

# はくしま

海岸伊和子 様作

2016年6月1日

第82号

発行人：羽田 浩朗

発行：特別養護老人ホーム白島荘

〒562-0012 箕面市白島3-5-50

TEL：072-724-5511

FAX：072-720-2054

ホームページ：<http://www.osj.or.jp>

メール：[hakusima@osj.or.jp](mailto:hakusima@osj.or.jp)

昨年4月に副施設長として白島荘に赴任し、平成28年4月より施設長に就任しました。新人の施設長1年生ではありますが、大きな責任と大きなやりがいを感じながら、白島荘のサービスをご利用になられている方々並びにそのご家族の期待に応え、地域の方々にも喜んでいただけるサービスを提供し、職員に対しては誇りをもって白島荘で仕事ができるような環境を整えていきたいと思っています。

白島荘では法人理念のもと、白島荘運営理念を掲げるとともに、今年度の事業計画を策定しました。主な取り組みは次のとおりです。



庄 長  
羽田 浩朗

## 1. 介護・生活支援サービスの向上

特別養護老人ホームでは24時間シートをより充実させ、ユニットの個性や特色が発揮できるよう研修や勉強会等を行います。

在宅サービスでは自宅で末永く暮らし続けるために医療機関との連携強化と「在宅版24時間シート」を作成し、在宅生活をより豊かにする支援をします。

## 2. 専門性の高いケアの提供

重度利用者、医療的ケアが常時必要な利用者の受入れ、看取りケアの推進に対応できる体制を整えます。

## 3. 人材育成と職場環境の整備

人材育成に関する専任職員を配置し、ハローワークとの連携を図り人材確保に努め、仕事に不安を抱える職員、特に新人職員への人材育成に力を注ぎます。

## 4. 地域福祉の推進

箕面市が推奨している「ラジオ体操」を引き続き実施し、より多くの地域の方々に来ていただけるよう取り組みます。

地域交流スペースを開放し、子育てサークルや地域サークル活動、小学校との交流、子供の居場所づくりとしての学習室等活用することで、地域に貢献するとともに、白島荘に多くの方が足を運んでいただけるように努めます。

まだまだ多くの課題がある中で、私の白島荘での目標は「やさしくて、強い施設・事業所づくり」です。至らぬ点が多々あるかと思いますが、何卒ご指導ご鞭撻の程よろしくお願いたします。



笑顔には自信があります。よろしくお願ひします。



岡本 裕子様

皆様こんにちは、オープンユニットで、好きなテレビ鑑賞をしたり、リハビリを頑張ったりしながら、毎日楽しく過ごしています。また、遊びに来てください。



船井 隆様



藤本 正子様

藤本正子です。野球が好きで阪神タイガースを応援しています。よろしくお願ひします。



瀬戸山 研子様

人のお喋りが好きです。よろしくお願ひします。

平成 28年度 **さつき祭り**

5月15日生まれ変わった白島荘で第二回目のさつき祭り…。

当日は天候にも恵まれ、五月晴れの中無事に開催する事が出来ました。

さつき祭りでは模擬店、バザー、衣類販売などご入居者、ご家族など楽しんで頂けるコーナーを設置。また今回は地域の子供達にもより沢山参加して頂けるようにミニゲームや消防車、救急車などのバッテリーカーを用意した結果、さつき祭り会場はたくさんの来場者で溢れ、たいへん賑やかな祭りとなりました。あっという間の二時間でしたが、今回も大きな事故もなく無事に祭りを終えることが出来ました。今後の白島荘の行事でもご入居者やご家族はもちろん、地域の方々により多く参加して頂けるようなイベントを企画し、白島荘をもっと知って頂きご入居者の方達と交流していく中で、今以上に白島荘を盛り上げていきたいと考えています。



### 介護科よもやま話

カモミールユニットでは園芸活動に力を入れています。現在はエンドウ、水仙、パンジーを植え、最近ではご入居者とエンドウの収穫を行い、お食事の彩に加え提供しました。特に色とりどりのパンジーはとても鮮やかで「赤色の花が好きです」や「綺麗ですね」と喜んで頂けています。個人でカブを植えられ、毎日のように中庭の様子を観察し、園芸活動が生活の一部となっている方もいらっしゃいます。最近では「カブが出来たら食べて下さいね」と仰って下さいました。

中庭の景色や庭の手入れがご入居者の心の癒しや、普段とは少し違った食事の楽しみになっているのではないかと感じます。今後もご入居者に毎日のちょっとした「喜び」や「楽しみ」を感じて頂けるよう四季を感じられる植物の園芸を充実させていきたいです。



### 4月より白島荘に来ました 栄養士の立岩と申します。

入社後より、居酒屋さこちゃん、喫茶ひまわり、地域の祭典「れんげまつり」でのフランクフルト提供、といった多くの行事に参加させていただきました。

どの行事でもおいしい、楽しいと喜びの声を多く聞く事ができ、とても嬉しく思っています。

今後も皆様に喜んでいただけるような食事の提供とイベントの開催をしていますのでよろしくお願いいたします。



栄養士  
立岩 由利恵

### 医務室だよ 骨のおはなし



加齢や閉経と共に骨がもろくなってしまうことは皆さんよく御存じだと思います。転んで骨折するとなかなか回復しない事も事実です。寝たきりにならず楽しく生活できるよう「骨」を大切にしましょう。

では、どうすれば「骨」を大切に出来るのでしょうか？



骨量が減少する要因はいろいろありますが、加齢による骨量の減少は生活習慣の改善によりかなり抑えることができます。散歩や体操(白島荘でもラジオ体操を火・金・日曜日に地域向けに行っています)、ダンス・太極拳などある程度負荷のかかる運動が有効です。運動することで骨量の減少をくい止めましょう！

食べ物に関してはカルシウムが骨の強度を保つためには大切なものです。カルシウムの多い食べ物は牛乳・乳製品・小魚・大豆・海藻などです。また、カルシウムの吸収を高めるビタミンD・リジン・マグネシウム(魚・大豆・海藻など)も十分に摂る事も大切です。

転ばぬように筋肉を鍛え「骨」を大切にしましょう！！

# ユニット紹介

## ハイビスカス



### ユニットリーダー 桂 陽子

居室やリビングで過ごされるご入居者の方が多い中、少しでも外の空気や気候を感じて頂けるようたくさんの機会を創り、少しでも良い思い出が残るようにしていきたいと思っています。また、お菓子レクリエーションやユニットランチなど、ご家族と共に参加して頂く中で活動を楽しんで頂き、笑顔あふれるユニットを築き上げればと考えています。どうぞよろしくお願いいたします。



## バジル



### ユニットリーダー 北口 真一

バジルユニットでは、口腔ケアに着目し、出来る限りご自身で歯磨きをして頂き足りない所は職員が補い、「きれいな歯をいつまでも」を目標に取り組んでいます。またバジルファームにおいては、季節野菜を栽培する楽しみと厨房で調理して頂き白島荘の食事に出て来たものを食べる楽しみをみんなで味わっています。皆様のお越しをお待ちしております。



## ラベンダー



### ユニットリーダー 中塚 麻美

ショートステイご利用者の「できること」を大切にご利用者がもてる機能を活かして頂けるような場面作りをお手伝いしていきたいと思えます。また、夏祭り等の季節の行事を企画するとともに自宅で過ごすような快適で落ち着いた過ごし方をして頂けるリビング、お部屋作りにも努めていきます。ボランティアさんのご協力による手作りの素敵な玄関とスタッフの笑顔でお待ちしています。



## レモングラス



### ユニットリーダー 越川 正進

ご入居者、ご家族にご満足いただける、サービスを常に心がけ、職員一同、笑顔、気配り、思いやりをモットーに、丁寧なお手伝いを実施してまいります。また、行事やレクリエーション等で、楽しい時間を過ごしていただけるよう努めてまいります。皆様、よろしくお願いいたします。



## ローズマリー



### ユニットリーダー 橋本 綾子

ご入居者お一人おひとりが自分らしく、安心して穏やかに過ごして頂けるよう支援いたします。園芸活動やレクリエーション、体操、また個々の趣味を楽しむ時間を設け、笑顔で楽しく生活して頂ける様努めてまいりますので、宜しくお願い致します。



# ユニット紹介

## オリーブ



### ユニットリーダー 大西 正乗

オリーブユニットは、男性1名・女性9名のユニットです。ご入居者の暮らしぶりは居室でテレビを観られたり、リビングで過ごされたりと思い思いにご自身のペースに合わせたケアを行いながら、生活して頂けるように取り組んでいます。また皆で行う食事前の嚥下体操などに取り組んだり、日中に行うレクリエーションに参加されたりしながら、毎日楽しみを見つけておられて笑顔いっぱいユニットです。皆様のお越しをお待ちしております。



## カモミール



### ユニットリーダー 白井 直樹

今年度も引き続き園芸活動に取り組んでいきます。今年はイチゴ、トマト、青梗菜など植えており収穫をご入居者の方一同楽しみにしています。それ以外の活動についてはお菓子レクリエーションや外出など、ご家族の皆様と一緒に参加して頂く中で活動を楽しんで頂き、毎日笑顔で賑やかなユニットを作っていければと考えています。どうぞ宜しくお願いします。



## ジャズミン



### ユニットリーダー 遠藤 文香

ジャズミンユニットは全員女性のご入居者で平均年齢92歳と華のご長寿ユニットです。朝は目が覚めるまでゆっくり眠っていただき、一日の楽しみである食事は陶器の器にこだわり、見た目からも美味しく召し上がっていただけるよう努めています。ここに来てよかった、長生きしてと思う瞬間をより多く感じていただけるよう、できるだけ家庭的な雰囲気ですてやかに自分らしくをモットーに今年度も努めてまいります。



## マリーゴールド



### ユニットリーダー 秋元 政博

お食事の時間が近くなると、リビングからはご入居者同士の話し声や笑い声が聞こえ賑やかになります。朝食前後の時間は4階ベランダを活用した“朝日浴”に力を入れています。



## ミント



### ユニットリーダー 原田 奈津美

ミントユニットは、下は79歳、上は102歳からなるユニットです。昨年に引き続きスイカを植え、毎日お庭に水やりをし、今年も美味しいスイカが収穫できるのをご入居者、職員共に楽しみにしています。ご入居者一人ひとりがご自身のペースで過ごせるよう環境作りをし、その人らしい生活を白島荘でも出来るようお手伝いしていきたくと思います。





### 在宅応援団

こんにちは。はくしまヘルパーには、小学生や幼稚園・保育園に通う子を持つヘルパーが何人もいます。毎日、仕事と子育てに奮闘中の日々のママさんヘルパーの声を聞いてみました。この仕事をしてよかったと思う部分は、①希望の時間で働くことができ仕事の合間に家のことが出来る事。②仕事以外も人生の先輩のヘルパーさんから、子育てのことや家庭の悩み相談が出来る。③研修等を通じて、子を持つ母として得にくい「勉強する」という機会をもてること。

一方、一対一での仕事なので緊急時に遭遇した時の不安はあるとの声や雨の日の自転車での移動は大変との声もありました。

子育てと仕事の両立は大変な面もありますが、ヘルパーみんなが働きやすく、楽しく仕事ができる環境を続けられるよう心掛け、ご利用者・ご家族に満足して頂けるサービスを提供していきます。



## グループホーム 「華の家」通信

### 華の家近況

#### ～ご家族・地域と共に～

1月20日(水)「新年会」開催

新春に「華の家」では、地域のボランティアの方々のご利用者のご家族をお招きし、「華の家」初の新年会を行いました。ゲームと運動で大いに盛り上がり、まるで冬の大会！知らず知らずの内に夢中になり大活躍の皆さん。上手に出来たら拍手が起こり、熱気あり笑いあいの楽しい時間となりました。

#### ～ご利用者・地域と共に～

4月9日(土)「認知症サポーター養成講座」開催

毎年恒例の石丸地区の方々との交流会にて、「華の家」初の「認知症サポーター養成講座」を実施しました。

「華の家」のご利用者3名も参加され、講座の中でDVD(認知症の方と接する時の悪い例、良い例)を見てのインタビューの際「もっと笑顔で接してあげなくちゃね。」「あかんわ、もっとやさしくしてあげなきゃ。」「おうちまでちゃんと送って行ってあげなさいよ。」等、積極的に意見を出されて会場を盛り上げていました。講座終了後はお茶とお菓子をいただきながらの歓談タイム。石丸地区、箕面市、白島荘それぞれの担当者が、今年度の地域向けの活動予定を紹介しながらの充実した内容となりました。



棒体操



ピンポンでカップ



タオルでボール渡し



タオルでプーさん渡し!



シーツでどんぶらこ



認知症サポーター講座



交流会

### 高齢者デイサービスの紹介

今回は高齢者デイサービスでの新しい取り組みについてご紹介させていただきます。いつまでも今の状態を維持し、いきいきと自分らしく生活を続けられるような「元気な高齢者づくり」のための取り組みを国も箕面市も後押ししている中、光明の郷では現在『デュアルタスクエクササイズ』【二重課題運動】を積極的に取り組んでいます。



名前だけ聞くと何をすることもわからないと思いますが、簡単に説明すると『頭を使いながら体を動かす』『二つの課題を同時に行う』エクササイズです！四角いマス目をルールに従って歩きながら、しりとりにや簡単な計算問題、クイズに答えてもらいます。頭(脳)と身体を同時に刺激することで認知症の予防と転倒予防に効果的な運動です。最近では、『今日はどんなステップするの?』『この前のやつ書いてくれたから覚えてきたよ!』などと楽しみにされている声も聞こえてきました。



もちろん高齢者だけでなくあらゆる年齢層の体力づくりや生活習慣病の予防にも活用できますので、センターにお立ち寄りの際はぜひ一度ご体感下さい。

## 光明の郷 ケアセンター ズームアップ

### 小規模多機能「ひねもす」

気候も良くなり、ひねもすでは皆様と一緒に外出をして楽しんでおります。

新しい季節の風を感じ取り、皆様、笑顔いっぱいを楽しまれています。今後も積極的に外出の機会をつくり地域の方々と交流を深めていけるよう取り組んでいきたいと思っております。

おやつレクではホットケーキ作りに取り組み、皆様、思い思いの盛り付けをされ、プロ顔負けの仕上がりになっていました。



### 地域活動支援センターの紹介

新しい年度が始まりました。ご利用者の「なかま」も新しい取り組みを始めています。

毎年恒例の箕面市の紙芝居コンクールに向けて絵も完成し、脚本をどうするか悩みつつ、今年こそ入賞したいと頑張っています。今年はボトルキャップのアートは平面から立体への挑戦です。(立体の説明に職員が四苦八苦!!)。どんな物が出来るか、乞うご期待!

また、楽器演奏を楽しむために、手作りのマラカスやカリンバを作っていく予定です。昨年の演奏会を上回るものが出来るかな?

「なかま」の笑顔や笑い声がこだまする「障がい者デイ」に一度お越しください。ボランティアも募集しています。



毎月第2・4金曜日の午後1～3時に喫茶「フレンド」開店しています。是非にお越しください。「なかま」の笑顔がお待ちしております。

### 光明の郷 相談支援センター「はくしま」



相談支援専門員 平櫛 則忠

光明の郷相談支援センター「はくしま」では障害者(特定と児童)の計画相談を承っております。

現在の内訳は特定が32名、児童が14名の46名で、東は彩都から西は瀬川まで箕面全域を担当させていただいています。

移動は主にアシスト自転車。箕面市は坂が多いので、アシストに任せてゆっくりと回っています。

本人に適したサービスを提供し楽しく生活できるよう日々勉強しております。

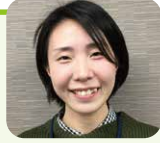
何か分からないこと、困ったことがあれば相談してください。お待ちしております。

## 転入職員のご紹介



白島荘 副施設長  
高上 忍

平成28年4月1日より、副施設長として就任いたしました。副施設長としては初めての職務となり、これから勉強の毎日であります。不慣れなこともありますが、その職責を重く受け止め、ご利用者のサービス向上に尽力したいと思っております。



白島荘 生活相談員  
朴 麗花

4月より生活相談員として四條畷荘から転動してまいりました。朴です。初めてのことはありますが、いつも笑顔で、頼れる職員になれるよう頑張ります。よろしく申し上げます。



白島荘 主任介護職員  
秋元 政博

ユニット型は初めてですが、従来型特養で得た介護技術とデイサービスで磨いた接遇の心を活かしより良いケアを広めたいと思っています。



光明の郷ケアセンター 相談支援専門員  
平櫛 則忠

2月より前任の山口より引継ぎをし、正式に4月より着任させていただきました。新しい分野で戸惑いもありますが、少しずつコツコツと勉強して皆さまのお役に立てるよう頑張りたいと思っています。また基幹を中心に各事業所と連携を取り皆さまにより良い新しい情報を提供できるよう努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。



光明の郷ケアセンター 障がいデイサービスセンター支援員  
浦松 伸雄

4月より光明の郷ケアセンターの3階障がいデイに勤務することになりました。浦松 伸雄と申します。今までは、お年寄りの方の支援することが多かったのですが、これからは障がいをおもちの方の支援をさせて頂くことになりました。皆さんと一緒に色々な事をしていきたいと思っていますのでこれから宜しくお願いします。

## 新入職員のご紹介

(アイウエオ順)



白島荘 介護職員  
飯田 電介

今年の3月から白島荘で働かせて頂いています。介護経験はありますが、自分自身の介護を見直し、新たな場所で実践し活かせればと思っています。宜しくお願いします。



光明の郷ケアセンター ひねもす管理者  
岡田 良平

4月より入職しました岡田良平です。まだまだ分からない事が多いですが、ご利用者、一人ひとりの思いに寄り添い地域との関わりが持てるよう頑張っていきたいと思っています。宜しくお願いします。



白島荘 介護職員  
吉田 楓

4月から白島荘に配属されました。吉田楓です。ご利用者の笑顔を引き出すことができる職員になれるように頑張ります。宜しくお願いします。



白島荘 介護職員  
森田 将寿

4月から白島荘に配属されました。ご利用者の気持ちに寄り添える職員になりたいです。よろしく申し上げます。

## 転出職員のご紹介

- ◆荒田 房生…白島荘 荘長 → 大阪府社会福祉事業団 常務理事
- ◆本間 良子…白島荘 総括主任介護職員 → 特別養護老人ホーム豊寿荘 介護科長
- ◆板野 宮子…白島荘 主任主事 → 大阪府社会福祉事業団 OSJ研修・研究センター
- ◆高木 美佳…光明の郷ケアセンター → 特別養護老人ホーム春日丘荘 総括主任介護職員
- ◆渋谷 徹…白島荘 介護職員 → 特別養護老人ホーム高槻荘 介護職員

## ボランティア募集

特別養護老人ホーム白島荘、光明の郷デイサービスセンターなどでのボランティアに興味のある方、まずはお電話下さい。

### 活動内容

- お話し相手、行事補助、クラブ活動、喫茶補助、その他何か取り組みたいことなどあればお気軽にご連絡下さい。

○お問い合わせ ☎ 072-724-5511 担当 朴・山下



## 見学・受付について

○ご入居、ご利用についてのご相談なども含め、お気軽にお越しください。なお、見学をご希望される方は事前にお電話にてご予約いただいた上、お越しくださいますようお願い致します。特別養護老人ホーム以外にもデイサービスセンターやケアマネージャー、ホームヘルパーなどのご相談、ご利用についてなども、まずはお電話下さい。

○お問い合わせ ☎ 072-724-5511 担当 朴

## 編集後記

今年度も新しい職員を迎え、新しくなった白島荘での2年目を迎える年度になりました。より充実したケアを目指していききたいと思います。職員の異動もあり、新しい職員と共に白島荘の取り組み内容を少ない機会ですがご紹介できればと思っています。今年度も白島荘グループをよろしくお願いいたします。