

FUREAINO MACHIZUKURI

# 滴翠会会報

2016  
月刊

7月号

第307号

平成3年1月創刊

社会福祉法人 滴翠会



合同総合防災訓練

## 慈翠館・明翠苑合同 総合防災訓練

滴翠会では各施設で毎月1回、避難訓練と全施設合同の夜間通報訓練を行っています。6月と10月には消防署と防災業者の立ち会いのもと総合防災訓練を実施しています。姉妹施設の滴翠苑は、かすみがうら市で離れている為単独で行っていますが、隣接している慈翠館・明翠苑・華翠会館は合同で6月2日に総合防災訓練を行いました。避難訓練・通報訓練では日頃の訓練の成果もあり、全体的に良くできていましたとの言葉をいただきました。消防署の方からは、「初期消火の際は一人よりも二人で行つたほうが良い」等のアドバイスをいただいたので、次につなげていきたいと思います。消防訓練では、職員が灯油のトレイに火をつけて消火器で消火したり、屋内消火栓を使つた放水訓練を行いました。訓練の最後に、消防署の方から、日頃の訓練の大切さの説明があり防災に対する心構えの大切さを改めて実感しました。



レクリエーション大会

●養護老人ホーム  
**滴翠苑だより**  
てきすいえん

かすみがうら市横堀四五一一五  
TEL ○二九九一五九一三六三一

## 第10回滴翠苑レクリエーション大会

### 総合防災訓練

6月9日第10回滴翠苑レクリエーション大会が集会室で開催されました。姉妹施設の慈翠館と明翠苑・華翠会館の皆さんを招待して、6チームによる対抗戦を行いました。

競技内容は、「魚釣り」「輪投げ」「ボウリング」「玉入れ」「ピンポン玉リレー」など誰もが楽しんでできるゲームで、大変盛り上がり日頃のリハビリの成果を十分に出し切っていました。ピンポン玉リレーは、11人が椅子に座り一列に並び手製のおたまで玉をリレーするというスリリングなゲームです。皆さん集中し真剣な表情で競技を行っていました。総合優勝は、慈翠館で見事に二連覇を達成しました。

利用者の全力で競技する姿や元気に応援する姿が見られ、楽しいレクリエーション大会になりました。

6月3日に滴翠苑の総合防災訓練を実施しました。かすみがうら市消防署の立ち合いのもと、今回は夜間設定で調理室より火災発生という設定で行いました。

苑内に非常ベルが鳴り響き、放送で避難の指示が出されると、防災頭巾とマスクを装着し、懐中電灯を持って真剣な表情で避難をしていました。避難や点呼も特に問題なくできて毎月の訓練の成果が出ていました。避難訓練の後は、消火訓練を行いました。消火器の使用方法の説明後に、オイルパンに起こした炎に向かって消火器を噴射しました。総評では、避難が良くできていたというお言葉を頂き、火災時の煙の恐ろしさなどの話を聞きました。

災害はいつ起くるかわかりません。これからも、毎月の訓練を様々な設定で行い、万が一に備えて行こうと思います。



ボランティア 新治商工会女性部の皆さん

6月23日に傾聴ボランティアまごころの方々と7月3日に新治商工会女性部の方々が来苑され利用者の皆さんと楽しいひと時を過ごしました。まごころの皆さんは、対話形式で生まれた場所、住んだ場所、子供の頃の遊び、災害の経験などについて一人ひとりに質問して、ボードに書き込んでいきました。特に、遊びの話になると利用者も活発に発言して子供の頃を思い出していたようです。

新治商工会婦人会の皆さんには、カラオケや舞踊、フラダンスを披露され、利用者の皆さんも一緒に踊ったり、歌つたりで大変な賑わいでした。また、最後に婦人部の皆さんと利用者の皆さんのが輪になつての踊りは和気あいあいとした雰囲気になりました。

ボランティアの皆様、誠にありがとうございました。

## ボランティア

6月23日に傾聴ボランティアまごこ

ろの方々と7月3日に新治商工会女性部の方々が来苑され利用者の皆さんと楽しいひと時を過ごしました。

まごころの皆さんは、対話形式で生まれた場所、住んだ場所、子供の頃の遊び、災害の経験などについて一人ひとりに質問して、ボードに書き込んでいきました。特に、遊びの話になると利用者も活発に発言して子供の頃を思い出していたようです。

新治商工会婦人会の皆さんには、カラオケや舞踊、フラダンスを披露され、利用者の皆さんも一緒に踊つたり、歌つたりで大変な賑わいでした。また、最後に婦人部の皆さんと利用者の皆さんのが輪になつての踊りは和気あいあいとした雰囲気になりました。

## 新任職員紹介

支援相談員 安田 友哉

(平成28年6月採用)

この度6月より滴翠苑に勤務させて頂いております安田と申します。

趣味は映画鑑賞で、休日にはよく映画館へ出掛けており、充実した時間を過ごしています。

福祉関係の仕事は初めてでゼロからのスタートになりますが、早く仕事に慣れるように先輩職員の方から勉強させて頂きながら頑張っていこうと思っています。何かと至らぬ点があり、ご迷惑をかけてしまうかもしれません。ご指導の程よろしくお願ひします。

### ✿職員研修・会議

リスクマネジメント研修

7月6日～7日

### ✿7月の行事

七夕まつり

苑内ショッピング

歩け歩け大会・害虫駆除

夏まつり

7月7日  
7月9日  
7月22日  
7月28日



消火訓練

● 救護施設  
慈翠館だより

石岡市半ノ木一一四六一  
TEL ○二九九一二四一二八七一

## 合同総合防災訓練

6月2日、消防署と防災設備保守業者の立会いのもと、慈翠館・明翠苑・華翠会館合同の総合防災訓練が行なわれました。

訓練は、「午後1時45分 慈翠館1階東側階段下倉庫より出火。非常放送にて避難誘導をする。同時に、ホットラインが自動送信。」という設定で行なわれました。日頃の訓練もあり、スマートな避難が出来たと思います。

次に職員による、消火器や屋内消火栓を使っての実践です。風向きを考えての行動は、難しかったです。

最後に消防署より「放水訓練の場合何を目的に放水するのか。いかに水を有効に使うか。水の性質を活用していくこと。」と総評を頂きました。今後も助言を念頭に入れて行動が出来る様に訓練に訓練を重ねていきたいと思います。

## カウンセリング研修

カウンセリングとは、回答を出すのではなく、相手の話を傾聴することです。他の人に話すことにより、自分の考えを冷静に見直し、自ら答えを導き出すことが最終的な目標です。

まず講義を基に、声を出さずに血液体や誕生日に分かれるという演習を行いました。自分の意思を上手く伝えられず、言葉の大切さを学ぶ事ができました。

次にカウンセリングのロールプレイを行いました。話し手役では相手が自分の話を真剣に丁寧に聞いてくれると心が楽になりました。逆に聞き手役では相手の気持ちに関心を持ちながら聞くという姿勢がとても難しかったです。2日間の研修を通して、お互いの信頼関係の構築が大切だと感じました。今後の利用者支援に活かしていきたいと思います。



旅館での宴会の様子

## 群馬・長野方面一泊旅行

### 新任職員紹介

調理員 高橋 敏枝

(平成28年5月採用)

6月22～23日にかけて群馬・長野方面へ一泊旅行に行つてきました。

世界遺産の富岡製糸場では、蚕から糸を巻き取る様子や製糸工場の設備を見学してきました。また上田城跡公園ドラマ館では、大河ドラマの舞台セットをバックに記念写真を撮りました。旅館では露天風呂で一日の疲れを癒しました。宴会では美味しい料理を堪能し、カラオケで自慢の喉を披露して大変盛り上りました。

2日目は群馬サファリパークに行き、バスに乗ったまま野生動物を間近で見てきました。あまりの迫力に、皆さんは座席から身を乗り出し夢中になつて見ていきました。

昼食の後はさくらんぼ狩りをしました。昼食後にも関わらず、皆さん次から次に口に入れていました。デザートは別腹のようで、十分堪能できたようです。

5月より慈翠館に勤務させて頂く事になりました高橋です。  
休日は2人の孫と食事に行つたり、買物に出かけたりするのが楽しみです。また、近くの花木センターで素敵なお花を見つけて育てることで、気持ちをリフレッシュしています。  
福祉という素晴らしい職業の一員として、早く仕事を覚えられる様、努力していくたいと思います。ご迷惑をかけると思いますが、ご指導宜しくお願ひ致します。

### ✿職員研修・会議

接遇マナー研修 6月2日  
カウンセリング研修 6月15日～28日

地域医療連携会議 6月28日

### ✿7月の行事

日帰り旅行	7月6日
七夕	7月7日
明翠苑・慈翠館合同夏まつり	7月9日
全館消毒・保養センター	7月14日



散髪の様子

●特別養護老人ホーム  
**明翠苑だより**

石岡市半ノ木一一四八一一一  
TEL ○二九九一三三一九六二〇

**散髪**

明翠苑では、開設当初から32年間、理美容ひまわりボランティアの皆さんに無料で利用者の散髪をしていただきしていましたが、残念ながら平成25年10月29日をもつて終了となっていました。現在は、別の理美容店にお願いして低額で利用者の散髪をして頂いております。

6月22日、3ヶ月振りに3名の方が来苑、利用者46名の方の髪をカットしてくださりました。座位の姿勢をとるのが難しい利用者の方は、ストレッチャーに移動して散髪して頂きました。皆さん夏に向けた髪型になりさっぱりとしました。

利用者からは、「すごく髪が軽くなった」「夏らしくなつて良かった」などの声が聞かれました。

誠にありがとうございました。

**暑さ対策**

明翠苑では暑さ対策として、エアコン・扇風機の他に、窓によしすや緑のカーテンなどを設置しています。また、夏は脱水症状になりやすい為、水分補給は、こまめに摂取して頂いています。利用者の皆さんが、快適に生活出来るようになります。

**ボランティア**

6月11日、ボランティアで水戸信用金庫の職員9名が来苑してくださいり、各部屋のテラスとサッシをホース・ほうき・デッキブラシ・雑巾等を使って一つ一つ綺麗にしてくださいました。利用者は、突然の訪問者にびっくりしていましたが、暑い中汗だくになって清掃してくれている姿を目にして、「お疲れ様」「ご苦労様」と声をかけていました。

誠にありがとうございました。

## ふあみりー通信

### 6月の出来事

- 6月3日 「座談会」が開かれ今月の予定を説明したり、利用者からの要望などを伺いました。また、「誕生会」も行われ、誕生日を迎えた方に一人ひとりの名前と誕生日が入った真っ赤なTシャツをプレゼントしました。
- 6月8日 ふらんす亭喫茶が開かれました。クレープ・アイスクリーム・コーヒー・トーストなどの中から好みの物を注文して、笑顔で調理員に「美味しいかったよ」と話されていました。
- 6月9日 「滴翠苑レクリエーション大会」に招待を受け、施設長、職員3名、利用者3名が参加しました。内容は、「玉入れ」「魚つりゲーム」「輪投げ」「ピンポン玉リレー」のゲームが行われました。
- 6月15日 「売店」が開かれました。皆さんそれぞれお菓子やあめ玉などを購入しておやつの時間に召し上がり「おいしい」と喜ばれています。
- 6月22日 ふらんす亭食事が行われ、親子丼セット・魚のおろし煮定食・冷やしそうめんセット・イタリアンセットの中から好みの物を選んで頂きました。

### 明翠苑ニュース

(6月分)

面 会	78件	延109名来苑
外 出	0件	外泊0件
ショートステイ	5名	延70日利用
ボランティア		
売店ボランティア	1名	1日来苑
清掃ボランティア	9名	1日来苑
理美容ボランティア	3名	1日来苑

## 明翠苑の「日常あ・れ・こ・れ」

### 家族通信

明翠苑では、入居者のご家族に毎月1回家族通信を滴翠会会報と同封し、利用者の苑での出来事・生活の様子や健康状態などをお知らせしています。

期間は、前月の15日から1ヶ月間のもので、担当の職員が書いています。居室担当者は、皆さんの援助方針の考案や、身の回りのお世話をさせていただいているので、ご本人を一番理解しているからです。

家族通信は、平成6年から始まり、今年で21年目になりました。用紙1~2枚と少ない中で、1ヶ月の様子を全てお伝え出来るものではありません。それでも、最近の様子を少しでも家族の方に知ってもらい、安心していただけるようにとの思いで毎月作らせていただいているます。

今後もご家族の皆様に、生活の状況を少しでもわかりやすくお伝えできる、家族通信を目指していきたいと思います。よろしくお願ひ致します。

尚、ご家族の皆様からの俳句・和歌・短歌など何でも構いませんのでご投稿お待ちしています。



バランスゲーム ぐらぐら

● デイサービスセンター  
**華翠会館だより**  
 かすい かい かん

石岡市半ノ木一四八二〇〇  
 TEL 〇二九九一三一八二〇〇

デイサービス日誌

6月6日(月)



### 短歌

ささえ合う人と人との合い言葉 今日も一日がんばりましょう  
 首より屋号で呼びし家々も若者達には分りかねるも  
 送迎のバスにゆられてほのぼのと外の景色に心うばわる  
 祝日にかげし時の日の丸は古きたんすに今日も眠りぬ  
 デイに来て何より嬉し有難し湯舟の中に両手合わせる

華翠会館利用者

小島せん

利用者 13名（男4名 女9名）  
 レクリエーション 工作「蛙を作つてあそぶ」

工作にて折り紙で跳ねる蛙を作りました。ひと折り、ひと折り皆で確認しながら折り、わからない部分は隣りの人に聞いたりして協力する姿も見られました。完成すると蛙のお尻をはじいて跳ばしてみたり、顔を書いて見せ合い、職員お手製のミニハーフドールを使ってどれだけ高く跳べるかを競いました。「こうした方が高く跳んだかな」と反省点をあげる方もいて、本気の部分もチラリと見え夢中になれた工作でした。

デイサービス日誌

6月16日(木)

利用者 4名（男0名 女4名）  
 レクリエーション バランス「グラグラ」

初夏らしくだんだん蒸し暑くなっています。今日は、卓上ゲームをしました。底が丸くなっている塔に順番ずつ人形の駒を置いてゆくゲームです。バランスを考えて置いていかないと塔が大きく傾き乗っていた人形が落ちてしまうので、皆さんどこへ置けば安全なのか悩みながら緊張で手が震えてしまい、無事成功すると、大きな溜息と拍手が湧き上りました。

## 明翠苑居宅介護 支援センターだより

石岡市半ノ木一一四八一一一  
TEL ○二九九一三三一九六三四

### 百円でらくらく介護

介護用品のカタログを見ると、その値段にはちょっとびっくりすることがあります。需要と供給のバランスを考えると、以前から比べて高齢者も要介護者も増えているのでもう少し安くないともいいんじゃないかなと考えてしまうものもありますよね。

そこで、百円ショッピングで使えるものがないか探してみました。今は百円ショップに介護用品コーナーもあるので結構使っている人も多いと思います。うがい受け・手の不自由な人向けの箸やスプーン・吸い飲み・入れ歯洗浄容器・薬ケースなどはわざわざ専門店



で購入しなくても充分使えます。

介護用品以外のコーナーでも使える

ものがありました。例えば足がむくみやすい人は足を上げて座るようにするとむくみを抑えることができますが、発泡スチロールブロツクを重ねて足を乗せるようにすれば高さ調節も可能、軽くて移動も簡単、肌に触れてもヒヤッとしたし硬くないので痛くないなどいいことがいっぱいです。

食事の介助にはシリコンのスプーンが便利です。口を開けるタイミングが難しい場合、スプーンが歯ぐきにあたってしまうことがありますがこれなら

痛くありません。ちょっとした食べこぼしにはビニールのエプロンをかけば洋服を汚さずに済みます。ドアノブの握り玉をレバー式にできるものやペットボトルのふたを開けやすくするもの、簡単にラグを抜くことのできるものなど、力が弱くなつても快適に使えるものもたくさんあります。

ただし、物によつては割高になつたり品質が落ちるものもありますので“どうせジュース一本分だ”と割り切る気持ちも大切かもしれません。

今は色々なお店で安価で介護用品が販売されています。立ち上がりをサポートする手すりや安い靴なども売っていますが、中には粗悪品や見た目ほど使えないものも結構ありますのでよく見て買うようにしましょう。

ケアマネジャー 井川 由美子

# 私の MENU メニュー

## ☆かぼちゃのごま揚げ

(1人分 310kcal)

かぼちゃに豊富な $\beta$ -カロチンとビタミンC・Eに、 $\beta$ -カロチンの吸収を高める植物油を使用し、ガン予防に効果的です。

### ●材 料 (2人分)

かぼちゃ 250g

衣 [小麦粉 20g／溶き卵 (粉 20g, 水 20cc) ごま 40g]

揚げ油

### ●作り方

- ①かぼちゃは、種をとり皮ごと4～5cm角に切って蒸し、粗くつぶす。
- ②①をひと口大に丸め、小麦粉、溶き卵、ごまの順に衣をつけ、180度の揚げ油で揚げる。

滴翠苑 管理栄養士 高田恵美子

今月のことば 16

憂う  
こと  
を  
海  
月  
に  
語  
る  
な  
ま  
こ  
かな

## 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	慈翠苑
特別養護老人ホーム	明翠苑
ユニット型特別養護老人ホーム	明翠苑
ショートステイ施設	明翠苑
独立型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	一

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

社会福祉法人 滴翠会 <http://tekisukai.or.jp/>