生活をすることです」と語されました。

Sさんの生きがいは「と聞くと、みんなと仲よく一緒にいるのがいい生活をすることです」と語されました。

Mさんは、「声を掛けると身の回りのことをされます。温厚で気の強い性格の方です。96歳頃まで杖をついて歩行されていました。しかし、加齢と共に歩く力がなくなりました。現在では、車椅子を「自身の足で動かし移動されています。

Mさんは、「自分で身の回りのことをされています。温厚で律嚴な性格の方です。趣向は、色塗りです。昔から絵の具や色えんぴつで色を塗られていました。毎日塗り絵をされ、沢山の色を使い色彩豊かに仕上げられています。

Sさんは、「自分で身の回りのことをされています。温厚で心の強い性格の方です。毎日のように園芸に来られる娘さんやひ孫の顔を見るのを楽しみにされています。娘さんが帰る際に決まってする姿があります。それは、窓から帰る姿を見送ることです。姿が見えなくなるまで見送っています。

「デイサービスセンター六尾の郷では、入浴・食事以外にもレクリエーションを行っていますが、そのなかでも今は指体操を紹介させていただきます。手や指先の動きは、言語や思考といった脳の高次機能を担う大脳皮質に影響を与えると知られています。歳をとるごとに細かい手の動きを敬遠しがちですが、これだと脳への刺激も減ります。

普段あまり使わない指先を意識して動かすよ！」すると認知症の予防につながるということが医学的にも言われています。

ある記事を参照したのですが、指体操を継続することによつて肩こりなどの症状も緩和したという事例がありました。

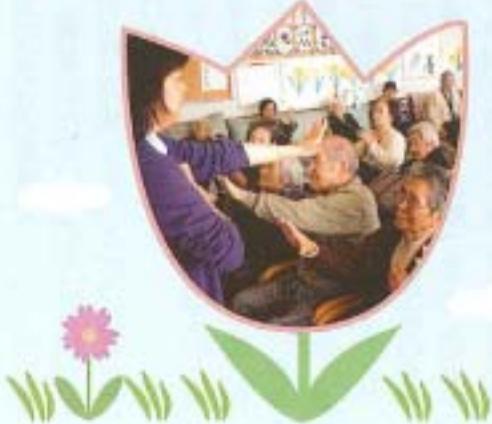
医師の診断結果は「特に問題ない」とのことでした。

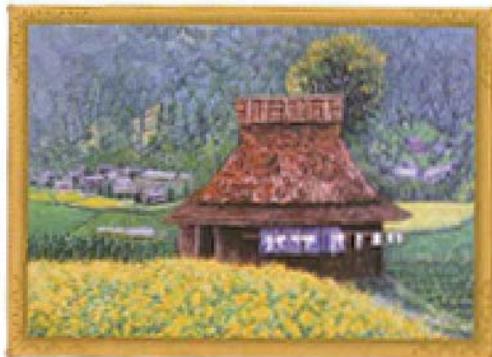
指先と同時に腕や足を動かすと全身の血行促進効果があるとのことで、そのことが原因

となつてゐると思われます。

「デイサービスでは「指先合わせ」を実施しています。左右それぞれの手で、親指を他の指と合わせて、左右で合わせる指に変えたり、2~3回ずつ合わせて次の指に移るなど、バリエーションも工夫するのもよく慣れてきたら、左右で合わせる指をわざと一テンボズつからして行うのも効果的です。さあこれを見られた皆さんも一度やってみてトさいね。

デイサービス





＜奈良県 室生の里＞室生寺の暖かいから里に入るとゆったりと静かな流れのなかに茅葺き屋根の老夫婦の生活を感じ未熟ながら描きました。



＜滋賀県 近江八幡＞嚴寒の湖畔で草を育てる厳しい姿に見入りました。

六尾だより

若い時から庭園に興味があり、リュックにカメラの機材・三脚など重々こして40kg近くある荷物を背負い、全国各地の名所を回られたMさん。風景画を始めたのは、今から約20年前、各地の名所は書を聞いて自然相手のため、よく行かなかつたことも多かったこと。絵を描く上題「嚴寒」(厳地)について下書きをし、色を吸い取めてから惜しきれを思い浮かべ本格的に墨を入れていきます。気持ちが悪ると一週間

M

で完成する」といわれば、何度もつまずき時間を感じる」ともあるそうです。そして完成した絵を覗く、当時を想い出しながら話す中になくなってしまひendo、「Mさんの絵に対する思い入れが感じられるようになった」。今(嚴寒)も3月上旬)も、瀬戸内海の花の島かのじや大阪城を描いていた際中で、「だから季節と共に各地へ足を運ぶ予定をしておられ、春が待ち遠しい様子でした。

ケアハウス 絶景を 求めて…



Mさん

筆・パレットなど
たくさんの道具

ヘルトケアをご存知ですか?

クルーフホーム いすみ



耳にした方もいるかと思いますが、簡単に説きますと足のさまざまなケアをするサービスです。今まで過ごされています

Oさんは導入治療を開始…

度、痛みが強くなるたりするとのことですが、1回目から痛みがとれてしまふそうです。1回目の治療が終り、感想を聞くと「痛くなりますが、おおき」と先生に感謝されました。Oさんの巻爪は中度なので治療はまだ続いているが現在では、爪の痛みもないようですがOさんも喜んでいます。また、見ていた他の方も希望され治療を開始されます。



▲この治療は痛みをともなわないのがいいそうです。



▲お部屋で治療されているところです。

【最後】

サーコス内では脚部の足湯や水虫治療など、(足)に関するところなんでも」という印象を受けました。やさしくて美人な先生が治療に来られる度に利用者様・スタッフともども癒されています。

先生ありがとうございます。

ケアハウス

ケアプランセンター六尾山柳 2008年度

1月より、新たな職員を迎えて新体制で動き出したケアプランセンター六尾の御です。以前、私が担当していた利用者様のご家族より、「おまくじに当選したくらい、いいケアマネに担当してもらつた。」とお褒めの言葉をいただいたことがあります。これは少し書めますが、ケアマネの仕事に就いてよかつたと思つた瞬間でした。

利用者様皆様に、同じように「この人でよかつた。」と思つていただけるように、今年度にかける思いを、むつおのさと川柳で表してみました。

む

六尾でも
言われるふうに
日々努力

Y

つ

えになる
あなたの老後の
おえます

K

お

もりやり!!
あつての行動
この仕事

Y

さ

ありげぞ
氣合のを入れて
訪問ひ

S

と

突然に
訪問ひても
許ひてね

K

K

介護事業部 思ひ出で残るヒストリー アーリーパンジー



栄養士編

デイサービスセンターつばき



S

泉南市の中にある「あいびあ栗柄」の設立と共に、2階厨房にて勤務して11年が経とうとしています。改めて振り返るとあつといつも思いますが、初めての給食サービスに口悪しながらもミキサー食・刻み食・減脂食など調理していったのを今でもよく覚えています。きつかり量って炊いたはずの「盛りがなぜか足りなかつたり、昼食の提供時間は間に合ひそうもなく焦つてしまい食器を落として割つてしまつた」ともありました。今では、そういう失敗もなくなりましたがバタバタしながらも、一日50食程作っています。でも、「初心忘れるべからず!!」あの頃の気持ちを大切に日々、調理しています。幸い、直接利用者の食事風景を目の前で見られる環境があり、「こわそぞうさま」「作り方教えて」「いつもありがとうございます」とか、「いつものありがとう」などいろいろな声を掛けているたびでいます。これからもその風が聞けるよう頑張っていきたいと思います。

*利用者のみなさん、歓迎! 希望があれば、いつでもお電話まで!!

ケアハウス



H

私にとっては、日常が思い出になっています。「いつもそのまま。おいしかったよ。」と、掛けてくれる言葉が、忙しくて大変な日々とも併せて、しかも行程、追していく間にないつします。また、「昨日が朝食を貰なかつたけど、休みやつたんからどうか行って来たか?」など、掛けてくれる言葉が、ここで仕事をしていく良かつたなつて思う瞬間です。これからも、今までいたたいた言葉を思い出しながら日々努め、もうとたくさん思い出を作つていきたいです。



六尾だより

脳トレ編



「あれ出来ない」と若い職員
からのなげきにドッと笑いが…

教室では「脳も鍛えると老化を防ぐ」と
が出来る」を合言葉に9名の参加者と楽
しみながら開催しています。
「Y」さんに教室の様子を紹介してもらいました。

「教室では人間らしく生きるために大切な
ことを育てている前頭前野を鍛えています。
体をほぐし指の体操、お手玉を使ったり、
歌を歌いながらリズムを取るなど、ワイワイ

初回は柔軟体操を中心にして、3回目からはボールを使ってバランスを養つたり、足に挟んで力を加える筋トレ。5回目からは「一つ1kgあるダンベルを両手に持つての運動。しかも回を増す」とスピードも早くなり、一セットの回数も増えていくなか、職員は肩で息をしばり、その

先生に指導してもらっています。

運動機能向上編



まずは柔軟体操、かけ声も元気一杯です。

横で参加者は、じんわり汗をかいたと心地良さそうな表情でした。
参加者からは、「肩こりがなくなり脊骨院へ行かなくなった」「足の疲れがなくなった」「歩くのが疲れなくなった」と効果が上がった嬉しい声が多数ありました。

教室では講話により運動の知識を獲得し筋力トレーニングも続け健康な体づくりを目指しています。(K)

教室では講話により運動の知識を獲得し筋力トレーニングも続け健康な体づくりを目指しています。(K)



バランスボールを使った筋トレ方法も教わりました。

口腔機能向上編



医療器具を使い口の周りの筋肉を鍛える運動も実践。

栄養改善編



栄養についてのクイズ大会!

包括支援センターが開催する…

わっしょい 教室 ご紹介

「」が県立歯科大学や「」の歯科教

室は H 先生の指導のもと口腔うつでの、

まさ」「知識の宝庫」と化しており、

口の中の細菌を見たり、唾液や虫歯

リスクをチェックしたりと普段は間

からうるさい歯科医院以外の「目で

あり」「え?」「ほ?」と感動感動

あり、「え?」「ほ?」と感動感動

が待ちきれない!

初めての取り組みである栄養改善教室が角1回開催の「ース」が始まりました。参加者も「」の飲食の時代に世界観って」と思いながらの参加だったと思います。

どう理解していくだけか、不安ながらも教室はスタート。毎回、クイズやゲーム形式でみんなに参加型で進めさせていただくなから、今回の講師で頑張った

長寿会のお茶臼な栄養士の頃は「普段は

「住民検診の結果、六尾の郷から奥やかなおの」

ケア放題へ参加の説明を受け参加した。

H 歯科の指導で口腔内の構造や疾患、日常の予防訓練方法など多面的な知識を得て、個別の顧客や測定後には個別指導があり、今後の生活に役立つています。皆さん多く参加されると言いたいでしょう。

H 先生を始め H 歯科医院の皆様の熱心な指導により大好評をいたたいてるこの教室、皆さんこれからも楽しみです。(F)

教室では積極的に挑戦する気持ちを大切にしていることが、若さの秘証! 自宅で1人ではなかなか進まない脳トレを周りに刺激されながら前頭前野が活性することを目指しています。(K)

施設内の献立を考えたりと、外部の方と接すること

がほとんどなく、人前で話すことに不慣れでいる私は緊張と不安でいっぱいでしたが、みなさんがよく献立に興味を持っていたたさ、ご質問を下さつたりと私自身を本当に良い勉強になりました」と新たな役割に満ちて充実した日々がたつようだ。

教室最終日は調理実習が行われ、今はメリーの图案が没頭中です。8ヶ月の半大成を参加者全員で作り上げられるほど楽しんでいます。(K)

1日に必要な野菜350kgを想定して取分け、たくさん摂取しなければならないと実感。



歯科医師さんの話に耳を傾けます。

(参考書「喜多弘雄さん」の言)
「住民検診の結果、六尾の郷から奥やかなおの」ケア放題へ参加の説明を受け参加した。

H 歯科の指導で口腔内の構造や疾患、日常の予防訓練方法など多面的な知識を得て、個別の顧客や測定後には個別指導があり、今後の生活に役立つています。皆さん多く参加されると言いたいでしょう。

H 先生を始め H 歯科医院の皆様の熱心な指導により大好評をいたたいてるこの教室、皆さんこれからも楽しみです。(F)

粹な日本語の表現

“御御御付”

これはお味噌汁の丁寧な呼び方。汁のつけものを丁寧に言って「おつけ」更に「みおつけ」でついに“御”が3つになって「おみおつけ」になったとのこと。なんかおもしろいですね。

また“雪花菜”“卯の花”はおからの別名。豆腐のカスを意味するおからより粹な表現です。

ここで問題!!

珊瑚樹茄子、小金瓜、唐柿、赤茄子…
これはある野菜の別名なのですが、さ~て何でしょう??

トマトのことなのです。
日本語ってむずかしい。

知ってると使えるかもね

テレビなどでブームの雑学ですが、役立つものから、ハテナなものまでいろいろ。そのなかでちょこっと気になつたものを集めてみました!!



おもしろ雑学

自動現金預け払い機の裏技

自動現金預け払い機(ATM)で1万円をおろす際、
1と万ボタンを押すと￥10,000札が出でますが、10と千ボタンを押すと￥1,000札が10枚出でてくるのです。

年末年始には便利かも!?

掲示板

広報紙に関する感想・その他何でも結構です!
皆様の生の声をお寄せ下さい!



もよろしく!

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

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

デイ六尾



E

出青ご「裕の音」
し音の時曲一
ます。代をきく
いと

特養



K

うるがこの曲一
うえあり元氣な
好きな曲にな
かれ出で

デイつばさ



N

桜しうづめ草よ
りり
ロリクリバーへ

ケアハウス



I

「日本全国酒飲
み音頭」
4月は「花見」で
酒が飲める季節で

だけましたでしょうか?
今回は春といふことで撮影メンバー
に、「思い出の春ソング」を聞いてみました。
年令がバしゃりしてしまうかも?是非聞き
て下さい。

編集後記



グループホームいずみ



T

た心「舞春の月」
を打たれまし

特養



H

「春一月」
中。幸にみんなで
歌

グループホーム六尾の舞



K

グループホーム六尾の舞



H

上20シマーマイグラディードー
くかがつていた曲に

