



六尾の郷

題字
H 様
(ケアハウス長寿苑)

第30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

あっとほーむ六尾の郷 祝5周年!!

平成21年9月1日オープンからはや5年…皆様のご支援、ご協力に賜り、楽しく活気あふれる毎日を過ごさせて頂いています。今回は、長寿会の小規模多機能型居宅介護「あっとほーむ六尾の郷」ってどんなところ??と疑問に思われる方も多いと思い、簡単に紹介します。

“小規模多機能型居宅介護”とは在宅サービスの1つで「通い」を中心に「宿泊」「訪問」を組み合わせ24時間体制でサービスを提供できる体制を整えている施設です。

あっとほーむでは、地域の方々との交流の機会が多く、日中は折紙教室、将棋、歌体操、紙芝居等ボランティアの方々が沢山きていただいてます。又、六尾地域の方々と一緒に、絵手紙を作成したりと地域の方々との深い信頼関係、交流をして、日々の沢山の刺激に繋がっています。

次に、利用者様からご好評の声を頂いているのがお食事です。あっとほーむでは、法人内のケアハウスより昼食と夕食を提供しています。その味付けがとつても美味しいと利用者様よりご好評頂いています。行事ごとに豪華なお食事が出され、「今日はどんなんやろうな?」と皆様楽しみにされています。

他にも、最近では利用者様とスタッフによる壁画作りに力を入れています。あっとほーむの壁画は、他とは一味違いい、両面作成します。そして完成品を窓側に設置し、中からはもちろん、外からも観覧できるよう工夫しています。送迎時車中からも見ることができ皆様大変喜んでくださっています。

ざつとご紹介させて頂きましたが、5年の年月を経て地域の方々のサポート、沢山の方々の協力があつてこそ、「今」なんだとしみじみ思う今日この頃です。まだまだ力不足な所も沢山ありますが、日々チャレンジ精神を持って歩んでいきたいと思います。これからもあっとほーむは、本人様や家族様の「思い」や「願い」を大切にし、住み慣れた地域の中そな方がその方らしい人生を支援できるよう応えていきたいと考えています。皆様、これからもご支援、ご協力の方よろしくお願いします。

特養六尾の郷では、日々利用者様の「活力！」となるように、数々のレクリエーションを企画・実施しています。今回は、その中から食事前の体操・口腔体操を紹介します。

食べたいのに食べれない… 葛藤の日々

高齢に伴つて、色々な機能が低下していきます。視覚・聴覚・触覚・嗅覚・味覚の五感のうち、一番最後まで残るのが味覚といわれています。実際の現場でも、「食べたい」という意欲が残っている

声を掛けて大きな深呼吸から始まります。CDから流れてくる音楽に合わせて「イチ・二・イ・サン・シ・」職員の大きな掛け声に「ハッ！」とされる利用者様や、「今日も元気なあ」とお褒め下さる利用者様。何気ない光景ですが、「今日も元気」の言葉に私達職員は、感謝をしています。

「今日も朝から元気です！」

特別養護老人ホーム 六尾の郷

方が多くみられます。しかし、その反面食事の時に「ムゼ込み」が見られたり、嚥下機能の低下により、食べたくても食べる事が出来ない方も多くいます。そこで、美味しいご飯を召し上がつただけのよう、食事前の体操・口腔体操の取り組みをしています。

今日も元気に
食事前の体操は、フロアの食事席に着席頂いた利用者様に先ず、お



は、会話が中々難しい方や麻痺により運動が難しい方など、様々な症状の方がいらっしゃいます。体操は、「コミュニケーションツール」の1つです。音楽に合わせて元気に体操して下さる方、車椅子に座りながら体操して下さる方、片方の動く手で、麻痺している手を持ち上げて力一杯体操して下さる方、身体は動かせないけど「イチ・二・サン・イ・サン・

利用者様の中にいる方がいらっしゃいます。体操は、「コミュニケーションツール」の1つです。音楽に合わせて元気に体操して下さる方、車椅子に座りながら体操して下さる方、片方の動く手で、麻痺している手を持ち上げて力一杯体操して下さる方、身体は動かせないけど「イチ・二・サン・イ・サン・

声が小さい!! 反応が少ない!! 困った!!



ラジオ体操は皆様なじみのある体操ですが、新たに始めた「口腔体操」や「ウサギと亀」「ももたろう体操」はなかなか定着せず、反応が少ない方も多い、声も小さく、職員も初め戸惑いました。

それでも…どうしても体操を覚えて欲しくて、職員は必死です！ 口腔体操は、「ば・び・ぶ・べ・ぼ」等と黙つて頂きながら口や喉を広げる体操をして頂きます。また、「うさぎと亀」「ももたろう」の歌を唄つて唇や舌を動かす事を意識して運動を兼ねます。

食事の前にしっかりと行う事で、唾液の分泌を促します。

肺炎の7割以上が誤嚥によるもので、誤嚥性肺炎を防ぐには口腔内の清潔と嚥下機能を防ぐ事が予防となります。何より食事を美味しく食べられる事を大切にしています。

これからも美味しいご飯を食べて頂く為に

パンダのたかじもの
パンダはぶらぶらぱびぶべ
タヌキは田植えだ たちってと
カラスの行水 かきくけこ
ライオン らくらく うりるね

せっかく新たに始めた取り組みも続けなければ、効果がありません。まだまだ、全ての方が参加していくべきださっている訳ではありません。見てるだけの利用者様も居られます。皆さんには、これからもずっと美味しいご飯を食べて頂けるように、職員一同で継続して取り組んで参ります。



みなさんは「レクリエーションリハビリ」という言葉を聞いたことがありますか？レクリエーションを通じて介護予防を目指す。また、作成の間は前頭前野の活性化が期待でき認知症予防も期待できます。デイサービス六尾の郷でも、書道、ハガキ、身体を使ったゲーム、おやつ作り等、毎日色々なものを提供しています。その中でも今回は「壁面作り」を紹介したいと思います。壁面作りは「指先を使う」「完成する壁面を想像し、色々な材料を使い配色、位置を考える」「皆で相談（コミュニケーション）し、勧めていく」という複雑な工程が含まれているレクリエーションです。デイサービス六尾の郷では毎月、壁面作りをしており、その月々で作品は違い、四季折々の作品がデイサービスの壁を彩ります。作品のテーマはその月の情景や草花など様々です。



デイサービス 六尾の郷

展示会



「作品を完成させる」「リハビリ目的」だけではありません。私達職員が大切にしているのは、制作の過程でいかに楽しく感じてもらえるかということです。なので、作成中には音楽をかけ、職員が中に入り盛り上げながらしています。

そして作品が完成した瞬間は利用者様だけでなく職員も感動し満足感で満たされます。

完成した作品は飾ることで、利用者様同士が「ここ私が作ったところ！」と振り返ったり、会話の種となっています。

今回は秋をテーマに壁面作りをしました。青空を悠々と飛ぶトンボをイメージした作品です。写真を見ていただき、皆さんのがわいわいと楽しく作品作りをしている姿をご紹介したいと思います。もし六尾に来られた際はデイサービスにも足を運んでいただき見に来てください！





泉南市地域包括支援センター 六尾の郷

福まちサポートリーダー 交流会

平成26年6月20日に「泉南市福まちサポートリーダー交流会」が開催されました。その前に泉南市福まちサポートリーダーのご紹介をさせていただきます。平成26年11月から平成26年3月まで11回にわたり地域の福祉活動にて活躍して頂いている16名の方に「住み慣れた地域で共に支えあい、暮らせる地域」をテーマに、東北福祉大学の教授や大阪府認知症介護指導者、ケアマネージャー、コミュニケーション・シャルワーカーの方々を講師にお招きし研修を受けて頂きました。研修の中では「地域のよいところ探し！」を行い、それぞれの地域を歩いて、店や学校、景色の良い場所などを目指して!!」をテーマに、東北福祉大学の教授や大阪府認知症介護指導者、ケアマネージャー、コミュニケーション・シャルワーカーの方々を講師にお招きし研修を受けた。研修の中では「地域のよいところ探し！」を行い、それぞれの地域を歩いて、店や学校、景色の良い場所などを目指して!!」をテーマに、東北福祉大学の教授や大阪府認知症介護指導者、ケアマネージャー、コミュニケーション・シャルワーカーの方々を講師にお招きし研修を受けた。

年11月から平成26年3月まで11回にわたり地域の福祉活動にて活躍して頂いている16名の方に「住み慣れた地域で共に支えあい、暮らせる地域」をテーマに、東北福祉大学の教授や大阪府認知症介護指導者、ケアマネージャー、コミュニケーション・シャルワーカーの方々を講師にお招きし研修を受けた。研修の中では「地域のよいところ探し！」を行い、それぞれの地域を歩いて、店や学校、景色の良い場所などを目指して!!」をテーマに、東北福祉大学の教授や大阪府認知症介護指導者、ケアマネージャー、コミュニケーション・シャルワーカーの方々を講師にお招きし研修を受けた。

ど「いこは、この地域の良いところだ!!」と思う場所を写真撮影してもう一度地域のよいところを再確認して頂きました。

今回の交流会では泉南市社会福祉協議会の方による泉南市ボランティア活動の実情と課題についての説明や、グループに分かれて「研修終了後」の活動報告や心境の変化についての情報交換をして頂きました。



福まちサポートリーダーとして、地域でどのような活動をしているか、今後どのような活動をしていきたいなど意見交換をして頂きました。研修中では「地域のよいところ探し！」を行い、それぞれの地域を歩いて、店や学校、景色の良い場所などを目指して!!」をテーマに、東北福祉大学の教授や大阪府認知症介護指導者、ケアマネージャー、コミュニケーション・シャルワーカーの方々を講師にお招きし研修を受けた。研修中では「地域のよいところ探し！」を行い、それぞれの地域を歩いて、店や学校、景色の良い場所などを目指して!!」をテーマに、東北福祉大学の教授や大阪府認知症介護指導者、ケアマネージャー、コミュニケーション・シャルワーカーの方々を講師にお招きし研修を受けた。

今年上半期の主な行事の様子をご紹介したいと思います。

春は隣接する広場でお花見です。以前は各階ごとに出かけることが多かつたのですが、広場ができたおかげで全階の皆様が一緒にお花見できるようになりました。広場を飾るお花見用のぼんぼりは夜間灯りがともされ、ライトアップされた桜を窓から眺めるのを楽しむにされる入居者様もいました。



グループホーム いすみ

春夏行事の紹介

母の日はカーネーションとメッセージカード、お菓子を配りました。花を見て「まあ」と笑顔をほころばせる方、カードをじっくり眺める方など反応は様々。でも圧倒的に多かったのは「花より団子」でお菓子を喜ばれる方でした。

満面の笑み



仲良く花火

一生懸命
お手伝い



いすみで初めての
父の日のT様



父の日は誕生日の方も一緒に祝いました。入居者様が積極的に料理の盛り付けを手伝われ、豪華な食事ができあがりました。手を上手く動かすのが難しいため、普段はお手伝いに参加されないT様がケーキのデコレーションを手伝つてくださったのが印象的でした。

例年屋外で開催される七夕地域交流祭は雨天のため室内になりました。残念ながら予定していたそうめん流しは行えませんでした。

**ケアハウス
長寿苑**

自慢の料理人



今日はケアハウスの厨房にスポットを充ててみました。日頃、表に出て来られないのですがいつも食堂のご飯は美味しいと評判なので「六尾だより」を使って表に出てみました。

N

私は栄養士をさせて頂いているので栄養・健康面はもちろんどうしたら食べやすいか?皆さまの好みはどんな食べ物か?と思いながら「食堂での食事が一番楽しみ!」と言って頂けるような献立作りを考えています。

また、食事の事だけでなく何でも話せるいつも元気な栄養士さんと思ってもらえる為に毎日、笑顔で接するように心がけこれからも頑張っていきます。

**F**

自分の持ち場は食材を使って作業するので食材の状態などには気を使いました、自分自身の衛生などにも気を付けています。どの時期にも食中毒が発生する可能性があり、調理状態などにも気を払い食の安全と安心して召し上がっていただけるようと思いながら務めています。調理の状態、味付け、盛付けなど調理師としての技術が向上していくように心がけています。

**K**

私が厨房で心掛ける事は食中毒・異物の混入などですが味付けや盛付けも調理する方は多量ですが食べられる方は一人なので美味しいきれいに見えるように気を付けています。

食事中もカウンターより越しですが何か困っていないか見渡したり、たくさん残されている時は「誰の?どうしたん?」と下膳して来てくれた人に尋ねたりしています。入居者さまとは親子のように親しくもちろん失礼は承知で声掛けさせていただいたり、声を掛けてもらったり楽しく過ごしています。いつまでも元気で居ていただくにはやっぱり食事が一番だと思いますので厨房職員の「輪」を大切にして「美味しい!」と喜んでいただく食事を提供できるようにこれからも頑張っていきたいと思います。

**S**

私が厨房補助をさせて頂く中で日々の体調管理とうがい手洗いを特に心掛けています。家庭では極力、生の食事は避けて火を通してしています。

入居者の方々に元気一杯の笑顔で「おはようございます」「こんにちは」と心を込めて挨拶させて頂いています。今では私自身が皆さまから沢山の働く活力を頂き、本当に感謝しております。

ベテラン職員の方々のように細やかな心配りや気付きが出来るよう、少しずつ日々、精進させて頂きます。



最後にケアハウス長寿苑では5名で力を合わせ、いつも入居者さまに「美味しいかったよ。」と言ってもらえるよう頑張っていきますのでよろしくお願いします。



食事風景



本日のスイーツ



美味しい笑顔

夕飯のこともあるので一種類でお願いしています。飲み物は、数ある中から好きな物を選ぶのですが、皆さんやつぱり「カツエ」がお好きです。

特養厨房さんが手作りしてくれる週替りの美味しいスイーツと、ボランティアさんが入れてくれる飲み物で、午後のひと時を過ごしています。

14時近くなつてくるとスタッフからのアナウンスが入ります。「今日は14時からカツエに行きますよ」

「カツエ?」「何かおいしい物食べさせてくれるん?」

など皆さん興味津々なご様子。

14時になると2班に分かれて出発です。スイーツは2種類の中から選べます。ゼリーのすつとのど越しの良いものと食べ応えのあるケーキです。

毎回皆さん悩む

美味しい笑顔

の

帰りの顔はみなさんにつこり大満足のお顔で足取りも行きよりも軽いです。

厨房の皆さん、ボランティアの皆さんありがとうございました。また来週もお頼いします。

毎週水曜日はグループホームは力「カツエ」

特養厨房さんが手作りしてくれる週替りの美味しいスイーツと、ボランティアさんが入れてくれる飲み物で、午後のひと時を過ごしています。

14時近くなつてくるとスタッフからのアナウンスが入ります。「今日は14時からカツエに行きますよ」

「カツエ?」「何かおいしい物食べさせてくれるん?」

など皆さん興味津々なご様子。

夕飯のこともあります。この日のボランティアのお二人、藤田さんと大家さんです。お二人に六尾力フエのことを聞きました。「楽しくやらせてもらつてますよ。頃なじみの方もいるのでお話を楽しめています」

お一人のほかにもボランティアさんが六尾カツエを支えてくださっています。さて、楽しい時間もあつと

お二人の笑顔

のことでした。

これからも、通い・訪問・泊まりの同じスタッフで対応し、安心と楽しんでもらえるよう頑張ります。

あなたが働きたいと思えるようになります。当時訪問が苦手な私でしたが、利用者様の顔ぶれが変わらないというメリットで訪問にも自信がつき、利用者様に支えられて、できるようになりました。これからも、通い・訪問・泊まりの同じスタッフで対応し、安心と楽しんでもらえて、できるようになりました。

これからも、通い・訪問・泊まりの同じスタッフで対応し、安心と楽しんでもらえて、できるようになりました。当時訪問が苦手な私でしたが、利



今月のメニュー



ボランティアのお二人

グループホーム六尾の郷 水曜日は カツエ日和



また来週



ごちそうさまでした

あっとほーむ六尾の郷 5周年にちなんで 開設当時よりのスタッフに聞いてみました!!



副主任 K



主任 T

振り返れば、5年前に

グルーブホームより異動

でした。全てが、初めて

の事でした。中でもレク

リエーションは、どのよ

うにしたら利用者様が楽

しへ下さるか、毎日悩ま

いありません。それが、

楽しんでいただけていな

いのかなしさを捨てよう。と、気持ちをき

りかえました。それ以来レクリエーションを

利用者様と一緒に、楽しめるようになりまし

た。あっとほーむに、行けば何か楽しい事が

思つていただけるようにして

いきたいです。

りました。当時訪問が苦手な私でしたが、利用者様の顔ぶれが変わらないというメリットで訪問にも自信がつき、利用者様に支えられて、できるようになりました。

これからも、通い・訪問・泊まりの同じスタッフで対応し、安心と楽しんでもらえて、できるようになりました。

これからも、通い・訪問・泊まりの同じスタッフで対応し、安心と楽しんでもらえて、できるようになりました。

開設時はスタッフも家族、利用者様も小規模多機能の仕組みがわかりにくくスタッフも四苦八苦の毎日でした。スタッフは、送迎・レクリエーション・訪問・泊まりを全てこなすため、苦手分野にあたると、どうしたかはおこなせるか悩む時もあります。

ホームヘルバーステーション六尾の郷

月1回の大集合 ヘルパー会議

ヘルバーステーションでは、毎月1回ヘルパー会議を行なっています。

個別にご自宅に訪問するヘルパーが、全員揃う貴重な時間で、連絡事項の伝達はもちろん、腰痛体操を行なったり、地域の方との交流の場である砂川サロン「いこい」へ見学に行ったり、研修も行います。

最近では新たに担当者会議の時間を設けました。

グループに分かれて、各利用者様の援助について改めて振り返り、問題点や気になる点はないか、それに対する改善策や対応について、意見を出し合っています。

最終的にまとめた意見は、全てのヘルパーで共有し、またケアマネージャーに報告・相談し、翌月のヘルパー会議で経過を報告します。

ヘルパーからも好評で、「ヘルパー同士で話す時間ができていい」「利用者様のことをより理解できて、充実した時間」「こういうやり方もあるんだ、と勉強になる」「利用者様の意外な面に驚いたり、知らなかつた一面を知れて嬉しい」等の感想が出ています。

これからも継続して行い、利用者様に対するよりよい援助に向けて、ヘルパー一同頑張ります！！



いこい見学



腰痛体操



M

デイサービスの専属看護師となつてまだ7か月と日々浅いのですが利用者様と出会い沢山の嬉しい言葉を頂きました。ご高齢の利用者様もおられる中、体調が悪くなると迷惑を掛けたくないと言う思いからお休みされる方もいらっしゃいますが「今日の朝、しんどかったんやけどな、ここに来たら看護婦さんがおるから安心して来たねん。お願ひね。」と言って頂いた時は「お越しさり有難うございます。」と言う気持ちで胸が熱くなりました。臨床現場が長かった経験を活かし介護と看護の両立をしながら利用者皆様がデイサービスに安心して来所して頂き楽しく過ごせるよう看護師の立場から支援をさせて頂きたいと思います。



K

長寿会利用者さまで和歌山出身と言う方も多く、私も和歌山生まれである事から、よく働きはじめた頃は「あんたのその口調が懐かしい」とよく言ってくれました。そんな中、101才の利用者さまが同じ和歌山出身であり生まれ育った環境や日々の生活の話から、ちぎり絵やぬり絵などの手作業をするのが好きな方で配色やアイデアの発想にはいつも感心するばかりです。いつもご利用された時にはそう言ったお話を聞かせてもらい「柏本さん、私ね、こういうちぎり絵なんかをしているのが一番好きなんですよ。多趣味なんですね。」と私の手を握りとてもいい笑顔で話され、すごく温かい気持ちをもらいます。この方のようにいつまでもお年を召されても向上心を持って頑張っていきたいと思います。

第16回

この仕事について 思い出に残るエピソード

デイサービスセンター六尾の郷



第8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つていただく好評の連載。今まで知らなかつた仕事以外のあんな顔こんな顔をお見せします!

S(特別養護老人ホーム
六尾の郷)

休みの日には友達と出掛けたりもしますが、一人でもどこにでも行けてしまう私。この写真も他の観光客の方に撮って頂きました。また、どこかで一人で旅していたらお声を掛けてくださいね。

**M**

(ケアプランセンター)

子育てまつた中なので、自分の時間は全くありませんがお休みの日には子どもたちとの時間を大切にしています。今、ひそかな楽しみは、子ども達を寝かしつけたあのゲームタイムかな…。子供たちの寝顔を見ながら少しだけの自分時間を楽しんでいます。



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/>

Facebook もやってます！

www.facebook.com/chojukai

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

この度は多大なるご寄付をいただき、有難うございました。社会福祉の趣旨をご理解いただき、過分なる御厚意を頂戴致しましたことは、身にあまる光栄に存じております。

今後もますます、社会福祉活動に力を入れて行こうと固い決意を新たにする次第でございます。平成26年度も多大なご理解ご協力をいただきますよう、お願い申し上げます。

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。

夏の長い厚さも終わり日々、秋の色が出始める今日この頃。皆さまいかがお過ごですか？皆さまにとって秋と言えば何をイメージされるでしょうか？食欲の秋といふフレーズに負けてしまつありますが、秋は気候的に体を動かしやすい季節です。ふだん体を動かすことが少ない方も、この秋から、何かスポーツを始めてみてみるのはいかがでしょうか？いい汗かくとも、ちょっと歩きをするだけでも、心地良い風に触れられるのではないか？私は前回の六尾だよりを読んでいたいた方から「ゴルフは上手くなつた？」、「その日焼けはゴルフ焼けやね？」などと温かい声をかけていただきました。色々な所で色々な方がこの六尾だよりを読んでくださっています。だからと嬉しい限りです。これからも「六尾だより」を通じて地域の方々とより身近な存在になれるような記事を目指して編集委員、スタッフ共々頑張りたいと思います。これからもよろしくお願いいたします。

編集後記