



福祉施設 広報誌

木もれ陽

No.70

2018.秋号



なでしこ苑入所者の皆さんの作品

木もれ陽……

木立の合間からやさしくもれる光

木立の中の生命を育てる光

それは多くの皆様からの優しく支えられた愛である

「やさしさと愛情」「やわらかいぬくもり」

「あたたかい思いやり」である

岡山県済生会の理念とビジョン

～切れ目ないサービスのために～

岡山県済生会の理念

あらゆる人々に手をさしのべる済生の心で
まことの医療・保健・福祉のサービスにつとめます

岡山県済生会のビジョン

(社会におけるポジション)

1. あらゆる人々に信頼されるパートナーを目指し、良質・安全で、潤いのある医療・保健・福祉サービスを提供する岡山済生会トータルライフケアシステムを実現します。

(事業経営の将来像)

2. 済生会グループの総合力を活かし、地域との連携のもと、医療から介護に至るまでの一貫したサービスが提供できるネットワークを構築します。

(組織の人のあり方)

3. 適切な人事評価やキャリアアップ支援など、職員が誇りとやりがいを持てる組織を目指し、職員満足と健全経営の両立を図ります。

目

次

- ライフケアセンター…………… p 2 ～ 9
- 憩いの丘…………… p10～11
- 備中荘…………… p12～13
- 宇垣荘…………… p14～15
- 玉松園…………… p16～17
- 和みの郷かなや…………… p18～19
- 新人紹介…………… p20～21
- トピックス…………… p21～22

ライフケアセンター

施設全体行事

敬老会

夏祭りゲーム大会



8/23水

花柳珠華鋭



9/17月

風船バレー大会



10/12金



敬老会

七つの子

(複合施設を童謡の題名に例えて表現しました。) この「七つの子」では、各団体のご協力のもとで行われた行事を中心に、ご紹介していきます。

レイ・プアメリア

8/29水

若浪会社中

10/15月



あすなろ腹話術

9/26水



お月見茶会

9月25日しの笛の先生をお招きしてお月見茶会を開きました。しの笛の先生のお話・演奏を聴きながら和菓子とお抹茶を頂きました。すすきやホトトギスの秋の花も飾られて、お月見の雰囲気を楽しみました。

看護職員 露無 今日子



秋の遠足

10月11日と16日の2班に分かれて、岡山大学（津島キャンパス）へ秋の遠足に出かけました。

構内のオシャレな「Jテラスカフェ」でティータイム。コーヒーや紅茶を飲みながら、とても美味しいケーキを頂きました。「こんなに美味しいケーキは初めてじゃ!!」「また来たいなあ〜」等の声がたくさん聞こえてきました。

1班はあいにく雨のため、構内散策は中止となりましたが、運転手さんの粋な計らいで御野方面をドライブ。車中では「ここは昔〇〇じゃったよ〜」「この建物は新しくなったなあ〜」等…会話の花がたくさん咲きました。

ボランティアの方々にもご協力いただき、入居者様の笑顔がたくさんあふれる楽しい時間となりました。

2班はお天気に恵まれ、ティータイム後、少し色づき始めた構内の銀杏並木を散策しました。その際、以前この場所は、陸軍48部隊（通称：よんぱち）が駐屯していた地で、当時の建物も残っている等の貴重なお話を入居者様より伺いました。

改めて平和の尊さを思い、和やかに散策できる幸せを感じた有意義な時間でした。

介護職員 石本 明史・本間 佳子



♪ かわいいお客様が来ました ♪

10月24日、なでしこ保育園のかわいい子供達17人が遊びに来てくれました。今回は歌の先生も来られ「里の秋」「みかんの花咲く丘」「散歩」をみ〜んなで楽しく合唱して元気をたくさんもらいました。また、遊びにきて下さいね♪



丸の内ロータリークラブ贈呈式

10月24日、丸の内ロータリークラブの皆様からDVDを頂きました。丸の内文庫には氷川きよし・美空ひばりのコンサート、映画「永遠のゼロ」「母と暮せば」、ごぼう先生の健康体操など様々なDVDが有りますので皆さま活用して下さい。



介護職員 山下 のり子

なごみ苑

有料老人ホーム(混合型特定施設)

《たこ焼き作り》

10月18日になごみ苑恒例の『たこ焼き作り』を行いました。入居者の方も手伝ってくださり(材料を入れる人)(焼く人)(ソース・青のりをかける人)と、手際よく行っていきました。

今回は飛び入り参加の“大将”が巧みに焼いてくれまして、見事な出来栄えに思わず「わぁ～！上手!! \ (^o^) / 」と人だかりが出来ていました。

“味”…それはそれは好評で、毎回参加者の方々に

「おいしい～!!」と言っていました。「タコ」は使用せずなごみ苑独自の具材を使用しているから、絶妙な味わいが出るそうですよ！……その先はナイショ(笑)……とにもかくにも笑顔が絶えず最高のたこ焼きを食べ楽しい時間を過ごすことができました。

来年も・再来年も続けていけるようにしたいと思います。

皆さん次回も楽しみに待っていて下さいね♡



《バルーンアート》

10月30日にバルーンアートの慰問がありました。

この日はハロウィンが近いということで魔女の仮装をした方の登場！帽子も風船で出来ています。皆さんこれから何が起こるのか興味深々で風船を膨らませる度に「わぁ～!」「すごーい! どうやっとなん?」と歓声があがっていました。ハロウィンにちなんだものや秋の味覚など続々と完成するたびに歓声が上がって大変皆さん楽しまれていました。



参加者全員にバルーンアートのプレゼントもあり皆さんとても喜ばれていました。最後に記念写真を撮り楽しいひと時を過ごすことができました♪



介護職員 吉原 由美 稲本 祐子

<秋祭り(お月見会)>



9月27日、みなみがた荘で秋祭りを開催しました。今年の十五夜が9月23日だったので、秋祭りと一緒にお月見会も合わせて行いました。お月見という事で三色団子と抹茶、屋台料理は焼きそばを用意しました。団子は、桜あん・抹茶あん・こしあんの三色で朝から約240個丸めて、焼きそばは少し薄目の味付けで作りました。また、前日から会場作りも行い、ちょうちんや神輿、座敷にはすすきなどの花を生けて祭りや秋の雰囲気を出しました。

秋祭りが始まり、利用者様の前にお団子とお抹茶、焼きそばが並ぶと「お店のような団子じゃな〜」「お抹茶は久しぶりに飲むわ」などと言われていました。また、黙々と食べ「美味しかった」と、しみじみ感想を言われる利用者様もおられました(笑) 茶道の先生をされていた方にご自分でお抹茶を立てて頂きましたが、細かな泡で美味しそうなお抹茶が出来上がっていました。ご自分で立て



られたお抹茶とお団子を一緒にペロリと食べられ、とても喜ばれていました。



十五夜(中秋の名月)とは、秋の真ん中に出る満月”を指しており、一年で一番綺麗に見える月を鑑賞しながら、秋の豊作の祈願や収穫を祝い団子を食べる日です。昼間に行いましたのでお月見とはいきませんが、団子とお抹茶で秋を満喫して頂けたのではないかと思います。これからも、行事を通して利用者様に季節を感じて楽しんで頂けるよう職員で協力して作り上げていきたいです。

介護職員 磯田 千賀子

<職員親睦会>



秋祭りの夜、職員の親睦会を開催しました。料理は全て手作りで、朝から空き時間に仕込みをしながら業務後に仕上げ・盛り付けを行いました。職員の得意料理!?を作って頂き、お店に負けないくらい良い物ができました。親睦会では、料理を堪能する人、楽しく会話をする人など、美味しい料理を食べながら有意義な時間を過ごすことができ、あっという間の2時間でした。

今回、手作り料理での親睦会は初の試みでしたが、料理作りから片付けまでみんなで行い、職員の団結がさらに深まったと感じました。このチームワークで利用者様にもっと良いサービスを提供していきたいと思えます。

理学療法士 三宅 洋次

- お品書き
- ・唐揚げの南蛮漬け
 - ・豚肉のミョウガ焼き
 - ・とり酢
 - ・ちくキュー
 - ・素麺
 - ・冷奴
 - ・ティラミス
 - ・カレー



なでしこ苑

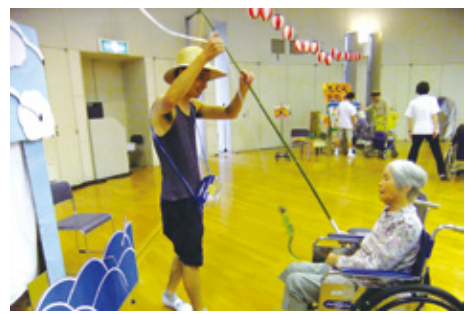
介護老人保健施設

夏祭りゲーム大会



8月23日に交流ホールにて、夏祭りゲーム大会がおこなわれました。それぞれの施設が工夫をこらしたゲームを用意して、ご利用者様に夏祭りの楽しさを味わっていただきました。

今年、なでしこ苑では魚釣りゲームを製作しました。空に見立てたアーチに海に見立てたカーテンを垂らし、波に利用者様が持つ釣竿から糸が投げ込まれると、アーチの後ろに隠れている職員が糸をひっぱって、魚や海のいきもの、大当たり（どっきり）のゴム製のヘビやカエルを釣り上げるというゲームです。



いつも元気な利用者様ですが、いつもにも増して喜ばれておりました。大当たり（??）のカエルやヘビを釣り上げた時は特に「うわあーこれは本物??」や「キャー、気持ち悪い!」など、びっくりされており、いつもはお見かけしないような表情をたくさん見せてくださいました。

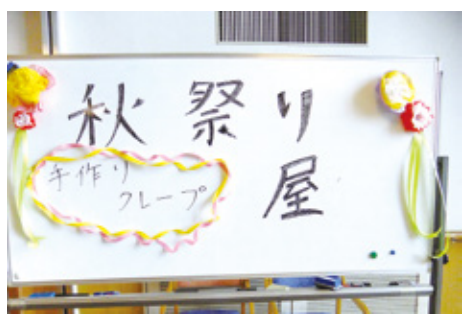


ゲーム終了後は、職員さんの手製のとてもかわいいカエルの置物をお渡ししました。こちらもとても喜ばれ、大好評でした♪

最後に、協力してくださったボランティアの学生さんや、当日の運営や仕事の合間をぬって準備をしてくださった先輩職員の方々ありがとうございました。

今回の経験を活かし、来年はもっと楽しいゲームを頑張っ
て企画したいと思います。

秋祭り



9月19日、なでしこ苑の秋祭では、屋台とカフェの気分を味わっていただこうと「バナナクレープ」を手作りしました。クレープ生地をホットプレートで1枚ずつ焼いて、スライスしたバナナをのせ、ホイップクリーム、チョコレートソースで盛り付けました。

最初はクレープ生地を焼くのに職員が悪戦苦闘していましたが、だんだんと上達し、お店のクレープ顔負けの生地が焼けるようになりました♡

3階と4階のご利用者様が合流し、テーブルクロスを張っ

たり、部屋には音楽を流したりして雰囲気を出してみました♪いつもとちがった顔ぶれやテーブルの様子に、改まった表情のご利用者様もいらっしゃいましたが、この日は皆さん笑顔で会話も弾み、いつもはおやつが進まない方もぺろり♡とたいらげられ、私たち職員も嬉しかったです♪こんな笑顔が見たくて、私たち職員も一生懸命アイデアを出して準備に励んでいます。



介護職員 土屋 葉子

〈2F〉《園児の慰問》

9月6日(木)伊島保育園から年長・年中組のお子さん達が先生と一緒に笑顔をお届けして下さいました。

先生の上手な進行、子供たちの元気なあいさつで始まり、歌を歌ったり、手遊び歌をみせてもらったりしながら、ご利用者様も一緒に「♪トントントン♪ひげ爺さん」と、手を動かしておられました。園児たちの元気な歌声と明るい笑顔を見ているご利用者様の顔にも笑顔がこぼれます。



子供たちが肩をたたいてくれたり、手をつないで言葉を交わしたりしていると、思わず涙ぐむ方もいらっしゃいました。

幼いお子さん達の様子に、もしかしたら?ご自分のお子さんやお孫さんの姿を思い浮かべた方、ただただ可愛くて笑顔になり声をかける方もおられたでしょう。世代の違う方々の交流を微笑ましく感じ、心温まる時間でした。津島保育園の皆様へ感謝します。また、来年もお顔を見せて下さいね。



介護職員 尾塔 友美

〈3F〉《8月お誕生日会》

夏も過ぎ、だんだんと寒くなってきていますが、皆様いかがお過ごしでしょうか?

8月はお誕生日の方がお一人でしたので、その方へ「お誕生日者からひと言頂きたいのですが」と、声掛けをさせていただいたところ「そんな事はせん」と最初は乗り気ではありませんでした。

その方は普段からあまり積極的な方ではないので、これは難しいことなのかなと思っていました。

お誕生日会が始まり、ハッピーバースデーの歌を皆様と歌ったところ、涙を流され「私のようなものの為には有難うございました」と、とても嬉しい言葉を聞くことができました。

余興では大型紙芝居を行い、耳が聞こえにくい方もその大きなイラストに興味津々に見ておられ、お誕生日会後に「良かったぞ」と大変喜ばれていました。普段接していた時に見たことのない利用者様の一面も見ることが出来き、とても有意義なお誕生日会となりました。

介護職員 宇治 佳城



〈4F〉《♪伊島保育園園児来苑♪》

9月6日かわいい園児たちの訪問を、ワクワク楽しみに待っていました。賑やかな声が聞こえ始め、いよいよ登場!会場内が“パツ”と明るく和やかな雰囲気になると同時に、利用者様の満面の笑みと大拍手で会が進行。元気な園児の皆さんと一緒に、利用者様と職員も歌や手遊びを楽しみました。♥触れ合いタイム♥では肩たたきトントントン!!で盛り上がり園児たちが、利用者様の側で一生懸命肩たたきをしてくれました。利用者様の嬉しそうな表情が今でも思い出されます。

「お餅みたいな手じゃなー」「今どきの子はきれいな子が多いし、しっかりしとる」「小さくてかわいいなー」と、目を丸くして思い思いに会話される方、感激して涙される方や手を握りしめて離れられない姿を見て、世代交流の大切さを感じました。

園児の皆さんからパワーをもらい、心癒される貴重な時間となりました。このような素敵な行事が今後も継続していく事を願っています。

介護職員 中山 真由美



デイケアセンター

通所リハビリ

今年は夏から秋へと猛暑日が続き、岡山県では7月の救急搬送人員数（人口10万人あたり）が、全国1位だったと報じられていました。しかし9月に入ると朝夕過ごしやすくなり、10月には日中は暑いながらも朝夕は冷え、寒暖差が目立つようになりました。そのおかげが今年の紅葉はきれいだと聞きますが、利用者の皆様は体調を崩されないよう手洗いうがいをしっかりしてくださいね。

家でも干しとんじかけえ、
ここはこうやってこうで。



夏祭りで「洗濯何枚干せるかな？」をやりました。

夜はよく眠れますからね」

「趣味ではないけど塗り絵、刺繍、作りものなど教えてもらいながら楽しんで時間を忘れてしまうこともあります。ええようにしようと思うと頭をつかうわなあ」

などと色々とお答えくださいました。ありがとうございました。この他



手作りおやつで冷やしぜんざいとプリンアラモードを作りました。皆さんとてもいい笑顔で食べられていらっしゃいました。

にも、デイケアでは、クロスワード・間違い探し・数字計算等をスタッフもいっしょに考えながらおこなっています。今後もデイケアスタッフは利用者の方々がリハビリに気持ちよく参加出来るように、又、最終目標として、リハビリをおこなうことでお身体の状態が向上し、「もう元気になったからここを卒業するわ」と言っていただけのように努力していきたいと思えます。

看護職員 三岳 優子



昔やったけど、どんなのが出来るかな？

万華鏡を作りました。



出来ましたよ。ほら。

クラフトでぐるぐる風車をやりました。



おい、ボールが来たで！よっしゃ!!

風船バレー大会



頑張れー!!

風船バレー大会

リハビリスタッフからのワンポイントアドバイス

過ごしやすい秋から寒い時期になり、外出の機会や室内でも体を動かすことが減ったり、体調を崩されたりしていませんか？

寒い時期になると、起床時などでは筋肉が固くなったり、厚着をすることで、体を動かし難くなり、小さい段差（カーペットや暖房器具のコードなど）で躓いたり、転倒したりする危険性が高まります。

体の状態を維持し、体力の低下を防ぐためにも、安全に配慮しての運動（寝た状態や座った状態で手足の運動、机や手すりなどを支えにして立ち上がり運動など）や、転倒の危険性が少なくなるように、室内の環境の見直しを行ってみてください。

また、感染症の予防や寒い時期でも脱水になる危険性があるため水分補給などを行い、体の調子を整えるよう、心がけてみてください。

理学療法士 新本 祥太郎

デイサービス通信

新庄村の田植え踊り

8月24日（金）暑い日に新庄村より子供からひいおばあちゃんまでの、親子三世代のグループが慰問に来てくれました。夏休みももう一週間で終わりという貴重な時に（夏休みの宿題をしていない子は…。でも来てくれている子供たちはきっと終わってるのでしょうか。）元気な小学生達が、一所懸命に田植え踊りを踊ってくれました。おばあちゃん達の太鼓も素晴らしかったです。



マレーシア民謡踊り

時を同じくして今度はマレーシアの民謡踊りを披露していただきました。

マレーシアと言えば…。親日派で美しい女性!!ということで、実際新庄村に住んでいる美女（日本の方ですが）が本場の踊りを見せてくれました。最高です!!



夏野菜の仲間たち

今年の夏は異常気象で野菜が育たず野菜の価格が高騰しましたね。だからという訳ではありませんが、デイサービスでは「夏野菜」を皆さんと一緒に作りました。

デイサービスの野菜たちはとても元気で色鮮やかに出来上がりました。



クラフト教室

今回もデイサービス恒例の甘利先生によるクラフト教室を開催しました。今回はドングリストラップです。みなさん真剣に取り組んでおられました。



介護職員 西谷 裕子



特別養護老人ホーム

特別養護老人ホーム 憩いの丘

9/17火

【敬老会・運動会】



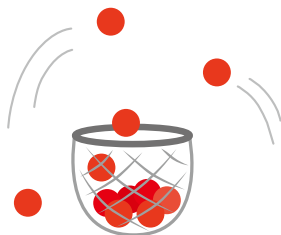
本年も利用者様とそごご家族をお迎えし敬老の日を盛大にお祝いする事が出来ました。

式典に続き敬老の日、恒例となっている憩いの丘大運動会が開催されました。

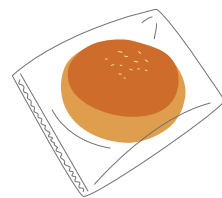
利用者様の介護度が高くなり本当に運動会が出来るのだろうか？危なくはないだろうか？多少の不安があるなか運動会がはじまりました。

競技種目は3種目・玉入れ、パン食い競争、綱引きです。赤白に分かれて勝敗を競い合います。

玉入れは、各チームに分かれ円を作り、籠をつけた車椅子に乗った職員が円の中を回ります。赤白共に緊張感最高潮！スタートの合図を待たず、玉を投げ入れてしまいます。スタートの合図でみんな一生懸命に手を伸ばします、いくつになっても負けたくありません。勝敗に一喜一憂するその姿は子供のころに頑張った運動会を思い起こさせます。



続いてパン食い競争、紐に吊るされたパンめがけて二人一組となり駆けてゆきます。大きな菓子パンに皆さん大喜び、お昼のご馳走が待っているにも関わらず、袋を開きかぶりついている方もいます。また職員とご家族とで二人三脚のパン食い競争もありました。ご家族と共に競技を楽しむことができました。



最後の種目、綱引きです。利用者様は応援です。職員とご家族の混合チームが赤白に分かれ競います。この綱引きの為に来たんですよ、面白おかしく言って下さる方もおられます。

勝敗も大切ですが、一体感や終わった時の満足感は日常では感じる事のない特別なものでした。



運動会は盛況のうちに終了、一人もけがをする事無く安全に終わることができました。

当初の心配もどこかにふきとんでいきました。利用者様、ご家族、職員、みんなの笑顔が何よりの収穫だと感じました。忙しいなか準備や運営に頑張られた職員の皆様、楽しい時間をありがとうございました。

介護副主任 川崎 泰弘

憩いの丘 デイサービスセンター

【イキイキ! トレーニング!】

機能訓練に特化したデイを目指して日々試行錯誤しています。

- ①足裏のつぼ図を見ながら行う竹踏みでは「こんなところにもつぼがあるんじゃない。」「右と左じゃあ違うんじゃない。」など会話もしながら、「イタタタ!」と顔をしかめたり笑ったりです。



- ②ビー玉を足で左右に運ぶ、ゴルフボールで足裏をマッサージする、新聞紙を足でたたむなどしっかり足を使っています。「気持ちええ。」と頑張っています。



- ③理学療法士による個別対応です。「今日はこの辺が痛いんじゃない。ちょっとやってもらっただけでも違うんじゃない。」と日々色々な訴えがあります。



- ④手指訓練も様々に提供しています。指導図に従って低反発ボールを握り手指を動かします。ご利用者は自宅でのトレーニングも忘れずに取り組まれています。継続は力なり!!

ご利用者の声をしっかり傾聴し、気持ちに寄り添ったケアを大切にしています。今後もご利用者が1日でも長く在宅生活を継続出来るよう支援していきます。

【ちょっとこじられた洋食で】

毎月の行事お好みコーナーでは、バラエティーに富んだメニューの提供に努めています。9月はオムライス&ハンバーグでした。チキンライスにふんわり玉子を巻いてデミグラスソースと生クリームをかけ、付け合せに緑鮮やかなブロッコリーとさつま芋サラダを添えていただきました。「食べたことがないような。お腹いっぱいになった!おいしかったー!」と喜ばれました。次回はホワイトソースのオムライスも考えています。



今回は食と運動に注目して私たちの取り組みを紹介しました。身体機能維持には、食事療法と運動療法は欠かせないものです。今後もご利用者に十分配慮したケアを提供していきたいと思っています。

生活相談員 矢尾 みずほ



介護老人保健施設

敬老の日記念式典と食事会を開催

平成30年9月17日（月）に敬老会が開催され、利用者の皆様と敬老のお祝いをさせていただきました。

施設代表挨拶から始まり、記念品の贈呈、利用者様からお礼の言葉を頂戴致しました。余興ではボランティアの方の三味線が行われ、懐かしの音楽に聞き入っておられる方、手拍子されるなど様々に楽しんでおられました。式典後は来荘された御家族と一緒に昼食会を楽しんで頂きました。

来年も皆様と敬老のお祝いをさせていただけたらと思います。

介護職員 仁宮 正裕



秋祭りに参加して



平成30年10月14日（日）に町内秋祭りが開催されました。毎年秋祭り・子供みこしに参加していますが、今年は特に参加されたいご利用様が多かったように感じました。

ご利用様に子供みこしの事を伝えると「去年も来とったじゃろう、今年もあるんじゃな」と楽しみにされている様でした。

またお住まいが地域のご利用者様は「昔からあったんよ」と祭りの事について様々な事を教えていただきました。普段の活動では消極的な一面も見られる方ですが、こどもみこしの話になると「行く行く、楽しみじゃ、知り合いもおるからなあ」ととても喜んでいる様子が見受けられました。こどもみこしを観に行き、地元の知り合いの方と楽しそうに話をされているご利用様の様子を見ると、改めて地域に根ざした施設、地域に愛される施設の必要性を考える事が出来ました。

ご利用者様、地域の皆様の沢山の笑顔を見る事ができ、幸せな一日となりました。

介護職員 高田 晃和

まほろば祭りで無料健康相談

平成30年10月28日（日）高松城址公園にて「第25回備中高松まほろば祭り」が開催されました。多岐にわたるステージや地域各種団体の出店がされる中、当施設は、併設医療機関の済生会吉備病院と共に医師、看護師、介護士、相談員、ケアマネジャー等が参加し「健康相談、介護相談、血管年齢測定、血圧測定、喫煙度測定」を行ないました。

今年も多数の方にご来場いただき、健康相談や介護相談を実施しました。地域の皆様の健康支援の一助となることを目標に今後も取り組んでいきます。

支援相談員 竹下 美枝

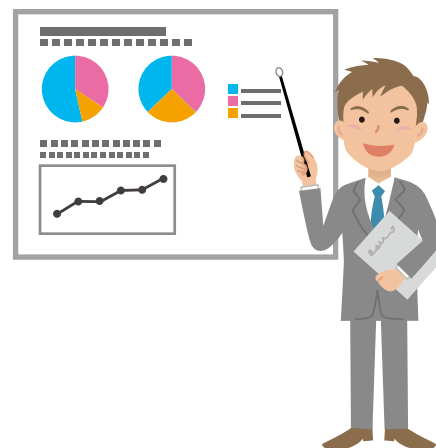


介護老人保健施設

日本作業療法学会にて発表

平成30年9月7日（金）から日本作業療法学会に参加し、「在宅で生活している要介護者の幸福感受イベントの検討」について発表させていただきました。内容は、デイケア利用者様にアンケート調査で幸せを感じる活動についてお尋ねして、統計処理、現在、利用者様が何を幸せに感じているかを把握する事を目的にしました。座長の方からは、今後、利用前の情報を得て、ケアマネージャーと利用前に目標を共有することなど具体的なアドバイスをいただきました。今後は、デイケアだけでなく、入所・訪問分野に関しても、コミュニケーションを図っていきたいと感じました。

作業療法士 中野 広隆



秋の町内事前溝掃除



平成30年9月8日（土）に町内の溝掃除に先だって、地域貢献活動の一環として備中荘周辺の溝掃除と施設内の環境整備を行いました。職員有志11名（+お子様1名）が参加しました。当日はスタートからしばらくすると雨が降ってきたため、皆もくもくと作業にあたり、いつもより早く完了することができました。雨は残念でしたが、きれいになった溝や道を見るとすっきり爽快な気分になりました。これからも地域貢献に取り組んでいきたいと思えます。

管理栄養士 谷口 直美



備中荘デイケアセンター 防火避難訓練を実施

平成30年10月23日（火）に防火避難訓練を実施しました。総勢27名が参加し、火災発生時の対応方法、避難誘導等の訓練を行いました。当日、外が雨だったためホールへ避難することとしました。訓練後の反省会では、利用者様からも「慌てて逃げではダメ」「職員さんの誘導に従って逃げるようにしないと」など、活発な意見を聴くことができ、内容の濃い訓練となりました。

定期的な訓練を実施し、職員の防災・防火意識を高め、より安全で安心される施設にしていきたいと思えます。

総務課 市川 浩司



夏祭り



8月17日、宇垣荘では毎年恒例の夏祭りが開催されました。

今年の夏祭りは総踊り、スイカ割り、部署対抗職員腕相撲大会のプログラムで行われました。

総踊りでは太鼓演者に中島さんをお招きして力強い迫力のある演奏でいつも以上に盛大になりとてもお祭りらしい雰囲気になりました。

スイカ割りではスイカが割れなかったり、勢い余って棒が折れてしまうなどハプニング盛り沢山で会場はたくさんの笑いに包まれていました。

今回初めて開催された部署対抗職員腕相撲大会では、各部署の代表者がトーナメント形式で競い合い、日頃は見られない真剣勝負に予想外の盛り上がりを見せました。

次第に利用者の方も自然に「〇〇さん頑張れ」と応援にも熱が入り、手に汗握る白熱した勝負を利用者と職員が一体となって楽しむ姿が見られました。

最後は再び総踊りで今年の夏祭りはお祭りの華やかな余韻を残しつつ幕を閉じました。

介護職員 西井 俊樹



オカリナコンサート

平成30年10月12日、地域の方による「オカリナコンサート」が開催されました。

男性1人女性2人の3名によるミニコンサートが始まり、利用者様にも馴染みのある曲「村祭り」「瀬戸の花嫁」「上を向いて歩こう」等をオカリナの音色に合わせ一緒に唄いました。オカリナには種類もあり、太い音が出るという丸くて両手程の大きさの物やイヤリングサイズの物等を紹介して下さいました。そんなに小さなオカリナでも立派に音が出る事に皆様、驚いておられました。「手をたたきましょう」ではカスタネット・鈴・マラカス等が1人1人に配られ慣れない手つきで音を出そうとする姿はとても印象的でした。利用者様の自然に溢れ出る笑顔を見たり歌声を聴いていると「音楽で皆様が繋がっている、一つになっている」と思え感動しました。



後半は知らない利用者様はいないというくらいの、あの『水戸黄門』の曲で盛り上がっていました。こうして地域の方とのいつもとは違う楽しい時間はあっという間に過ぎていきました。

最後に利用者様から地域の方へ「今日はお忙しい中ありがとうございました」とお礼の言葉を言われコンサートは終了しました。

介護職員 青井 恵



デイサービスセンター

運動会

9月26日、地域交流ホールに於いて運動会を開催しました。特養1階、特養2階、小規模、デイの4チームに分かれて競いました。

まずは選手宣誓に始まり、全員でラジオ体操をして体をほぐしました。大玉ころがしの競技が始まると皆さん元気よく大玉を隣に送り



ゴールするとホールに大歓声が上がりました。パン食い競争は普段控えめな利用者様も大きく口を開けてパンをパクリ！皆さん、とても表情が豊かでした。魚釣りはマグロの早釣りを競い、大物が釣れると満面の笑顔になりました。そのほか、

借り物競争、応援合戦、職員による組体操と種目も盛り沢山でした。

運動会が終わると、利用者様から「童心に返って楽しかった」

「子供の頃の運動会を思い出した」「また来年も参加したい」等の嬉しい感想を頂きました。参加された皆さんが元気になり楽しいひと時を過ごすことが出来ました。

介護職員 渡邊 清美



10月27日（土）第5回玉松園祭が今年も盛大に行われました。

アトラクションの部として午前の部では恒例になりました『御津中学校吹奏楽部』の元気のいい演奏があり、午後の部では『千翔流千重会』の皆様による日本舞踊の慰問がありました。

1階交流ホールでは『ばら寿司・焼きそば・唐揚げ&フライドポテト・二色おはぎ・カップパフェ・甘酒・ジュース』などの屋台を開き、大変賑わっていました。その他「体験リハビリコーナー」や「フリーマーケット」のコーナーなども開設し好評でした。最後に福引大会を盛大に行い、ご来園の皆様楽しんで頂きました。

総務課 吉澤 和幸



福引大会

★★★★★屋台コーナー★★★★★

今年もボランティア御津の皆様のご協力で、ばら寿司・二色おはぎ・カップパフェを手作りして頂きました。

昼食はチケットをお配りして、屋台コーナーにてお好きなものに引き換えて召し上がって頂きました。二色おはぎは、すぐに100食分完売し、ばら寿司と焼きそばは、行列が出来る程の人気でした。久しぶりに、ご家族の方と一緒に食事や会話を楽しまれて和やかな雰囲気になりました。

主任支援員 安藤 好恵



二色おはぎ作り



屋台会場風景

★★★★★ゲームコーナー★★★★★

今年のゲームコーナーは、『紙ひこうき飛ばし大会』を行いました。地域の子供達、入所者の皆様、それぞれお気に入りの紙ひこうきを折り目標めがけて飛ばしました。目標の上でピタリと止まるのがとても難しく何度もトライしたり、紙ひこうきの折り方を変えてみたり大変盛り上がりました。入所者の皆様も子供達の笑い声を聞いて笑顔いっぱいの日でした！

ありがとうございました♪

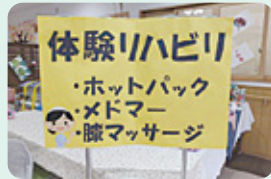
介護職員 片山 美保



★体験リハビリコーナー★

今年も医務室から『体験リハビリコーナー』を設置いたしました。

メドマー（10分間）ホットパック（10分間）膝マッサージを体験して頂きました。



「肩、腰、足を温めて気持ちの良さ感じて見られませんか？」と声を掛けると「してみましょかネ」と多くの方が体験して下さい、メドマーは「これは何？見たことない」と人気でした。「これはいいわ～足が軽くなった（^^）」との感想を頂きました。

ホットパックは、腰を温める方が1番多く2番目が膝、3番目が肩でした。「気持ち良くて離したくない！毎日したい!!」と満足して頂けたようです。

また、自宅で簡単にできる膝痛軽減マッサージを紹介して一緒に頂きました。



会話も弾み和やかなひと時でした。体験に参加して下さいました皆様ありがとうございました。

看護職員 榊山 幸枝



メドマー



ホットパック

★吹奏楽部演奏・日本舞踊★

午前の部では、地元御津中学校の吹奏楽部の生演奏を披露して頂き、「笑点のテーマ」、「川の流れるように」等の曲が進み、入所者、地域の皆様方も手拍子をして盛り上がってきました。「ヤングマン」では振り付けもしながら、中学生のご父兄の皆様方も我が子の演奏を觀賞して心なむひと時を感じられていました。又、入所者の皆様方もお顔の表情も豊かに楽しまれていました。「上を向いて歩こう」は毎年引き継がれており演奏に聴き入って終盤を迎えました。アンコール曲をお願いいたしました所、先生も急なことで驚かれていましたが、快く受けて下さり「笑点のテーマ」で締めくくりとなりました。

午後の部では、千翔流千重会の皆様による日本舞踊の慰問がありました。踊りでは、「関東春雨傘」の曲目による傘の巧みな技法を用い、次第に入所者、観客の皆様も見入っていました。数多くの衣装替えをされ、「浪花節だよ人生は」等、カラオケを含めて全9曲を披露して下さいました。

計画作成担当者 田村 浩子



敬老会

平成30年9月17日（月）敬老の日記念式典が開催されました。

国家斉唱から始まり、施設長、来賓の挨拶のあと、長寿のお祝いが行われ、今年は卒寿の方が3名、米寿の方が2名、傘寿の方が5名、喜寿の方が1名おられました。

それぞれの方に記念品が贈呈され、入所者代表より謝辞が述べられ式典は終了しました。

その後、長谷井グループの皆さんによる日本舞踊の慰問がありました。



総務部 吉澤 和幸



施設長 挨拶



記念品 贈呈



長谷井グループ 慰問



和みの郷かなや



養護老人ホーム

納涼祭



「8月9日」

毎年恒例の和みの郷かなや納涼祭を今年も開催しました。

新見地区でも平成30年7月豪雨災害とその後の台風の被害が大きく、災害復旧が続いている時期の開催だったため、例年のように地域の方を招くなどの大掛かりなことは自粛し、施設内行事として開催しました。

職員がアイデアを出し合い、厨房担当者は夜店を模して、焼き鳥やたこ焼き、焼きそばなどをずらっと並べ、納涼祭の雰囲気を出してくれました。入所者の方々は、好きな物を好きなだけ取って、大喜びでいっぱいにはおぼりました。

もちろん食べるだけではありません。自分たちの出番には張り切って参加してくれました。

余興の子供神楽は3演目。事代主命の舞い、大国主命の舞い、須佐之男命の八岐の大蛇退治、頑張って舞う姿はどれもかわいく、もっと見せてほしいと目を細めて応援しました。

職員が踊る「新見音頭」には入所者の方々も参加し、和気あいあいとした楽しい時間はあっというまに過ぎてしまいました。

最後のお楽しみ抽選会で当たったTシャツを翌朝早速着ている人、ハンカチをすぐに使ってくれる方もいて楽しい時間は翌朝も続いていました。



おまつり



「10月12日」和みの郷がある新見市金谷の地区のお祭りです。

昼食には祭り寿司を食べて、おみこしの到着を首を長くして待っていました。

にぎやかな掛け声とともに、大きな御神輿と法被姿の子供が担いだ樽神輿が広場に入ってくると、待ちきれない人は、広場に出してお出迎えです。

お祓いをしてもらい、獅子舞の獅子に頭をかんでもらい、来年も無病息災で過ごせると喜んで、お供え餅までいただいた、大満足のひと時でした。



これからもよろしくお願ひします

「10月1日」介護保険施設サービスを変更しました。

平成26年7月より実施していた特定施設事業を「外部サービス型」から「一般型（内部型）」に事業変更いたしました。

これに伴い「デイサービスセンター」と「ヘルパーステーション」は廃止しました。

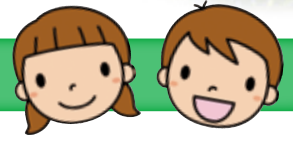
これまでデイサービスやヘルパーを利用していた方には戸惑いもあったようですが、新たに始まった集団リハビリに参加して、楽しみながら身体を鍛えている方もいます。

まだ始まったばかりの一般型特定施設ですが、今後ともよろしくお願ひします。



集団リハビリに参加して体操している皆さん

元気いっぱい小学生



「9月6日」新見南小学校の2年生32名がふれあい慰問に来てくれました。

手作りのプログラムを前に少し緊張した表情で始まった会ですが、しっかりしたあいさつを聞くにつれて、頑張っている準備してきた様子が伝わってくるので、入所者の方々は、自分たちの孫やひ孫の応援をするような気持ちになったのではないのでしょうか。

色とりどりに作られた魚釣り、ボーリング、パズルなどの5種類のゲームはどれも力作です。ルールなどを一生懸命説明してくれるかわいい姿を見た入所者は、子供たちの姿を見てとびきりの笑顔になり、はりきってゲームに参加していました。

ゲームの後は歌と鍵盤ハーモニカの披露。いっぱい練習してきた様子が伝わってくる演奏でした。

「楽しかったね」「一生懸命頑張ってくれてありがとう」「また来てね」と話し、別れを惜しみました。

小学生の元気いっぱいのパワーをもらって、いつまでも一緒にいたいと思った楽しい時間を過ごしました。



敬老会



「9月17日」

今年の敬老の日も、和みの郷では敬老会が開催されました。

施設長の挨拶で始まった敬老会では、長年の功労をたたえ、済生会から皆さんに敬老記念品が贈られました。新見市からめでたく米寿を迎えられた3名の方々にお祝いが贈られました。

厨房の心づくしのご馳走に舌鼓を打ち、楽しんだ神楽は須佐之男命と奇稲田姫の相舞い、つまり「結婚式」です。舞と一緒にきれいな衣装も楽しみました。

職員総出での昔ながらの花嫁行列は傘持ちや長持ちを担ぐ人、嫁入り道具の一つに千屋牛も登場、「きれいだね」「まあ、〇〇さんだったの、わからなかったわあ」「おめでとう」などと話しながら、娘さんをお嫁に出したときのことを思い出す人もいて、会場は優しい笑顔に包まれて楽しい敬老会になりました。



介護支援専門員 橋本 央子

トピックス

ステロイド外用薬を上手に使っていますか

ライフケアセンター薬剤師 酒井 律江

塗り薬について「No.68 2018.春号」で、塗り方、特長、保存法など書いているので、その号を見て下さい。今回は特にステロイド外用薬について書いてみようと思います。

ステロイド外用薬は怖いと考え、なるべく少なく、短期間だけ使い、中途半端に使って、かえって症状を悪化している方がおられるのではないのでしょうか。医師の指示通り、必要な種類の薬・量・期間・部位に使うことが大切なのです。

○ステロイド外用薬とは？

肌が腫れたり、かゆくなった部分では免疫が過剰に働いており、この過剰な免疫反応を抑える作用がある薬です。主に、アトピー性皮膚炎だけでなく、湿疹やかぶれ、火傷、虫刺されに使われます。

○ステロイド外用薬の種類とは？

炎症を抑える強さと血管を収縮させる強さによって5段階に分けられます。

皮膚の薄い顔や首は吸収されやすく、よく効くのでランクの低い薬を使用した方が安全です。また、年齢や症状、重症度によって使い分けされます。

ランク	代表的な薬	使用部位	
I群 (最も強い)	デルモベート ダイアコート	主に体幹 (胸、お腹、背中に 使用)	皮膚の厚い 手や足に使用
II群 (非常に強い)	アンテベート ネリゾナ、トプシム		
III群 (強い)	リンデロンV プロパデルム	顔や頭部(首)に 使用	乳幼児は主に III~IV群を使用
IV群 (中等度)	キンダベート ロコイド		
V群 (弱い)	プレドニゾロン	目など弱い部分 に使用	

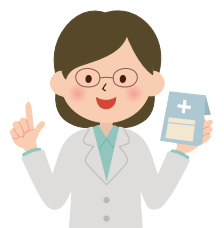
○ステロイド外用薬の副作用って？

飲み薬と違って、皮膚に塗るので皮膚局所の副作用です。指示通りに使っていれば一時的で継続する可能性は低いと考えられます。副作用は皮膚が赤くなる、皮膚が薄くなり血管が透けて見える、皮膚が細菌やカビなどの感染症にかかりやすくなる等です。また、多毛、皮膚に打ち身の様な紫斑ができることもあります。これらの症状を防ぐためには、適切なランクの薬を使うこと、使用量や使用期限を守ることが大切です。炎症を抑えている途中で薬を止めて、症状がぶり返し以前より悪化したように思うことをリバウンドだと思っている人がいます。皮膚の下の炎症までしっかりと治療してから止めると、すぐに悪化することはないのです。

副作用を防止するために、使用部位を間違えないように、同じ症状だからと安易に別の部位に使用しないようにしましょう。

副作用ばかり気にする前に、どれだけ治療効果があったかをを知らることの方が大切です。ステロイド外用薬は正しい使い方をすれば、とても効果のある薬です。

ステロイド薬の作用をよく理解し、医師、薬剤師と相談しながら上手に使用しましょう!



〈利用料・医療費の支払いにお困りの方へ〉

利用料の減免制度について ～介護老人保健施設～

お知らせ

1

Q. 減免制度って何？

A. 社会福祉法人が社会福祉事業として運営している介護老人保健施設において利用できる制度です。社会福祉法という法律の中に規定があります。

Q. どんな事情で制度が利用できるの？

A. 例えば

- ・利用者本人や、その世帯が住民税非課税（住民税を払っていない）となっていて、利用料の支払いが困難な方
- ・長期入所となってしまう利用料の支払いが困難な方
- ・家庭の経済的事情で利用料の支払いが困難な方
- ・各施設の管理者が特に認めた方 …などです。

Q. どのくらいの額が免除されるの？

A. 利用される方の1ヶ月にかかった基本料金（介護保険給付・施設サービス費）、食費、居住費（特別な居室を含む）、日用品費、教養娯楽費等を足した額の約10%の金額を、1ヶ月の請求額から差し引きます。

Q. 手続きを行うには？

A. 「利用料減免申請書」と減免申請者（入所者本人）の前年度分の住民税を証明する書類（介護保険負担限度額認定証）等の提出が必要となります。

Q. ご注意いただくこと

A. この制度の利用期間は恒久的なものではなく、年度ごとに更新手続きが必要となります。

☎ 減免制度でご不明な点やご相談がありましたら、介護老人保健施設の支援相談員までお尋ねください。



無料低額診療事業について ～国体町診療所～

Q. 無料低額診療ってどんな制度ですか？

A. 病気やけがにより生計困難をきたす恐れのある方や経済的理由により適切な医療を受けることができない方に対して、医療費の負担を無料、または低額にすることで安心して医療を受けていただくための事業です。

Q. どんな人が対象ですか？

A. ・低所得者世帯で経済的な理由により診療費の支払いが困難な方
・事情により医療費の支払いが困難と認められる方

Q. 対象になる「医療費」の減額の範囲は？

A. ・当診療所の医療費の10%以上。

Q. 利用の方法は？

A. ・受付にてご相談ください。
・必要なもの：申請者および世帯全体の収入がわかるもの。印鑑。

Q. 利用できる期間は？

A. 適用期間は最長6ヶ月として、引き続き利用を希望する場合は、更新の手続きが必要です。



平成30年も残すところ僅かとなり、インフルエンザや感染性胃腸炎に注意の必要な時期となりました。

今年は7月の豪雨災害をはじめ台風が5つも上陸し、例年にない軌道を描いて大きな被害をもたらしました。また、北海道胆振東部地震では土砂災害や液状化が報じられて自然の脅威を感じました。災害が発生し、いつも思うことはもし自分の施設が被害を受けたらどう対応するか、ライフラインの電気や水道が長期間寸断された場合に対応すべきかを思わざるを得ません。各施設協力して済生会の組織力を生かした対応が必要であると感じます。来年は新しい年号を迎えますが利用者の方がさらに安心して楽しく利用できる施設を目指したいと思います。 憩いの丘 高中 和明

ライフケア：岡山市北区国体町3番12号 TEL086-252-2222 宇垣 荘：岡山市北区御津宇垣2069-10 TEL086-724-0707
憩いの丘：岡山市北区日近1807 TEL086-295-1155 玉松 園：岡山市北区御津金川123番地 TEL086-724-0058
備中 荘：岡山市北区高松原古才600-5 TEL086-287-3332 和みの郷かなや：新見市金谷641番地 TEL086-772-1244
福祉施設合同HP <http://www.okasasei-life.jp/>