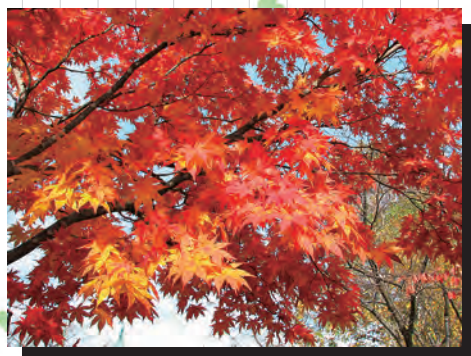


し 四 恩 園 えん NEWS

11
vol.43



白樺遊歩道の見晴し台より



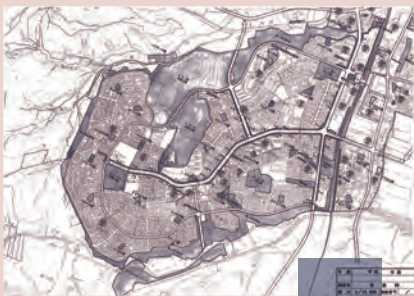
- 発行者 北広島リハビリセンター 特養部四恩園
- 住 所 〒061-1153 北広島市富ヶ岡509-31
- TEL (011)373-6655
- FAX (011)373-6611
- ホームページ <http://www.shionen.or.jp>
- E-mail tokuyo@shionen.or.jp
- 編集発行 広報委員会
- 編集発行責任者 三瓶 徹

『高齢者が買物しやすい環境を考えます』 をテーマに団地内にベンチを設置しました

北広島団地地区地域ケア会議『団地団らんネット』は、北広島市みなみ高齢者支援センターと団地地区の民生委員、社会福祉委員会自治会、介護保険事業所、障がい者支援センターなどの皆様が、地域で生活されている高齢者や障がい者等の日常生活の課題解決に取り組んでいます。

北海道立北方建築総合研究所の『北広島団地住民意向アンケート調査結果』によると買物に関して『徒歩で行けるとところにコンビニ、小売店、食事をするところがほしい』という要望が多く、駅から遠いほど買物の利便性に関する満足度が低いことがわかりました。

ベンチ設置までの道のり



はじめに、『どこにベンチを置いたらよいか……』メンバーの皆さまと北広島団地の地図を見ながら考えました。

地図を見ながら、実際にまちを歩いて設置場所を決めました。



市の管理する緑地帯、個人宅へ設置をお願いし、ベンチを設置。

ベンチを作成してくださった、白樺高等養護学校の生徒さんと一緒に設置しました。



メンバーの皆さんからも『買い物途中でずくまって休んでいる高齢者をよく見かける』といった声をいただきました。そこでH22年より『高齢者が買物しやすい環境を考えます』をテーマに『団地内にベンチを設置して買物途中に休む場所にしよう』と考え、団地地区内にベンチを設置しました。



回覧板でベンチ設置をお知らせしたチラシ。

将来的には、ベンチ設置の活動の輪が広がり、少しでも高齢者の皆さんが外出しやすい環境となり、ベンチが縁側的な役割をもって人と人との交流を生み、高齢者の皆さまが孤立しないまちになれば、と考えています。『ここにベンチを置いてほしい!』というご意見をお待ちしております。ご要望がございましたら北広島市みなみ高齢者支援センターまでご意見をお寄せください。

(みなみ高齢者支援センター 新沼)

北広島市みなみ高齢者支援センター

介護予防事業

夏祭り健康相談コーナー

みなみ高齢者支援センターでは福祉委員会主催の夏祭りに約十年前から参加しており、現在では担当地区である第一・第二・第三・第四住区すべての夏祭りに参加させていただいております。

私達は健康相談コーナーとし



て、血圧や体脂肪、握力等の測定をおこなっており、平均五十〜六十人、多い時は一〇〇人を越える方々が測定を受けて下さっております。

来年も皆様の健康管理への意識付けのきっかけになるよう、お祭りに参加させていただきたいと思っています。

●お知らせ●

みなみ高齢者支援センターでは、今年も「認知症の方を介護する家族のつどい」を実施しております。認知症介護に関わる介護者の方の「辛さ」「不安」「苛立ち」といった思いは、同じような環境に居る方達同士で「思い」を共有することが、一番の発散手段と考えます。参加

者の皆様で「遠慮なく」「率直な」お話しが出来る時間を送られるよう、皆様の参加をお待ちしております。十一月開催日時についてもお知らせ致します。

日 時：十一月二十二日（火）

十三時〜十五時

場 所：北広島団地地域交流

ホームふれて内

申し込み：事前にお電話でお申し込み下さい

連絡先：北広島市みなみ高齢者支援センター 〇二一

三七二八二〇

ボランティアふくろうメンバー募集!!

『ボランティアふくろう』は、開催しています。

来年発足十周年を迎え、現在三十名の会員が所属しています。ボランティアの内容としては、四恩園のイベントの手伝いや外出行事の付き添い、花壇や畑作りなどの活動をおこなっています。そのほかにも、お客様との囲碁・将棋などのお相手、お話し相手、ピアノや手遊びなど、メンバーの特技を生かして活躍いただいています。また、年に一度の研修や交流会なども開催しています。

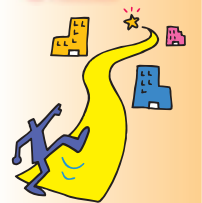
地域との架け橋として、地域の皆様とできる事を共に考え、お客様に喜んでもらえるような施設作りに、これからも力を注いでいきたいと思っております。一緒に活動したいという方は、ぜひご連絡下さい!!

【申し込み先】北広島リハビリセンター特養部四恩園ボランティアふくろう

（担当：田中、川口、石川）

お客様の尊厳を守るために

おむつゼロへの道



特養部四恩園では施設サービス課係長 長谷川を中心に、平成二十一年五月より、日中のおむつ外しに取り組み、約二年の時を経て達成することができました。おかげさまで北海道初の達成となった取り組みのその過程や想いについて長谷川係長から話を聞きました。

Q1、おむつゼロを目標としたきっかけは何ですか？

平成二十一年、全国老協主催の「第六期介護力向上講習会」に参加し、そこで国際医療福祉大学大学院教授の竹内孝仁氏より、おむつ外しを始めとする自立支援介護を学んだことがゼロを目指すきっかけとなりました。四恩園では講習参加とほぼ時を同じくし、排泄改善委員会を初めとする三大ケア改善委員会を発足。おむつ外しの取り組みが委員会活動のメインとなりました。

Q2、おむつゼロ活動を行う上で大切なこと、注目する点は何ですか？

おむつを外すことが第一の目的で

はない。トイレでスッキリ排泄してもらうということが第一。その為にまずお一人お一人のアセスメントを行う。その方におむつは本当に必要か？ 座れるADLはないか？ 同時に『水分・栄養・排便・運動』の基本ケアを提供し、排泄の自立を目指す。さらにゼロを達成する上で最も大切なことはチーム全員が団結して取り組むということ。

Q3、最初にチームやご家族に対して働きかけた事は何ですか？また大変だったことは何ですか？

チームに対しては、講習会で学んできた自立支援のケア理論をケア会議の度に説明。特に「水の大切さ」は何度も話す。学んできた人間が主導的に動きながら、ケースをもつ正職員に働きかけ、ケース担当が直接お客様やご家族とやりとりをした。ご家族に対しては、家族会の研修会や広報を通して、おむつ外しの取り組みを報告。布パンツの購入については、ご家族も協力的で、取り組み自体も温かく見守ってくださった。

Q4、おむつがはずれた事で、お客様の生活や反応はどのように変わりましたか？

おむつ外しを取り組む過程で水や食事、運動などの基本ケアを一生懸命実践することで、お客様が元気になる、全体的に生活感がある施設になってきたと思う。排泄が自立に向かった事で、生活自体も幅に広がりが見られた。その度合いは人それぞれだが、外出頻度が増えたり、失禁続киだった人の失禁がなくなった、臀部が爛れやすかった人が爛れから開放されたり、おむつ外しの効果は確実にある。

Q5、おむつゼロに対しての今後の課題や展望、その他新たに目指していききたいものは何ですか？

おむつゼロを今年六月に達成したが、これからが本当の始まりだと思っている。今後はケアの中身を追究し、サービスの質を高めるということを心がけたい。なぜならば、ゼロを達成した事で、四恩園の注目度は増しており、常に先を行く立場となったからだ。そのためには介護職だけが頑張れば良いのではなく、他職種連携で取り組み四恩園全体の取り組みとしたい。食物繊維を多く含む食事や常食への移行については、栄養士や厨房の力を。自然排便獲得

には医師・看護師の力を。取り組み全体のご意見番として期待したいのが生活相談員というように、それぞれの専門性からおむつ外しに参加してもらいたいと考えている。ここで働く職員がこの仕事にやりがいを感じ、お客様やご家族も喜んでくださり、同じ仕事をする人たちの希望となれるように、私たちは謙虚さと感謝の気持ちを忘れずにチーム一丸となって取り組んで行きたい。



「皆さんの理解があつてこそ」と語る長谷川係長

四恩園クラシック part 1

あの時の自分、あの時の出会い、あの時の体験には、今、忘れていた大切な思いがあったのではないのでしょうか。古いアルバムのたった一枚の写真から「ああ、そういうこともあったな」とか「あのことは、今の自分にこう影響しているな」と気づかされることがあります。四恩園は今年で開設16年を迎えました。過去の取り組みを振り返りながら、皆さんの自己理解、仕事や生活の新たな原動力になればと思います。懐かしい写真を楽しみながら今を考えてみませんか。

記念すべき第1号の四恩園機関紙はこんな感じでした。



四恩園建設へ



思い出の風景



1995年は
こんな年でした

◆出来事

- ・O-157による集団食中毒発生
- ・野茂投手がノーヒット・ノーラン達成
- ・アトランタオリンピック開幕

◆流行語

- ・ロンバケ
- ・ちょべりば、ちょべりぐ
- ・メークドラマ
- ・芸能人は歯が命

◆ヒット曲

- ・名もなき詩
- ・バンザイ〜好きでよかった
- ・I'm proud

～ミナパピリカ～

特養部

幸せなひと時

九月十日。気持の良い秋晴れの中、特養部の敬老会が開催されました。お客様全ての方の健康を願ひ、ご家族の方々にも参加して頂き、豪華な食事や職員余興、一年間を振り返るスライドを楽しんで頂きました。そして今年は米寿四名、白寿一名、また、北広島市最高齢一〇七歳の角田様の計六名の方々を紹介させて頂き、皆でお祝いしました。

(施設サービス課 河村)



総勢約130名で楽しいひと時を過ごしました



白寿の菊地様は10月に百歳を迎えました

訪問看護

和を楽しむ

「たんすに眠っている着物を着てお茶会を楽しもう!」

お客様の大切なお持物は着物をお持ちの方が多く、いわゆる「たんすの肥やしに」……。着物は着なきやもったいない!ということで、当訪問看護ステーション外出行事でこの企画を実現しました。

会場は市内緑陽小学校の和室。コマールでお馴染み日本和装のスタッフにボランティアで来ていただき、みるみる美しい艶姿に変身された皆さんを見て、本当に感激しました。その着物にまつわる思いも聞くことができ、着付けの先生も涙ぐむ場面も……。

記念写真を撮り、お茶を飲み、ピンと背筋が伸びる皆さんを見て、「日本人ていいなあ」と改めて感じた一日でした。

(訪問看護ステーション 町田)



ヘルパー

「茶話会」

十月二日、日曜日。地域交流ホームふれてにおいて、ヘルパーステーションの研修委員主催で、お客様との茶話会を開きました。「ふれてのことを、お客様にももっと知ってもらおう!」との声から、研修委員が、企画・立案・実施のほとんどのを行いました。当日は、女性九名(子供さんを抱っこしながらの人もいました!)の迫力ある「 Gospel で大感動! 話術巧みな手品ショーでは、みなお腹を抱えて大笑い! 参加したヘルパーからは、「お客様の笑顔が見られて嬉しかった」「お客様とゆっくり話せてよかった」という感想が寄せられました。お客様からは「外へ出てみると色々な人に会えて楽しかった」「思い切って行って良かった」「今度コーヒを飲みに行きたい」といった、ありがたい感想をいただくことができました。茶話会を通じて、お客様もヘルパーも有意義な時間を過ごすことができ、笑いのたえない茶話会となりました。

(ヘルパーステーション 石川)



Gospelでうっとり♪



爆笑マジックショー

デイサービス

敬老祭で思い出づくり

九月十九〜二十日、二日間にわたりデイサービスで敬老祭を開催しました。今年の敬老祭は、スライドショーによる各年代の出来事などを見ながら、思い出を振り返り、懐かしさを感じていただきました。そして、今までの敬老祭にはなかった試みとして、参加していただいた方々にお祝いの記念として、手形をとって、今日の思い出の一つと、させていただきました。お客様の中には、初めて手形をとった方もおり、みなさんと職員と一緒にワイワイとした中で楽しんでいただき、私たちにとっても思い出に残る敬老祭にでき、本当に嬉しく思っております。これからもお客様に喜んでいただける、思い出に残る、行事をみなさんと一緒に築いていきたいと思っています。これからも、どうぞよろしくお願い致します。

(デイサービス 岡崎)

あー恥ずかしー

あちゃー

みんなで記念撮影

さとみ

里見緑地の散歩コース完成

里見五・六丁目町内会の緑地環境整備事業で、遊歩道が完成しました。町内会の有志が集うボランティアグループ「どんぐり」の村元会長を中心にウッドチップを敷き詰めた遊歩道、風見鳥のある見晴し台、大勢で座れるウッドテーブルセットと心のこもった、手間のかかった、すばらしい環境が整いました。さとみのお客様も好みの散歩コースを利用しています。みなさまも一度、ウォーキング体験いかがですか。

(デイホームさとみ 及川)



気持ちの良い遊歩道です

かたる

敬老祭 初開催!!

九月十八日から一週間、かたるでの初めての施設内行事を開催いたしました。職員みな初心にかえり、改めてお客様を敬う気持ち、感謝の気持ちを胸に当日を迎えました。一階地域交流ホームふれてに会場を設営し、敬老のお祝いと節目のお祝い、またお客様と職員との交流の場として茶話会も実施しました。改めてお客様と向き合うことで、大いに語り合うことが出来ました。職員の余興も行い会場は終日笑いにつつまれました。今回の敬老祭には、四恩園のお客様や大勢の地域の方にも訪れていただき、新たな交流を持つことが出来た行事となりました。今後ともお客様のために、お客様に喜んでいただけるように、地域の資源として、かたるならではの催しを開催していく予定であります。

(デイホームかたる 富岡)



首がクルクルマジックショー



おかめひょっとこ

感染予防の標語

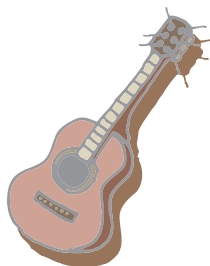
〈お客様、職員共々安心安全を第一に感染対策に努めましょう〉

寒くても 時々換気 かぜ予防

(感染対策委員会)



ある人は目を閉じ手拍子をし
ある人はともに口ずさみ
ある人は追想に涙した
その歌声は、聞者者の心の扉をノックした……

ソロシンガー千鶴伽さん
ミニコンサート

皆さんもどうでしょうか、これから北海道は寒い季節が続きますので、心も体も温まる、美味しいラーメン探しをしてはいかがでしょうか。
(ディサービス 岡崎)

美味しいラーメンと言いましたが、味には人それぞれ好みがあるので、ある人が「うまい!」といったからと言って、他の人にはもしかすると合わないかもしれません。しかし、美味しいラーメンに共通することは「旨味とコク」であり。ただ味が濃い・辛い・具がいっぱいなどだけではダメです。各味の中で「旨味とコク」があることで、その味を思い出し、「あ、また食べたい!」と思わせてくれるラーメンこそが自分にとってお気に入りのラーメン屋さんになるんだと思います。

みなさんがよく食べているラーメン、それは中華麺と汁(スープ)からなる日本特有の料理。別名、中華そばなどと呼ばれています。その起源は中国の麺料理を原形に、大正時代から日本に広まりました。現在では、各地方によって様々な味・具・色などで目にすると思います。そして、海・山などの地域によっても、その地域の特徴を活かして味を出しています。一般的に味噌・醤油・塩に分かれています。この中で一番ごまかせない味というのが、塩と言われています。なので、塩が美味しいラーメン屋さんは、こだわりの名店だと思えます。そして、そのラーメンを作っている主人も良い人だと思えます。

うまい!

冬と言えばコレ!

ラーメン探求

安全運転の標語

冬道は シーズン最初が要注意

(交通安全委員会)

編集後記

寒くなると、ついつい家の中にこもりきりになってしまいます。「風邪ひいちゃうもんね～」と自分に甘いのは私だけでしょうか?? しかし、動かなければますます体も弱ってしまうそうです.. 今年の冬は「脱・家ガール! 家ボーイ!」になれるよう、がんばりたいですね。