

はくしま

か と い ま つ の 様 作

2016年11月1日

第83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

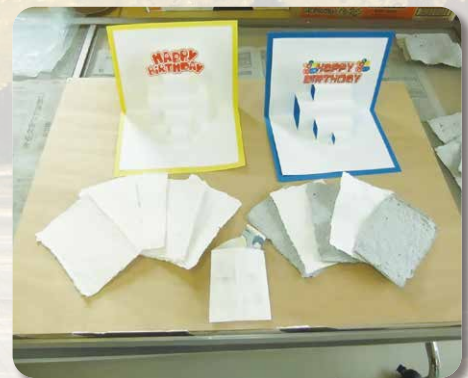
6月だったか、今年は台風の発生が著しく遅れるとテレビから聞こえてくるアナウンサーの声が何故か気になっていました。この原稿を書いている前日もまさしく台風の影響で朝から忙しい一日でした。台風が発生したと聞くと、まずは台風の進路の確認を何度もします。「そんなに確認しても変わらないでしょう」と独り言をいうこともあるくらい何度も確認します。「〇月〇日に来る」その当日のご利用者の確認、スタッフの確認、そしてひたすら「どうかこないで、少しそれてください」と祈ります。今年も各地で台風や豪雨による悲しいニュースがありました。他人事でなく、次はここでも起こりうることを考えていなければなりません。日頃からの準備をこころがけなければと強く感じた今年の夏でした。



光明の郷ケアセンター
センター長
楠 成美

私の勤務している光明の郷ケアセンターは、1階は高齢者デイサービス、2階は小規模多機能型居宅介護事業所「ひねもす」、3階は障害者福祉サービス（箕面市地域生活支援）、白島荘生活介護事業所「フレンドカラー」、光明の郷相談支援センター「はくしま」とそれぞれのフロアで高齢者の方や障がい者の方々の支援を行っています。白島荘生活介護事業所「フレンドカラー」は本年9月に開所しました。多くの仲間（フレンド）とここで出会い、一人一人の個性（カラー）を障がいの有無にかかわらず大切に、すべての人が自分らしく地域で生活しつづけられる…そんな願いを込めてつけた事業所名です。私自身人間関係に疲れた時は「違いは個性、カラーなんだ」と思うようになりました。「フレンドカラー」では牛乳パックを原料に一枚一枚手すきによる紙を作成し誕生カード、ぼち袋、はがき等を作成し販売します。開所当初は凸凹で文字の書けない葉書にみんなで溜息ばかりついていましたが、何回も何回も道具を作り替え、牛乳パックと水の割合を工夫することで、やっと手すき紙らしい味わいのある葉書が出来上がりました。どこかで「フレンドカラー」の作品を見かけたらぜひ1セットお買い上げ下さい。この葉書で出す便りは幸せを呼ぶこと請け合いです。「フレンドカラー」では、その他車椅子の洗浄やウエスの販売もおこなっていきます。一つの活動を通して大勢の方々や団体が力をかしてくれました。皆さんから頂いた力を帆に受けて「フレンドカラー」の船出です。ご利用者の個性をなにより大切にしたい事業所名に恥じない地域に根ざした活動及び運営をしてみたいです。

光明の郷ケアセンターは、高齢者に関わる悩みはもちろんの事、障がい者の方々の相談も受けられるスタッフがいます。福祉のことでお困りの方はもちろんの事、福祉のお仕事に興味がおありの方がいらしたらぜひ「光明の郷ケアセンター」にご連絡下さい。箕面市粟生新家3-12-5 電話番号072-729-5571 私たちスタッフは、地域に根差した福祉を目標に皆様の近くにいます。





和田千代子です。趣味は書道です。地毛の黒髪が気に入っています。



笹川静江です。昔喫茶店をしていて、コーヒーが好きです。よろしくお願いします。



和田 千代子様

外に出掛けたり、歌を聴くのが好きです。以前は木彫りや洋裁をやっていました。宜しくお願いします。



西井 カズ工様

能勢栗やでっ羊かんで有名な大阪府能勢町にて生まれました。自然豊かな所ですので是非おいで下さい。昔は和裁・手芸を趣味としていました。

下川 春子様

笹川 静江様

盆踊りと終えて

夏も終わりに近づき少しずつ、涼しくなり始めるころ。8月27日(土)に白島荘盆踊り大会が開催されました。ご入居者で希望の方は浴衣に着替えられてお化粧され、高揚ムードに包まれての参加になりました。模擬店では、唐揚げ、餃子、焼きそばやジュースなどがあり、どこの模擬店も人気があり、皆さん笑顔で食べておられる姿が印象的でした。

また、OSJ研修・研究センターの中でゲームコーナーを行い、地域の子供さんや職員の子供さんなどがたくさん来られ、射的や反射神経ゲーム、輪投げに夢中で、目を輝かせながら真剣にされていました。そして、白島荘の理髪に来られているスマイルさんによりますお化粧無料体験もたくさんの小学生などが、体験され華やかでした。

駐車場では、胡蝶の会の方々を中心にやぐらの周りを円になってご家族の方や地域の方と一緒に、盆踊りを楽しんでおられました。

今年も盛大に盆踊り大会が開催できましたこと、地域住民の方々の理解とご家族様のご協力、ボランティアさんのお力あっての事と存じます。ありがとうございました。



機能訓練

機能訓練で日頃から心がけている事は、片手支持であっても、両手支持であっても、歩ける方はずっと歩けるように。立ち上がりや立位保持が出来る方は、どのような用具を使ってでも立てるように。座位保持が出来る方は、ずっと座れるように。これが私の望みです。これらを叶えていくには、主役であるご入居者が望んで下さらないと実現が出来ません。その望みを持って頂くためには、暮らしの中に小さな楽しみを見つけて頂くことです。

①の写真のご入居者は、家が農家で「土」が大好きで、「土」に触るだけで良い土かどうかがわかるそうです。「花や野菜と一緒に植えましょうか」と聞くと、「植物を植えても、水やりは人の手を借りないと出来ない。けれど、草むしりは誰の手を借りなくても私が出来る事なので、草むしりがしたいです。」と言われる。それから、夏は朝早くに4階の庭園を中心に、手際よく根っこから雑草をとって下さっています。雑草の中に花が咲いていた花壇も雑草がなくなると一段と花が美しく見えて、4階の庭園に来られた他のご入居者から「ご苦労様です。」「有難うございます」と声をかけて下さるようになりました。そのご入居者は、草むしりのほか、ユニットで食事が終わった後の食器の洗い物もして下さっています。「何か役に立とうと思ったら、自分が元気でないとあきませんな」としみじみ話しをされます。外に出て草むしりをしようと思ったら座位保持が出来ないと、また、洗い物をしようと思えば立位保持が出来ないと、更に、体力、筋力をつけていくためには歩かないと、と機能訓練にも励んで下さっています。



②の写真のご入居者は、日頃から左手指のしびれや痛みを訴えられ、「どうしてこんなに痛いのかな」と時折、顔を曇らせておられます。機能訓練では、逆に手の事には触れず、下肢を中心に筋力トレーニングを行っています。「素晴らしい足の力ですね」「長年お仕事で頑張っておられたから、これだけ足の筋力があるんですね」と申し上げると「人間歩かなあかんね」と言われ、痛みのある左手もしっかり平行棒を握り、笑顔で平行棒を何往復もされます。

週二回、地域の方々とラジオ体操を行っているが、その中の八十代のご婦人が、「近所に住む子供や孫たちが、しょっちゅうご飯を食べに来て、私は肩が痛いし、食事作りは大変だけど、「美味しかったわ」「ありがとう」と言われると、また明日も元気で頑張ろうという気持ちになるよ」と話して下さいました。身体は心が動かすものかもしれません。



介護科よもやま話

ジャスミンユニットでは、モーニングケアに特に力を入れていきます。気持ちの良い一日の始まりを提供できるように、一人ひとりに合わせた起床時間、朝食メニュー(主食)を提供しています。決められた時間に起床して頂くのではなく、ご入居者に聞き取りを行い、7:45~9:00頃までの間お好きな時間に起床して頂くことで、ご入居者一人ひとりの生活リズムを大切にしています。

朝食では、ご入居者一人ひとりに朝食の嗜好を伺い、希望の主食を召し上がって頂いています。ご入居者の中には毎朝食パンや、白米の日、パンの日とローテーションを希望される方など様々です。ご自身の希望を伝えることが出来ないご入居者には、職員間で日頃の朝食の中で食べ具合はどうか話し合い、ご入居者の嗜好に合うように努めています。また、ジャスミンユニットでは、食事をより美味しく召し上がって頂けるよう、プラスチックの容器から陶器に移し替え、食事を提供しています。味だけではなく、目でも美味しいと感じて頂けるように、食事環境にも力をいれています。ご入居者にとってより良い一日を過ごして頂けるようこれからも自己研鑽に努めてまいります。



医務室だより

岸本ドクターの一日

岸本先生は皆さんご存知のように白島荘診療所の常勤医師です。現役時代は小児の心臓外科で小さい子供さんの相手をされていましたが、今度はお年寄りが相手です。「大変だなあ。」と心配する看護職員をしり目に持ち前の明るさと豊富な知識でどんとお仕事をこなされます。

出勤されるとまずミーティングがあり看護職員より夜間や休み中のご入居者の様子を把握されます。それからリーダーの看護職員と共に回診に出発!1週間かけてすべてのご入居者を診られます。先生の回診を待ちわびるご入居者も多く、皆さんニコニコ顔です。回診の後は午前中指示を出され大忙しです。時には職員の病気にも対応されます。

午後はお一人で白島荘全館を回られ各ユニットにお邪魔します。口の悪い看護職員に「先生の徘徊」と呼ばれています。時にはレクリエーションに遭遇し鼻歌を歌って帰って来られます。多分歌のレクリエーションだったので、この間の鼻歌は「上を向いて歩こう!」でした。回られている途中にご入居者と談笑されたり、ご入居者にとっても楽しいサプライズです。そして夕方帰路につかれます。

ゆっくり、ゆっくり流れるご入居者の時間の中でじっくりと話を聞いて寄り添っておられる先生。明日もまた頑張ってください!



***9/28(水)にご入居者の定期的胸部レントゲン検査を行いました。異常のある方に対しては個別にお電話で連絡させていただきます。**

栄養科だより

第3木曜日の18時半より「居酒屋さこちゃん」開催中!

栄養科では、ご入居者に食事を通して施設での生活を楽しくいただくことや、当施設と地域住民の皆様との交流を深める事を目的として、月に1度、第3木曜日の18時半より白島荘地域交流スペースにて、「居酒屋さこちゃん」を開催しております。

今年の7月には、2階テラスを使用したビアガーデン風さこちゃんを開催しました。ピールはピアサーバーをレンタルし、バーベキューメニューとして鉄板で肉や野菜を焼いたものを提供する等、いつもと違ったスタイルで楽しんでいただきました。「バーベキューの肉がおいしかった!おかわりもしました!」「カレーが美味しいわ、丁度良い辛さやね。」「フライドポテト、手作りりやから普段食べているのと全然違う!」と、地域の方やご入居者からたくさんの嬉しいお言葉を頂きました。



また、今年の9月には、居酒屋さこちゃんを始めて1周年という節目を迎える事ができました。1周年記念として、最初のドリンク1杯をサービスし、手作りプリンをメニューに取り入れました。普段ミキサー食を喫食されているご入居者にも、食べやすいプリンは大人気で、あっという間に売り切れてしまいました。また、某たこ焼き店のたこ焼きとチーズを卵でくるんだメニューにそっくり!?な、タコとチーズのお焼きは、おかわりを頼まれることが多く、3回頼まれた方もおられる程、好評でした。これからもご入居者と地域の方に喜んで頂けるよう、様々な工夫をして居酒屋を盛り上げていきたいと思えます



グループホーム「華の家」通信

華の家近況

「夏から秋へ」

今回は7月から9月にかけての活動のほんの一部ですがご紹介しします。



今年の盆踊りも浴衣を着ました。



華の家の畑で出来た夏野菜



この他に、ゴーヤも取れました。



ヨガ教室にて見事なポーズ!



ご利用者の作品を出品しました。



取れた野菜を切ってます。



おやきを焼くのもお手のもの!



毎年恒例になりました。二中の作品展。



来年の4月からはすべての食事を華の家で調理予定。乞うご期待! これからも白島荘の中の小さな「華の家」の応援よろしくをお願いします。



素人名人会にて、飛び入り参加!





在宅応援

朝夕は肌寒さを感じるようになり、日一日と秋が深まってきました。台風シーズンも一段落し、行楽日和を迎えるこの季節、皆さまいかがお過ごしでしょうか。白島荘ショートステイでは、ご利用者に心豊かな日々を送っていただきたい。そんな思いから、四季折々のイベントやレクリエーション活動をはじめ、地域で暮らす楽しさを感じていただけるよう、さまざまな工夫をおこなっております。たとえば10月のイベントでは、運動会を行いました。運動会では、特別養護老人ホームで過ごされるご入居者もご参加され、より多くの方との交流の場になりました。また、自立支援の一環として「玉入れ」や「綱引き」、パン食い競争を扮した「おやつ掴み競争」などをプログラムに取り入れ、職員も皆さまと一緒に参加させていただきました。5月・6月には万博記念公園や箕面の滝へドライブに行き、8月にはショートステイユニットにて夏祭りを開催し、多くの方の温かな笑顔に触れることが出来ました。今後もご利用者の皆さまに彩りあるひとときをお過ごしいただけることを目標として、こうしたイベントや毎日のレクリエーション、生活リハビリの場を提供していければと考えております。



ユニット内では、同世代の懐かしいおしゃべりが聞こえてきたり、ご利用者同士が出会いを喜ばれたり再会を約束される場面などが見受けられます。一人ひとりの生活リズムやペースを大切にすると共に、ご利用者同士が円滑な交流を図れるよう、コミュニケーションの架け橋となれるよう取り組んでいきたいと考えます。



ご家庭で介護をなさっている方が一時的に介護できない場合や、休養やリフレッシュのためなど、ショートステイをご利用される目的はさまざまです。また一人暮らしの方で、家事などの負担軽減・気分転換を図りたい高齢者の方もいらっしゃるかと思います。白島荘ショートステイでは、今ある暮らしから一歩踏み出したいそんな皆さまへ、在宅生活をより豊かにできる提案をおこなっていければと思っております。今後も住み慣れた地域での暮らし、在宅生活の継続へ少しでも貢献できるよう、努めてまいりたいと思います。

秋雨のみぎり、くれぐれも風邪などひかれませぬように。ご利用者の皆さま、ご家族の皆さまにとっての秋もまた、実りの多いものでありますよう、お祈りしております。

光明の郷ケアセンター ズームアップ



地域活動支援センターの紹介

地域活動支援センターでは、ハロウィンに向けてモザイク画の創作に取り組んでいます。画用紙に色々な色の絵の具を塗りそれを切って大きな画用紙に貼っています。どんな物が出るかは楽しみにしておいて下さい。



また、前回機関紙に掲載した紙芝居コンクールですが、入賞とはいかなかったものの今回は今までの作品より高評価を頂きました。「なかま」達も大喜びで、来年も頑張ろうと活気づきました。

10月に地域のお祭りに参加しました。光明の郷ケアセンターはピン倒しゲーム・コロコロマシンを持ち込みお祭りに参加。小さなお子様から大人まで幅広く楽しんで頂けることが出来、大盛況でした。自治会の方からも来年も是非参加して欲しいとも言って頂きました。参加させて頂いた私共も楽しむ事ができ、幸せな体験をさせて頂きました。来年も是非参加させて頂きたいものです。



高齢者デイサービスの紹介

前回に引き続き、今、光明の郷ケアセンターでイチ押しプログラム「デュアルタスクエクササイズ」の取り組みについてご紹介いたします。カラダとアタマを同時にトレーニングするため人気を集めています。前回はエクササイズの内容について簡単に説明させていただきましたが、今回は、『ステップアップシート』についてご紹介いたします。プログラムに参加されている一人ひとりに個別の「ステップアップシート」をお作りしています。その日のステップの内容や脳トレーニングの種類、そしてご利用者自身がその日の達成度を確認したりできるもので、進み具合が分かるのでご利用者自身の励みになっています。日常生活が少しでも自立して、できる事が増えて、ますます元気にいきいきと生活できるようにサポートしていきます。

生活介護

平成28年9月1日より白島荘生活介護事業所「フレンドカラー」という事業が開始しました。この事業所は、障がい者を対象にした通所施設です。活動内容は作業・生産・創作・個別レクリエーション等を行い、自立に向けて訓練を行う所です。医療面でも医師・看護職員がサポートしていきます。また、リハビリも行っていきます。現在、皆で試行錯誤しながらはがきを作っており、今後は生産活動として、はがきの生産を行っていきます。



はがきの完成度を高めて、皆様のお手元に届くように皆で頑張っていきます。光明の郷にお越しの際には是非お立ち寄り下さい。



小規模多機能「ひねもす」

猛暑厳しい夏も過ぎ、朝夕涼しくなってきました。「ひねもす」では、地域の小学校のお祭りやバラ園への散歩、天気のいい日には近所の公園に散歩等、日々の生活の中での楽しみを大切にしています。今後も一人ひとりの思いに寄り添い、たくさん笑顔あふれる「ひねもす」を目指し取り組んでいきたいと思っております。「ひねもす」では、見学・相談・無料体験など随時行っております。お気軽にお問合せ下さい。



今後とも小規模多機能「ひねもす」を宜しく願います。～



敬老祝賀会

9月18日に敬老祝賀会が行われました。今年も例年通り西川きよし様御一行、ごもくめしの方々が来られて大変盛り上がりました。西川きよしさんが司会をされた第三部の演芸会では各階ごとのご入居者、グループホームのご入居者による合唱が行われました。大人数の前で真剣に歌詞を見つめつつ一生懸命歌われる、いつもとは違うご入居者の姿が見られました。

司会の西川きよしさん、ヘレンさんによる即興で職員、ご入居者、ご家族の素人名人会も行われました。皆様恥ずかしがられながらも、ノリノリで歌われ、ご入居者も大変喜ばれていました。最後には毎年恒例の職員による白島荘の歌の演奏も行い、終始大変盛り上がった演芸会となりました。

ご入居者だけでなく、ご家族、職員も笑顔が多く見られた敬老祝賀会でした。



★ボランティア募集★

特別養護老人ホーム白島荘、
光明の郷ケアセンター
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、お越し下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

季節が過ぎるのは早いもので今年も残り少なくなりました。夏祭りに敬老祝賀会と白島荘での大きなイベントも事故なく無事終わりました。11月は気候も良く、各ユニットで外出などの計画をご入居者の皆様と話し合い楽しみを増やせるよう努めています。11月末になると寒くなり、外出も難しくなります。少しでも皆さんに喜んでいただけるよう計画していきます。外出の様子なども次号の機関紙でご紹介できればと思います。これからも白島荘グループをよろしく願い致します。