平成26年7月1日発行

FUREAINO MACHIZUKURI

滴翠会会報

2014 月刊　7月号　第283号

社会福祉法人 滴翠会

滴翠苑レクリエーション大会　玉入れゲーム

第八回滴翠苑レクリエーション大会

養護老人ホーム滴翠苑が主催する今年のレクリエーション大会は、六月十三日滴翠苑集会室で催されました。慈翠舘・明翠苑・華翠会舘の皆さんも参加され、日頃のリハビリテーションの成果を競いました。

今年は何と、車イスで参加された方の一人が、御自分の参加する競技に出られる際に『歩いていく』と言われて、わずか数メートルの距離ではありましたが、職員の見守るなかを歩かれていたことにとても驚きました。

他の方の中にも、日常生活で常に支援を必要とする方が、輪投げで高得点を上げて表彰されたり、潜在能力を発揮されているようでした。

一人でも多くの方と驚きや喜びを分かち合うことができるように、今後も創意工夫したレクリエーション大会を行っていきます。

養護老人ホーム

滴翠苑（てきすいえん）だより

かすみがうら市横堀四五一―五
TEL〇二九九―五九―三六三一

避　難　訓　練

総合防災訓練

六月六日、消防署と防災業者立会いのもと、夜間に調理室より火災発生を想定し、総合防災訓練を行いました。

当日は雨天のため、苑庭での消火訓練は中止とし、消防署への通報訓練と一階ロビーへの避難訓練を行いました。警報ブザーの作動より避難訓練終了までの所用時間は六分四十九秒でした。

又、職員を対象に、パッケージ型強化液消火設備の取り扱い方の説明を防災業者から受けました。

訓練後の消防署の総評の中で、次の様な重要事項についてお話しがありました。

・火事である事を気づいた人が早く回りに知らせる。
・火元が小さい内に初期消火に努める。
・安全に避難する。
※煙が充満していて見えない、又煙（有害ガス）を吸わない様、マスク手ぬぐい等で鼻・口をおおう。
※夜間の場合、ライトで自分の位置を知らせる。
※早く外に出る。一度避難したら戻らない。

これらの事を頭に入れ、今後も避難訓練を実行し、いざという時に備えておきたいと思います。

レクリエーション大会

六月十三日、慈翠舘・明翠苑・華翠会舘の利用者の皆さんを招待して、レクリエーション大会が行われました。

例年、六種目の競技で行われてきましたが、利用者の体力・能力に合わせて今年は、釣りっ子ゲーム・距離別輪投げ・スカットボウリング・だるま落し・玉入れゲームの五種目に変更しました。一競技、約二十分から三十分のスケジュールで行われました。

五種目の総合トータル得点で優勝二班・準優勝一班・三位三班と滴翠苑が独占し、まさかの結果に利用者の皆さんも職員も驚きの声をあげました。

競技中は、笑い声や歓声も聞かれ、皆さん楽しまれている様子でした。普段の生活では見られない積極的な面も見られました。

今後、毎週行われるリハビリの時間にも競技性のあるものを取り入れて行きたいと思うレクリエーション大会でした。

新治商工会婦人部の皆さん

新治商工会婦人部ボランティア

今年も十五名の方が来苑され、歌や舞踊を披露してくれました。

歌は昭和歌謡を中心に、オルガンの演奏・歌謡舞踊・フラダンスなど全部で十四演目の発表でした。

その中でも、オルガン演奏では利用者から「ふるさと」「潮来花嫁さん」「十三夜」等のリクエストがあり、大きな声で合唱する姿が印象に残りました。

皆さんからは、終始惜しみない拍手が送られました。

「すごく良かった、来年もまた来てほしい」との声が聞かれました。

✤七月の行事

七夕まつり　七月　三日
出張ショッピング　七月　十七日
歩け歩け大会　七月二十四日

救護施設
慈翠舘だより
石岡市半の木一一一四六一
TEL〇二九九―二四―二八七一

かみね動物公園にて

大洗方面宿泊旅行

五月二十八日、二十九日と大洗方面宿泊旅行に行きました。

一日目は日立かみね動物公園に行き、猿や象・キリンなどの動物を間近で見る事が出来、その迫力に皆さんとても興奮していました。又、たくさん歩いて体を動かした後は昼食です。昼食は天丼で、器には三十センチ位の海老の天ぷらが載っていました。「満足だ、お腹いっぱいだ。」と嬉しそうに話している方もいました。

夜の宴会では、海の幸をおいしくいただきました。その後のカラオケでは普段歌わない方も歌っていて、楽しい時間を過ごしていました。

二日目はアクアワールド茨城県大洗水族館へ行き、イルカショーのダイナミックなジャンプに皆さん歓声を上げていました。

この二日間を通して普段の生活ではなかなか見られない笑顔を沢山見る事が出来ました。

メンタルヘルスケア研修

ケアワーカー　大内　美帆

人は気分が落ち込み、ストレスが過度にかかっている状態が続くと、うつ状態になってしまう可能性があるとの事でした。

うつ病の特徴は、一般的に午前中に気分が悪くなり、中高年層に多く見られましたが、近年は、新型うつ病が注目されており、症状としては夜に気分が悪くなり、若い世代に多くなっているそうです。

ストレスへの対処法としては、上を向いて背伸びをし、笑顔をつくったりクラシック音楽を聴く事などが有効です。

又、職場では、心の健康問題を未然に防止・早期発見・早期対応する事が必要だとの事でした。欠勤や遅刻、ミスの増加はメンタルサインの一つという事です。うつ病を防ぐ為にも日頃の挨拶やコミュニケーションを大切にしながら、仕事をしていきたいと思います。

カラオケボックス

歌クラブ外出

六月に歌クラブ二十四名の方が、四班に分かれてカラオケ外出しました。

久しぶりのカラオケ外出で、選曲の方法も新しく、「簡単で探しやすい。」と驚いている方もいました。歌いたい曲を次々と入力し、自分の番が回ってくると大きな声で気持ち良さそうに歌い、他の方が歌っている時は手拍子で場を盛り上げていました。

楽しい二時間はあっという間に過ぎて、一人四・五曲歌う事が出来ましたが、皆さん歌い足りなかったようで、「あの曲も歌いたかったな、また行きたいね。」との声もあり、楽しい時間を過ごす事が出来ました。

新任職員紹介

ケアワーカー　小松﨑　悠太

（平成二十六年四月採用）

私は高校時代に野球やラグビーをやっていたので、休みの日は体を動かしている事が多いです。地元の草野球チームに所属し、毎月のように試合をして、気持ちの良い汗をかいています。

大学では心理学を学び、精神保健福祉士という資格を取得する事が出来ました。この資格を生かしこれから頑張っていきます。

✻職員研修・会議

メンタルヘルスケア研修

六月二十三日・二十四日

✻七月の行事

日帰り旅行（御前山）　七月　二日

七夕　七月　七日

夏まつり　七月　十二日

日帰り旅行（老人福祉センターふれあいの里）　七月　十五日

感謝祭　七月二十三日

特別養護老人ホーム

明翠苑だより

石岡市半の木一一四八一一一
TEL〇二九九一二三一九六二〇

避難訓練　ベットとともに

合同総合防災訓練

六月二十日、消防署と防災業者の立会いのもと、慈翠舘・明翠苑・華翠会舘合同の防災訓練が行われました。

訓練は、『午後一時四十五分、隣接する慈翠舘より出火。自動的に作動するホットラインにて消防署と明翠苑に報告が入る。報告を受け、出火場所に近い方から避難誘導をする。』という設定で行なわれました。けがをすることもなく、無事に避難が出来ました。

その後、職員による消火と放水訓練を行いました。実際に消火器・屋内消火栓を使用し、新任職員を中心に初期消火の注意点と大切さを学びました。

最後に総評で、細かい反省点はありましたが、消防署の方から高い評価をいただきました。この評価に慢心することなく、今後も万全の準備をしていきたいと思います。

面会時のお願い

暑さが厳しい季節になったと共に、食中毒も多くなる季節になりました。

明翠苑も食中毒には十分に注意しています。面会にいらした際、食べ物をお持ちになることがあると思います。その際は直接ご本人に手渡さずに、お手数ですが職員に声をかけてくださるようよろしくお願いします。生物はお断りさせていただいていますが、日持ちする物でもそのまま賞味期限が過ぎてしまう事や、食中毒以外にも、お部屋で横になりながら食べてしまいのどにつまらせるなど危険があります。

ご理解とご協力をお願い申し上げます。

ふぁみりー通信

6月の出来事

6月13日　滴翠苑のレクリエーション大会に3名が参加させてもらいました。皆さん大健闘、おつかれさまでした。

6月7･20･29日　ドライブで茨城空港へ行きました。飛行機の離陸の瞬間を見たりお土産の購入など、皆さん喜ばれていました。

明翠苑ニュース

（6月分）

面　会	66件	延94名来苑
ショートステイ	6名	延41日利用
ボランティア		
理 美 容	1名	1日来苑
売　　店	1名	2日来苑
窓 拭 き	8名	1日来苑
研　修		
カウンセリングステップアップ研修		6月16日
メンタルヘルスケア研修		6月23・24日

明翠苑の「日常あ･れ･こ･れ」

ものづくり

最近では、明翠苑を利用されている方も年々障害が重度化してきました。そんな中で、手先の器用な方がリハビリになるからと、編み物や工作などで頑張られています。

ある方は、自分のお部屋に工作専用の机を設けました。身近にある広告用紙などを使い、毎日少しずつ作品を作り続けています。その作品たちは、どれも完成度が高く、また季節に合った作品のため、玄関や食堂などに飾らせていただいています。（下記写真）

ご本人は、リハビリにと話されましたが、趣味や楽しみになれば嬉しく思います。また「ものづくり」に関わらず、そういった楽しみが一人でも多く見つけられればと思います。

作品の前で　ものづくりの皆さん

デイサービスセンター
華翠会館だより
石岡市半の木一一四八〇
TEL〇二九九―二三―八二〇〇

滴翠苑レクリエーション大会でのだるま落し

デイサービス日誌　六月三日（火）

参加人数　10名（男１名　女９名）
送　　迎　往き 8:30　帰り 16:00
昼食のメニュー　御飯、豚肉の生姜焼き
里芋とツナの煮物、胡瓜の酢の物
機能訓練　嚥下体操、リハビリ体操
レクリエーション　野菜作り（苗植・種蒔き）

デイの花壇に畑を作りました。そこに、トマト・キュウリ・ナス・ピーマンの苗を植え、プランターには枝豆ととうもろこしの種を蒔きました。皆さんはりきって行ってくれました。皆さんの笑顔、汗、輝いていました。成長が楽しみです。

デイサービス日誌　六月十日（火）

参加人数　８名（男１名　女７名）
送　　迎　往き 8:30　帰り 16:00
昼食のメニュー　かき揚げ丼、すまし汁（卵豆腐）
かぶの味噌煮、胡瓜もみ
機能訓練　嚥下体操、リハビリ体操
レクリエーション　学習

種蒔きから１週間がたちました。枝豆・とうもろこしの芽が出、枝豆は10㎝にとうもろこしも５㎝前後に伸びました。さっそく植え替えです。植える場所と間隔を利用者に見てもらい、職員が植えました。もう今から収穫が待ちどおしいです。

デイサービス日誌　六月十三日（金）

参加人数　７名（男０名　女７名）
送　　迎　往き 8:30　帰り 16:00
昼食のメニュー　カレーライス、かぶのスープ
緑和え、ヨーグルト
機能訓練　嚥下体操、リハビリ体操
レクリエーション　浪曲、滴翠苑レクリエーション大会

滴翠苑のレクリエーション大会に利用者２名が参加しました。ボウリングやだるま落し等を楽しまれました。チーム対抗戦でしたが最下位です。「難しかったがおもしろかった」と言っていました。デイに残った皆さんは浪曲を聴き「情景が浮かんで来る」との感想。午後、入浴され、ゆっくり過ごされました。

デイサービス日誌　六月二十一日（土）

参加人数　11名（男２名　女９名）
送　　迎　往き 8:30　帰り 16:00
昼食のメニュー　御飯、ミンチカツ、五目煮
みぞれフルーツ
機能訓練　嚥下体操、リハビリ体操
レクリエーション　学習、クッキング

りんご蒸しパンを作りました。りんごの皮むきやすりおろしは、「これは大変だわ」と、久しぶりに包丁を持って行ってくれました。蒸している間、とても良い香りがして「いい匂いだね。お腹空いちゃった」の声、おやつでは、「おいしいりんごの味がするね」と笑顔で食べられました。

明翠苑居宅介護支援センターだより

石岡市半の木一一四八一一一
TEL〇二九九―二三―九六三四

介護保険の大きな転換

医療法や介護保険法の改正案を一本化した地域医療・介護総合確保推進法（医療・介護法）が六月十八日に成立しました。

平成十二年に介護保険制度がスタートして以来の大きな見直しです。改正のポイントをまとめてみました。

特別養護老人ホームへの入所が原則要介護3以上の人に限定されることになりました。重度者の特養への待機期間が短縮できると考えられます。要介護1・2の人が全く入所出来なくなるというわけではなく、認知症で常時の見守りが必要だったり、虐待のおそれがあるなどの「やむをえない事情」があれば特例として入所が認められるようです。

また、予防給付（要支援1・2）の訪問介護と通所介護が介護保険から切り離され、市町村事業に移行されます。市町村の判断でサービスの中身や料金が決められるので自治体によって違いが出る事が考えられます。

そして、利用料の自己負担率の変更です。現在の一律一割負担が、年二八〇万円以上年金収入がある人は二割負担になります。個人ごとの所得で決まるので、夫と妻で自己負担率が違うといったこともあり得るわけです。ただし月額上限（高額介護サービス費）があるので、全員が二割負担になるわけではありません。しかし、これも現行では一般の課税世帯で三万七二〇〇円となっているが、高所得者は四万四四〇〇円に引き上げられる見通しです。

特養や老健に入所する場合にかかる食費や部屋代の低所得者への補助は認定基準が厳しくなり、預貯金や遺族年金・障害年金も収入とみなして判断されるので、補助が受けられなくなる人も出ます。

一方で低所得者の保険料の軽減率は拡大される事になりましたが、利用者が増える中でも介護保険制度が維持できるよう、高齢者に負担増を求めたり、サービスの利用条件が厳しくなりました。これらは平成二十七年四月より順次実施されます。

ケアマネジャー　井川　由美子

私のMENU（メニュー）

《じゃこの和風サラダ》

にんにく風味の香ばしいちりめんじゃこが、食欲をそそるサッパリとしたサラダです。

●材　料（４人分）

サニーレタス …… 1/2株
油あげ（細切り） …… １枚
ちりめんじゃこ …… 30g
トマト（さいの目切り） …… 1/2個
豆腐（さいの目切り） …… 1/2丁
Ⓐ
- 醤油 …… 大１½
- 酢 …… 大１½
- ごま油 …… 大１½
- 白炒りごま …… 大１

にんにく …… １片
サラダ油 …… 大３

１人分　ｴﾈﾙｷﾞｰ185kcal　塩分 1.4g

●作り方

①サニーレタスは食べやすい大きさに手でちぎる。
②油あげはフライパンで乾煎りする。
③フライパンに油、にんにくを入れて弱火で熱する。にんにくにかるく色がついたらじゃこを加え、カリッとなったらペーパータオルに取り出し、油を切る。
④器に①、②、トマト、豆腐、③を盛り、合わせたⒶをかけていただく。

慈翠舘 栄養士　山口由香里

ご利用をお待ちしています

養護老人ホーム　滴翠苑
救護施設　慈翠舘
特別養護老人ホーム　明翠苑
特別養護老人ホームユニット型　明翠苑
デイサービスセンター　華翠会館
明翠苑居宅介護支援センター

職員募集中　詳しくはホームページ又は施設へご連絡下さい

医療法人高木医院

TEKISUIKAI

社会福祉法人　滴翠会　http://tekisuikai.or.jp/