

# わんぱくおふろ

# えんごんぐんぐん

特集 新年度を迎えて・・・

各施設長ご挨拶

新年度を迎えるにあたり、各施設長よりご挨拶申し上げます。今後とも、宜しくお願い申し上げます。



## 吉祥寺ホーム

ホーム長 三上 義樹



多くの皆様の支えにより、無事新年度を迎えることができました。皆様ありがとうございます。

吉祥寺ホームが開設され十五周年を迎えますが、介護保険制度の施行や福祉社会の労働力、人材不足の深刻化、吉祥寺老人ホーム、吉祥寺ナーシングホームの自主運営化など、本当に様々なことがあり、対応していくことに大変苦労をいたしました。そのような中で、吉祥寺ホームの

第24号(平成21年春号)

発行日 平成21年5月1日

発行 高齢者総合福祉施設  
吉祥寺ホーム  
情報宣伝委員会

発行責任者 三上義樹

Successful Aging  
(サクセスフルエイジング)は、  
健やかな高齢期を送るための  
合言葉です。

### 24号目次

1	特集 新年度を迎えて・・・
2	
3	養護老人ホームとは？
4	楽々介護のつぼ
5	『手話体操』のご紹介
6	支援センターのしごと
7	むすんでひらいて
8	おしらせ

広報誌に関するお問合せ 0422-20-0800  
吉祥寺ホーム・サービスサポート室まで



<http://www.kichijoji-home.com/>



サービスをご利用いただく皆様の励ましや地域の皆様との協力、東京都、武蔵野市等の関係行政の支援を多くいただき、また、職員の献身的な働きがあり、様々な変化に対応してこられたのだと感謝の言葉しかありません。

今後、社会福祉行政の激しい変革に法人や施設がどのように対応していくべきか、目先のことに捉われず、五年から十年先を見据えていくことが必要であると常々考えておりますが、特にこれからの十年間は、法人創設一〇〇年を迎える二〇一二年から先の一〇〇年に向けての事業を考える必要があります。次世代につながる事業を考えなければいけないのだという思いが心に強く、

吉祥寺ホームとしても具体的に対応していく必要があると感じております。さて、新年度を迎え、さらなる躍進をしていくために、昨年度からの課題である職員の定着と職員の育成、教育に更に力を入れてまいりたいと考えております。職員の資質の向上が、ご提案させていただきます。サービスの質の向上につながり、また、運営をしていくうえでの安定化につながります。施設を地域の財産と考え、その価値を高めていく努力を、職員一丸となり取り組んでまいりたいと思っております。どうぞ、ご利用者様、地域の皆様、行政の皆様の変わらぬご支援、ご理解をお願いいたします。



## 吉祥寺老人ホーム

(養護サービス室担当)

### 施設長 祭田志保美



春の訪れと共に、動物の躍動が見られ、その自然の素晴らしさを満喫し、改めて新年度を感じている今日この頃です。

吉祥寺老人ホーム(養護)では、新年度を迎え、四月三日にご利用者の全体集会を開催いたしました。趣旨は、新年度に向けてご利用者に「施設運営方針」、「事業計画」、「お知らせ事項」等をお伝えする機会として行っております。

### 《平成二十一年度の施設運営方針》

一、 新型養護老人ホームへの更なる充実に向けての取り組み

・新制度に移行し三年が経過する中で、介護ニーズの必要なご利用者は介護保険外部サービス(訪問介護・デイ等)を順調に利用されております。今年度も個別契約型施設として介護保険外部サービスの利用を支援し、自立支援の充実に努めてまいります。また、更に地域福祉の拠点としての役割も充実してまいります。

二、ご利用者の「安心」・「安全」・「満足」への取り組み

① 介護予防への取り組み

(協力歯科医師による口腔衛生指導等)

② ご利用者のニーズを把握し、選択性を持たせたサービスの提供

③ 安全対策への取り組み

(感染症予防、大規模災害時の対応、住環境の整備、苦情・おメモ・ご意見等)

三、積極的な情報開示(福祉サービス第三者評価結果等)への取り組み

今年度も地域行事を推進し、ご利用者の皆様が社会の一員として、日々健やかに安心して生活できる様、職員一丸となって、サービス向上に努めてまいります。



## 吉祥寺ナーシングホーム

(介護サービス室担当)

### 施設長 大久保みのり



上着の要らない暖かい日や、雪が降りそうな寒い日があり、春の訪れが待たれましたが、桜がほころび初め、本格的な春がやってきました。

昨年末に理事長が急逝され、悲しみの日々が続きましたが、ご利用者の皆様、ご家族の皆様、地域の方々のご厚情を賜り、無事、昨年度の事業を終えることが出来ました。

吉祥寺ナーシングホームでは今年度も元氣な新入職員を迎えました。

介護職員の人材不足が社会問題となつていますが、「介護」を職業として選び、学習し、入職した若い職員からエネルギーを貰い、初心に返って、よりよいケアを提供させて頂く所存でございます。

今年度もご指導ご鞭撻の程、よろしくお願い致します。



### 新入職員(づ)紹介

今年是一名の新入職員が入職しましたのでご紹介致します！



介護サービス室  
施設サービス担当  
高柳 美希

こんにちは。ナーシングホーム新入職員の高柳美希と申します。早く一人前になつて、皆様のお役に立てるよう頑張ります。宜しくお願い致します。

# 養護老人ホームとは？

## 吉祥寺老人ホーム

吉祥寺老人ホーム(養護)に関するお問合せ 0422-20-0873  
養護サービス室 (園田・高島) まで

### 職員の仕事の様子から どんなところか知ってみよう！

今回は養護老人ホームとは？と題し職員の一日の仕事内容を通して、養護老人ホームでのご利用者の生活を見ていきたいと思えます。



ミーティングの風景です  
日々の申し送りは  
欠かせません！

養護老人ホームでは、基本的に身の回りのことはご自分で行っていただきませんが、年々要介護者が増加し生活全般にわたり、見守りや介助を要するご利用者が増えてきているのが現状です。地域にもよりますが、ひとりで交通機関を利用して外出するなど、自分なりの余暇を楽しむ元気なご利用者もいる一方で、寝たきりに近い要介護者も在籍しており、生活圏の幅に大きな差がみられます。当養護老人ホームには、寝たきりに近いとまではいきませんが、やはり様々な介助を必要とする方がいらっしやいます。



まず、健康面についてですが、病院の受診の際は、自分で歩いていくのが大変な方、具合が悪い方のために、送迎車が出ます。この車は近隣の主な病院を巡回しています。受診時にはお医者さんとスムーズに話ができるよう職員も付き添います。その他、外部の受診が困難な方のために、週一回、ホーム内でも診察を行います。



また、必要な方には毎日ホーム内でも血圧測定等を職員が行い、日々の体調管理にも気を付けています。この他、日々ご利用者さんと関わる中で、体調の異変を感じた際は、看護師に相談し、早期に受診していただけるように努めています。

生活面では、食事の配膳や、入浴介助、シーツ交換、居室の清掃、受診の声かけ、薬の管理等を行います。その他にも、買い物の代行や衣類整理等、生活全般のお手伝いを行い、ご利用者の方が



お洗濯のお手伝いも  
しています。

生活しやすいよう、環境を整えています。

当ホームでの主な一日のスケジュールは次の通りです。

- 七時半：朝食
- 九時半：ラジオ体操
- 十時：クラブ活動、血圧測定等
- 十二時：昼食
- 十三時：クラブ活動、入浴等
- 十八時：夕食
- 二十一時：門限、消灯



という具合です。決められた時間以外にご利用者それぞれ、過ごし方が違うようです。自由な時間をどのようにするかは、ご利用者次第となっています。ホームに入所した経緯は様々ですが、老いと直面した時、一人で生活しているより、誰かに支えられているという安心感を求めていらっしやる方が多いようです。その期待に応えられるよう、職員も一生懸命仕事をしています。

※入所の相談申込みについての窓口は居住地の福祉事務所になります。



『手浴・足浴・清拭』

吉祥寺ナーシングホーム(特養)では寒い日や血液循環が悪い方、風邪をこじらせてしまった方などを中心に「手浴・足浴・清拭」を行っています。



足浴で心地よさを  
ご利用者さん

「手浴・足浴」とは手足をお湯に浸して温め、洗うことをいいます。効果としては血行を良くし、ご利用者の気分転換を図ることもなります。

「清拭」とは温かいタオル等で全身を拭くことにより、身体を清潔にすると共に血行を良くすることです。全身のマッサージ効果もありますので、ご利用者には「気持ち良かった」などの声を頂いております。

手浴・足浴はご家庭でもできますので是非試してみてください。



手浴も心地よさを  
ご利用者さん

『手浴・足浴』の行い方

まず、洗面器やフットバス(無ければ清潔なバケツ)に三十八度〜四〇度くらいのお湯を溜めます。(足浴の場合、気持ちぬるめのお湯を入れ、徐々に温度を上げていく)その際、入浴剤を入れると香を楽しめ、手浴・足浴をより一層楽しめま。

まずは手足、指間部を擦り垢を落としください。手浴は五〜十分、足浴は十〜十五分程経ったら終わりです。タオルで拭き乾かしてください。寒い時期や乾燥肌の方はローションや乳液を手足全体に塗ると乾燥を防げます。



指間部も念入りに  
キレイにしています

『清拭』の行い方

事前に洗面器、清拭用タオル、バスタオル、着替え、洗い流さないドライシャンプー、ドライヤーをご用意ください。



また、あらかじめ室内の温度は約二十五度程度に設定して部屋を温めておいてください。

まず、洗髪は髪の毛にドライシャンプーを馴染ませる様に揉み、濡れたタオルを絞りドライシャンプーを落としてください。落としたらドライヤーできちんと乾かし髪を梳かします。



次は身体洗浄です。

熱めのお湯にタオルを浸けて、顔、体を拭いていきます。上半身を拭いたらすぐに乾いているバスタオルで体を拭き、衣服を着せてください。その後下半身の清拭、着替えです。手浴・足浴と同じ様に清拭後ローションなどを体全体に塗ると乾燥予防に効果的です。

『手浴・足浴・清拭』の効果

手浴足浴・清拭はただ「体をキレイにする」だけではなく、コミュニケーションのひとつでもあります。普段話せない様なことも密室なら話してくれるかも知れません。そういう時はゆっくりお話しながら行うのもいいですね。

# 『手話体操』のご紹介

## テイサー・ビスセンター

テイサー・ビスに関するお問合せ 0422-20-0886  
介護サービスマン・テイサー・ビス担当 (能丸・坂本・原田・幸尾) まで

新しい年度になりました。デイサー・ビスでは前年度に引き続き、今年度もプログラムと講師の先生をご紹介していく予定です。

今回は、月一回金曜日の午前中に行われている『手話体操』と講師の松本茂代先生をご紹介します。

### 松本先生より



皆様こんにちは。松本と申します。今日もご利用者のみなさまと一緒に健康に感謝しながら、心身共にいつまでも元気でいられますことを願いながら、楽しい時を共有させていただいております。ストレッチ・軽体操・手話体操・手話ソング等、TPOで実施しております。

日本には四季があります。手話ソングは季節に合った曲



目で手指を動かして楽しんでいきます。春には「春が来た」「さくらさくら」「赤い花白い花」「チューリップ」等。五月には「鯉のぼり」。クリスマスには「赤鼻のトナカイ」といった感じですよ。

また、一年を通しての手話体操の曲目は、みなさまご存知の「青山脈」「りんごの唄」「憧れのハワイ航路」「きよしのズンドコ」等です。歌いながら全身を心地良く動かし、心身を活性化させることをモットーにしています。興味のある方は見学にお出かけください。ご利用者のみなさまと共にお待ち致しております。

最後に私事で恐縮ですが、月一回の『手話体操』を企画していただいております。デイサービスマンの方々に、利用者様に、自分を磨き、勉強する機会を与えていただいたことにより、日々成長して行けることを、心から感謝申し上げます。

松本 茂代

元気で明るい松本先生と一緒に体を動かしていると体も心もリフレッシュされます。そして「手話」といっても難しいことは一切なくて誰でも出来る易しい動きから先生が教えてくださいましたので皆さん楽しく参加されています。



お手本をなさっている松本先生



手話体操ですが、足も使いますよ!

活動の様子をご紹介します!



全身を使って伸び伸びと...

お手本に合わせて手話体操

実用性と楽しさを兼ね備えた『手話体操』ですので、手話を覚えたい方、みんなで体を動かしたい方にぴったりです。ご参加をお待ちしております。

### ◆ オットマン ◆

『オットマン』とは足台のことですがご存知ですか? デイサービスには六台のオットマンがご利用者の皆様の休息・リラクセスのお手伝いをしていきます。



足をのせてリラックス

# 「在宅介護支援センター」のし・ご・と 在宅介護支援センター

吉祥寺ナーシングホーム 在宅介護支援センター  
介護サービス室・支援サービス担当 0422-20-0847

## 「認知症」について

前号に続き、皆さんの関心の高い「認知症」についてお知らせします。

認知症とは？

認知症とは、脳に起こる病気によって「記憶する」「辨別・判断・人との関係構築する」「計算する」などの認知機能が低下し、日常生活を送ることが困難になる状態のことです。認知症は年齢に関係なく発症します。

認知症によるもの忘れ

認知症によるもの忘れは、記憶力が低下することによって、物忘れや忘れ物、時間や場所の記憶がなくなる、言葉が思い出せない、計算が苦手になる、判断力が低下する、人との関係がうまくいかなくなる、などの特徴があります。

認知症の初期にはこんなサインが

①物忘れが頻りに増える  
②物忘れがひどくなる  
③物忘れがひどくなる  
④物忘れがひどくなる  
⑤物忘れがひどくなる

日本人の平均寿命は、男性は七十八歳、女性は八十五歳です。寿命は著しく伸び、日本は高齢社会に突入しています。それに伴って、認知症の高齢者も年々増加し、二十年后には約三百三十万人に達すると予想されています。

武蔵野市においても、六十五歳以上の方の十人に一人、八十歳以上の方では四人に一人に認知症の症状があるという統計が出ています。



そこで、武蔵野市では市民の方々に認知症について正しく理解し、身近な問題として受け止めていただけるよう様々な施策を行っています。

在宅介護支援センターでは、それを地域の方々にお伝えする役割をしています。



## 平成二十一年度上半期 「認知症相談」スケジュール

今年度も引き続き、認知症相談をお受けしております。こちらの相談は、相談者または対象者が武蔵野市民の方がご利用いただけます。

### 電話による相談

毎月第一・第三水曜日  
十時～十二時・十三時～十五時  
電話 **0422-60-1910**  
(相談専用電話)

※予約は不要です。

- 5/14
- 5/28
- 6/11
- 6/25
- 7/9
- 7/23
- 8/13
- 8/27
- 9/10
- 9/24



### 面談による相談

毎月第一・第三水曜日  
十時～十二時・十三時～十五時  
電話 **0422-60-1846**  
(高齢者支援課)

※事前の**予約が必要**です。



5/7	ゆとりえ
5/20	吉祥寺ナーシングホーム
6/3	武蔵野赤十字
6/17	吉祥寺本町
7/1	高齢者総合センター
7/15	桜堤ケアハウス
8/5	ゆとりえ
8/19	吉祥寺ナーシングホーム
9/2	武蔵野赤十字
9/16	吉祥寺本町

当在宅介護支援センターでは、五月二十日、八月十九日、十一月十八日、二月十七日を予定しております。

相談に関する秘密は守られますので、一人で悩まず、どうぞお気軽に経験豊富なベテラン専門員にご相談ください。お待ちしております。



# むすんでひらいて

## ボランティア担当

体験ボランティアも受付しています。お問い合わせ・お申し込みは  
ボランティアコーディネーターの本木（0422-20-0800）まで

### 縁の下の舞

家庭で言えばお母さんの仕事、たとえば「衣類修繕」「ランドリー」「シーツ交換」「お買い物」も施設をサポートする大事な活動です。



衣類修繕のボランティアさん

裾上げの一針に、シャツをたたむ手、ベッドのシーツ交換に、母の様な温かな思いで活動してくださっています。吉祥寺駅界隈への買い物代行もご利用者の楽しみに応えてくださる活動のひとつです。

「母の日」の月にあたり改めて皆様のご活動に感謝致します。

### 俄か樵(きこり)の檜ゆグッズ

森林浴を兼ねて「森林たまたまの会」の間伐作業に施設ボランティアさん達で参加しました。青梅二俣尾の十八年杉や檜を樵のつもりで切り倒します。その爽快感、そしてフィトンチンが溢れる檜の香りに癒される感覚はなんといいえません。

山から五官に新たなる力をいただくことで五感が活き活きとし、ポジティブシンキングになります。施設でのボランティアもさらに力強いものになります。その『氣』が入った檜の輪切りは、さつき祭で「檜ゆグッズ」として販売いたします。山林主の福田さん、井口さん、会のメンバーの方々お世話になりました。感謝！



みんなで力を合わせて間伐作業ボランティア

### 介護サポーター養成講座開催

日本社会事業大学准教授の先生、施設職員を講師にした講座も四回を終え、施設内でのサポーター活動も始まりました。高齢者福祉を考えるきっかけにもなる講座ですので、どなたでも受講可能です。参加希望・質問等、お問い合わせをお待ちしております。



第四回養成講座  
実技講習の様子です

### 応急救護研修

平成二十一年三月十九日（木）吉祥寺ホーム集会所において、「心肺蘇生及びAEDの操作・止血法」を武蔵野消防署の消防官よりご指導頂きました。



日頃から訓練を重ねておくことにより、ご利用者に万一のことがあっても慌てずに対応できるようにしたいと思います。今後もこの研修は継続的に行って行く予定です。



### 法人一〇〇周年記念事業 公募結果のお知らせ

社会福祉法人至誠学舎東京一〇〇周年記念事業と致しまして、法人シンボルマークの募集を行いました。応募作品総数は、一一〇点と予想外に多くの作品が寄せられました。ご協力ありがとうございました。

最優秀作品紹介

兵庫県宍粟市山崎町

小柴 雅樹氏



おしらせ

サービスサポート室 食事サービス担当・事務管理担当

広報誌に関するお問合せ 0422-20-0800  
吉祥寺ホーム・サービスサポート室まで

### 人気のバイキング第三弾！

平成二十一年三月十九日（木）養護  
ご利用者対象に好評をいただいている  
バイキングの第三弾を行いました。

今回は「イタリアンバイキング」と  
銘打って『手作りピザ』『クリームパス  
タ』『和風きのこパスタ』『レタスと紫  
玉葱の生野菜サラダ』『コンソメスー  
プ』『デザート（エクレア・ゼリー）』な  
ど彩り豊かなメニューをそろえました。  
この日のイチオシは、厨  
房職員による**手作りピザ！**  
試行錯誤を繰り返して、生地  
から全て手作りした自信作  
とあって、当日は最高の仕  
上がりになりました。



ご利用者からは「ピザやきのこのパ  
スタが美味しかった」「食べる量を自分  
で加減できるので良かった」「和風のバ  
イキングも行って欲しい」  
など様々なご意見をいた  
きました。  
今年度も工夫  
をこらしたメニ  
ューを作成した  
と思います。



### 新年度 苦情相談 第三者委員の紹介

#### 第三者委員の紹介

新年度を迎え、改めまして吉祥寺  
ホーム苦情相談第三者委員の皆様をこ  
紹介致します。

○穂積けい子氏 地域代表  
（前ポランティアセンター）

武蔵野運営委員長

○山崎フミ子氏 地域代表  
（元武蔵野市民生・児童委員）

（元武蔵野市民生・児童委員）

○山口麻衣氏 学識経験代表  
（ルーテル学院大学専任講師）

（ルーテル学院大学専任講師）

○高畠美恵子氏 法人評議員代表  
（元田無市青少年協委員）

（元田無市青少年協委員）

○芳須保行氏 法人評議員代表  
（小金井市民生・児童委員）

（小金井市民生・児童委員）

苦情解決パンフレット  
はエントランスや各施設  
等に設置しております。

平成二十一年度の面談  
希望者様との面談会は七  
月・三月を予定しており  
ます。



### さつき祭開催のお知らせ

平成二十一年五月二

十四日（日）より、吉

祥寺ホームで**第十四回**

**さつき祭**（テーマは

「ふれあいハーモニー」

）が開催されます。

作品展示、音楽、フ

ラダンス、フリーマーケット、バ

ザー、ゲーム、陶芸などの体験コー

ナーもあります。また、毎年ご好評い

ただいておりますお弁当販売もありま

す。風薫る五月の一日を是非さつき祭

で、お楽しみください。



### バザー物品提供のお願い

◇受付 五月七日～五月二十日

◇提供していただきたい物

・日用雑貨・ギフト用品

（ハンカチ・タオル・石鹸等）

・衣類（新品・新品同様）

・食品（缶詰・海苔など）

※賞味期限切でないもの

・園芸用苗木

・手芸品

など  
※ご協力お願い致します。

