

FUREAINO MACHIZUKURI

滴翠会会報

2015
月刊

3月号

第291号

社会福祉法人 滴翠会



役員会 27.3.7

滴翠会役員会が開催

三月七日（土）、社会福祉法人滴翠会役員会が、救護施設慈翠館会議室で午後一時から開催されました。

当日は役員総数十七名中十五名の皆さんが出席され、理事長が議長に選任されたあと、平成二十七年事業計画並びに予算案が、各施設長から詳細な説明があり、審議が行われました。

そのあと法律改正に伴う法人の規則改正について報告が行われ、議案はすべて承認されました。

社会の変化によって、社会福祉法人と福祉施設に求められるものも変わってきます。時代のニーズを捉えた運営を目指して、平成二十七年度を進めたいと思います。



発電機を使って訓練

●養護老人ホーム

滴翠苑だより

かすみがうら市横堀四五―一五
TEL 〇二九九―五九―三六三―

防災を考える日

「災害を考える日」を名称改め、「防災を考える日」とし、四回目を実施しました。

東日本大震災の記憶が薄れつつある今日、改めて防災とは何なのか、又、命の大切さを知る機会としています。看護師の指導のもと、発電機を使って、酸素吸入器を作動しました。発電機は、いつでも使える様に普段からのメンテナンスの重要性も実感しました。昼食には非常食の「中華丼」を提供しました。いざという時に利用者の皆さんに安心して温かい食事を提供出来る様に、非常食の保存状態をチェックしておく事を心がけています。

夕方には、避難訓練を行いました。利用者の皆さんと共に、職員一同、災害から身を守る事の重要性を確認する一日となりました。

脳卒中

生活習慣病である「脳卒中」に、特に注意しなければならないのは、①高血圧症、②糖尿病、③脂質異常症、④心房細動や心臓弁膜症などの心疾患、⑤メタボリック症候群、⑥睡眠時無呼吸症候群、⑦慢性腎臓病などの方です。そこで、「脳卒中」かどうか判断するための「シンシナティ病院前脳卒中スケール」というチェック方法を紹介します。

①顔面の確認

笑顔になるように指示する。「いー」と発音してもらう。片側が動かない、一方の口角が下がる、口が開かない

②上肢の筋力の確認

目を閉じて、両腕を体の前に伸ばし、手のひらを上に向けさせる。麻痺している腕は上がらないか、ふらふらと下がる。



ひなまつり

ひなまつり

三月三日、ひなまつりが集会室・食堂で行われました。壇上にはひな人形と桃の花や桜もちが飾られました。

今回は、女性のお祝いなので、女性のみなさんはきれいに支度して出席していました。余興は男性の利用者が自慢の歌をカラオケで歌ってお祝いしました。今回は、利用者だけでなく男性の職員からも歌のプレゼントがありました。

昼食は、調理員さん手作りの弁当で刺身、ヒレカツ、エビフライ、煮込みハンバーグ等豪華なメニューでほとんどの利用者が残さず美味しく頂いてました。また、記念品として苑内で履くサンダルがみなさんにプレゼントされました。

最後は、女性の利用者全員で記念写真撮影して終了しました。

③言語の確認

名前や住所を尋ねる。不明瞭な言語、間違った言葉を使ったり、話すことができない。

以上のどれか一つでも当てはまった場合は「脳卒中」を強く疑い、迷わずに救急車を呼んでください。

— 新聞より抜粋 —

滴翠苑においても、常日頃、利用者の顔の表情や、食事の仕方や、言動を観察し、変化が見られた場合には、すぐ病院の受診を行っています。

常日頃の変化を見落とさない事が大切です。

✳三月の行事

ひなまつり	三月 三日
防災を考える日	三月 十一日
総合健康診断	三月 十九日
彼岸法要	三月 二十四日
地区子供会交流会	三月 二十七日



豆まきを終えて

●救護施設

慈翠館だより

石岡市半の木一四六一
TEL 〇二九九―二四―二八七一

節分

二月三日、未年生まれの方七名と館内を回り、豆まきを行いました。

豆には昔から「生命力と魔除けの呪力が備わっている」と信じられていました。また、語呂合わせで「豆」を「魔目」とし、鬼の目に投げつける事で「魔滅」となり、邪気を追い払うという意味合いがあるそうです。

当日は、皆さん元気に「鬼わあー」と「福わあーうち」と大きな声で、館内の戸口に豆をまきました。また、柊と鰯の頭を飾りました。こちらにも邪気除けの力があるそうです。

天気にも恵まれ、

館内の邪気は、すっかり追ひ払えたように思います。



買物支援（居宅生活訓練事業）

慈翠館で実施している居宅生活訓練事業では、アパート生活をする上で必要な食材、雑貨類の買物支援も行っています。

食材の買物物は、週二回決まった曜日に職員付き添いにて行っています。基本は利用者の方が、決まった生活費の中で自由に買物物をしていますが、栄養バランスを考えた食材の選び方や適量についてのアドバイスを職員の方で行っています。

初めのうちは、何を買えばいいのか戸惑う場面や、金銭を使い過ぎてしまう事もありましたが、徐々に「今日は野菜が安い。」「魚を摂った方がいいかな。」等と、意識が変わってきているように感じます。

今後も、自立に向けた様々な支援を行っていききたいと思えます。



焼 き 餅

待ちに待った焼き餅

二月に入り、利用者の皆さんの希望で今年も焼き餅を行いました。

年々利用者の皆さんの年齢も上がり食べない方も多くなってはきましたが、なるべく皆さんの希望に添える様に、今回は一部の利用者の方には、小さく刻んだ餅を焼き、喉に詰まらせない様に、そして少しでも食べやすい様に提供しました。

餅は皆さんの目の前で一つ一つ焼かれ、「まだかな。」「あつ、ふくらんできた。」と、焼けるのを待っている時間も楽しそうでした。

餅が焼き上がると、磯辺餅ときな粉餅の二種類を一口ひと口味わう様に、皆さんゆっくり食べていました。

新任職員紹介

調理員 飯田 友佳^{ゆか}

(平成二十六年十月採用)

昨年の十月より慈翠館に勤務させて頂いております調理員の飯田です。私は以前、特別養護老人ホームで栄養士をしておりました。調理はしていませんので料理の手順や仕込みなど分からない事がたくさんありますが利用者の皆さんに美味しいと言っていただけよう頑張りたいと思います。

＊職員研修・会議

リスクマネジメント研修

二月四日・五日

関東地区救護施設協議会

二月五日・六日

業務改善手法入門研修

二月十二日・十三日

＊三月の行事

彼岸法要

三月二十四日

年度末作業発表会

三月二十七日



3月3日

●特別養護老人ホーム

明翠苑だより
めいすいえん

石岡市半の木一四八一一
TEL 〇二九九―三三―九六二〇

ひなまつり

この時期、世間では新年度を控え、大忙しかと思われませんが、明翠苑の皆さんは日々穏やかに過ごされています。三月といえはひなまつりです。三月三日のひなまつりには、明翠苑も一週間前から玄関や各グループの食堂に雛人形を飾りました。

当日は、皆さんで集まって何かを行うわけではありませんが、おやつに桜饅頭と甘酒がふるまわれました。各グループでおひな様を前に、皆さん美味しいと笑顔で召し上がられていました。

感染症

三月八日現在、明翠苑に入所されている方でインフルエンザ・ノロウイルスの感染者は確認されていません。皆様のご協力ありがとうございます。今後より一層気を引き締めてまいります。

新任職員紹介

介護職員 今井 美千代

(平成二十五年九月採用)

特に趣味はありませんが、休みの日は、午前中に家事のことを、午後にはテレビやDVDを観ながらゆっくり過ごしています。とてもおつちよこちよいですが、皆さんにご迷惑をおかけしていただきますので今後もしよろしくお願ひします。

介護職員 久家 崇

(平成二十五年十一月採用)

元々、落ち着きがない為か、体を動かすことは好きなようです。今でも冬はスノーボードに出掛けたりもします。若い頃とは違い、思うように動かない体に対し色々と思うところはありますが、。

至らない所が多々ある自分ですが、今後もしっかり頑張っていきたいと思ひますのでよろしくお願ひします。

ふぁみりー通信

2月の出来事

2月3日 節分ということで、施設長と職員の年男・年女で常陸國総社宮にてお祓いを受けてきました。また、皆さんと豆まきを行い、今年も無病息災を祈りました。

2月4・18日 売店が開かれ、お店の前には我先にと買い急ぐ人の列が出来てしまうほどにたいへん人氣がありました。

2月19日 市内の歯科医院が歯の治療に来てくださいました。口腔ケアや虫歯の治療、義歯の調整など、車椅子の利用者が通院するのは大変なのでとても助かっています。

2月27日 ふらんす亭の食事が行われ、カツ丼セット・鯖の生姜焼きセット・スパゲティーミートソースセット・サンドウィッチセットで、鯖の生姜焼きセットが一番人氣でした。

明翠苑ニュース

(2月分)

面 会 72件 延100名来苑
ショートステイ 3名 延60日利用
研 修

業務改善手法入門研修

2月12・13日

介護保険改正説明会 2月20日

社会福祉法人管理者研修 2月23日

地域ケアシステムサービス調整会議

2月27日

明翠苑の「日常あ・れ・こ・れ」

家族通信

明翠苑では、月に1度、入居者の家族の方へ家族通信を郵送しています。苑で過ごされる生活の様子や出来事をご報告させていただいています。

内容の期間は、前月の15日からの1ヵ月間のもので、各居室担当の職員がそれぞれに作らせていただいています。その居室担当の職員は他にも、皆さんの援助方針の考案や、何かを購入したい時など細かなところまで把握し、お手伝いさせていただいています。そのため、より近い距離で接している職員が作成しています。しかし、家族通信は用紙1・2枚と決して全てを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知ってもらったり、安心していただけるようにとの思いで作らせていただいています。

今後も生活の状況をわかりやすくお伝えする家族通信を目指したいと思います。ご家族の皆様、宜しくお願いいたします。

ご家族の皆さまからのご投稿をお待ちしています。文章、俳句、和歌、何でも結構です。



節 分

●デイサービスセンター
かすいかいかん
華翠会館だより

石岡市半の木一四八〇
TEL 〇二九九―三三―八二〇〇

参加人数 5名(男0名 女5名)
送 迎 往き 8:30 帰り 16:00
昼食のメニュー 御飯、ポテトコロッケ、
干しずいきの煮物、ねぎぬた
機能訓練 嚥下体操、リハビリ体操
レクリエーション トランプ、クッキング

今日のクッキングは「バレンタインチョコ」
を作りました。板チョコを溶かしクッキーに
コーティングしておやつに食べました。しか
し作っているうちに溶かしたチョコが分離し
てしまい、予期せぬ出来事に戸惑いましたが
無事仕上げる事が出来、ホッとしました。皆
さんの「美味しい」の声、作ってくれた利用
者さんありがとうございました。

デイサービス日誌

二月十七日(火)

参加人数 6名(男0名 女6名)
送 迎 往き 8:30 帰り 16:00
昼食のメニュー ちらし寿司、すまし汁
揚げ出し豆腐、ミルクゼリー
機能訓練 嚥下体操、リハビリ体操
レクリエーション 学習

今日は節分、昔は年取りとも言ったそう
です。午後節分祭が行われ、苑の方から袴
を身に着けた年男・年女や鬼の面をつけた
職員が来てくれたので、利用者の皆さんで
豆を「福は内、鬼は外」と鬼に投げました。
残念ながら豆は硬くて食べられなかったの
で福茶にして飲んでいただきました。皆さ
ん、香ばしくておいしいと喜んでいました。

デイサービス日誌

二月三日(火)



短 歌



其の時は つらきと思えしこともみな
思え出なれば みんな懐かし

ころよく 何時も面倒見てくれる

職員さんに いつも感謝す

毎日の 寒さに耐えて 咲く梅の

春が来たぞと 我を励ます

うちとけて 友と語りし 楽しさに

心の憂えを 忘る 一日

折々に 送り来れる 妹の

わかさぎの味 特に芳ばし

華翠会館利用者 小島せん

明翠苑居宅介護 支援センターだより

石岡市半の木一四八一一
TEL 〇二九九―二三―九六三四

廃用症候群とは

人間は持っている機能を使わないと、その機能が低下してしまいます。例えば病気で数日寝込んだ後にだるさや体力低下を感じることがあると思います。こういう症状は高齢者に限ったことではありません。若い人であればいつの間にか気力も体力も回復して元に戻ってしまいますが、高齢者の場合は、それがきっかけで寝たきりになってしまうことがあるのです。

廃用症候群とは、「安静状態が長く続くことによつて起こる心身の低下」のことで、生活不活発病や寝たきり症候群とも呼ばれ、次のような症状が現れます。

- ・食欲不振
 - ・便秘
 - ・関節拘縮：関節が固まり、関節の動きが悪くなること
 - ・筋萎縮：筋肉が痩せ衰えること
 - ・骨萎縮：骨がもろくなること
 - ・褥瘡：床ずれ
 - ・心肺機能低下：軽い運動をするだけで、息切れなどが生じること
 - ・誤嚥性肺炎：食べ物が誤って肺に入り、肺炎になること
 - ・血栓塞栓症：血管に血の塊がつまること
 - ・起立性低血圧：立ちくらみ
 - ・うつ傾向：精神的に落ち込むこと
- 自律神経の乱れにより、尿失禁、便秘、低体温症などが起こることがあります。また、精神的な影響としては、やる気減退、食欲不振、不眠のほか、仮性認知症や認知症の悪化などもあげられます。
- 高齢者が廃用症候群になるきっかけの多くは入院だといわれています。病

気を治すために安静を保つのはやむを得ないことで、高齢だから衰弱するのも仕方ないことと思う方もいるかもしれませんが。しかし「病後だから無理しないで休んでいいよ」という気遣いが機能低下を招き、取り返しのつかないことになってしまうかもしれないです。

廃用症候群を予防するには、ベッドから起き上がって座る時間を増やし、少しでも身体を動かすこと。デイケアやデイサービスなどの通所系のサービスを利用する事もひとつの方法だと思います。

ここでひとつ確認しておきたいのは、廃用症候群は寝たきりの人だけに起こるものではないということです。身体を動かすのが億劫だからと何もしないでいると、負の連鎖でどんどん動けなくなってしまう恐れがありますので、自らすすんで身体を動かすことが大切です。

ケアマネジャー 井川 由美子

私のMENU メニュー

☆セリごはん（1人分 エネルギー318kcal 塩分1.2g）

早春の香りと鮮やかな緑色を楽しめる一品です。

●材 料（2人分）

米2合／セリ1束／酒大さじ1／正油大さじ1

塩1.6g／白いりごま大さじ1

●作り方

- ①米は軽く洗い炊飯器に入れ、分量の水を加える。そこから大さじ3だけ水を取り除き、浸水させる。
- ②セリは、さっとゆで、冷水にとり水気を絞り、小口に刻む。
- ③①に酒、正油、塩を入れ軽く混ぜ、普通に炊く。
- ④ご飯が炊けたら、②といりごまを加え5分ほど蒸らす。

滴翠苑 管理栄養士 高田恵美子

今月のことば2

鶏けいこう口となるも牛ぎゅうご後となる勿なかれ

にわたりの頭になっても、牛の尻尾にはなるな
大きな組織の中で、後からついていくより
小さなグループのリーダーになれ

史記（中国の歴史書）

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	館
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



社会福祉法人 滴 翠 会 <http://tekisuiikai.or.jp/>