

第7号

悠心

発行責任者／海老原隆行
編集委員／上野 公一
早瀬 直人
松田ひとみ
宮本明日香

(題字 荒川 久三郎)

平成23年 3月15日発行

〒309-1117
茨城県筑西市向川澄98-1
TEL.0296-57-7268
E-mail:koukouen@kohtokukai.jp

東日本大震災により被災された
皆様に心からお見舞い
申し上げます。

＝基本理念＝
相手の立場に立つ



(パンジー)

九年目を迎えるにあたって



社会福祉法人 恒徳会
理事長 村田 桃代

平成十五年四月に茨城県内初の新型特養としてスタートしてから、今年九年目を迎えます。総務省の発表によれば恒幸園設立当時の六十五歳以上の人口の割合は十九%でしたが、昨年は二十三%となり、女性においては、すでに四人に一人が高齢者の時代に入ってしまった。

恒徳会の初代理事長、故久野恒一は先行き不透明な将来の社会保障制度の在り方を模索しつつ、安心して老後を過ごすことのできる福祉の郷構想を掲げ、活動を始めようとしていた矢先、構想の具現化の第一号にあたる恒幸園開設を目前に、その半年前に他界されました。その後を故三宅和夫理事長、また海老原施設長をはじめスタッフが一丸となり全室個室、ユニットケアのサービスの在り方を手探りしつつ全力で駆け抜けてきた八年間であったと思います。

医療法人恒貴会の医療施設のバックアップ体制があることで医療的に対応が必要な、比較的重度な入所者を受け入れさせていただいている面など、様々な課題もあります。今年も入所のみならず、ショートステイ、デイサービス、ヘルパーステーションのサービスの充実も図っていただけるよう、引き続き関係の皆様のご協力をお願い申し上げます。



平成二十二年度事業計画



施設長 海老原 隆行

一人の尊厳保持と意思を尊重し
人の暮らしを育む住まいを目指す

国の研修でユニットケアの伝道師になれと言われて、早九年目を迎える。軌道にのせることに全力を注ぎ、「食べて・出して・寝る」の生活リズムと、ユニットケアが目指す「暮らしの継続」を大切にしてきました。「気づき」を築き、お年寄りの表情が変わった、職員の姿勢が変わった、そしてケアの質が変わったと評価される年度としたい。

重度の利用者に、個室＋ユニットケアは効果があるのだろうかという課題も残るが、四つの視点

- ① 建物（ハード）
- ② 人員配置（ソフト）
- ③ 二十四時間シート活用 of 個別ケア
- ④ 多職種連携

の原点に立ち、現場力を底上げしていきたい。

◆ 重点目標 ◆

〈総務課〉

* 節電・節水による経費削減

* 地震防災対策の見直し

〈生活相談課〉

* ショートステイのベットコントロールと空床利用

* スタッフのメンタルサポートの仕方

〈栄養課〉

* 食事環境の工夫とイベント食の実践

〈生活介護課〉

* 異常の早期発見とリスクを見抜く力

* オムツ外しの取り組み

* 法的に有効な記録の生かし方

〈看護課〉

* 医療行為（口腔内の痰の吸引、胃瘻の経管栄養）の介護職への効果的指導

* 誰もが納得のいく看取り介護の進め方

* インフルエンザ・ノロウイルス・疥癬等の感染症予防対策の徹底

ホームページ紹介

恒幸園のホームページができました



<http://www.kohtokukai.jp/koukouen.htm>

介護予防について

医療法人恒貴会 協和中央病院 医療技術部

リハビリテーション科長 須田 浩二

高齢化社会と言われて久しい日本。高齢者が増えるとともに要介護者も増加し続けています。そのような現状を憂い、二〇〇七年、日本整形外科学会がその予防法等を提唱しました。それが「ロコモティブシンドローム」です。

ロコモティブシンドロームとは日本語で運動器症候群と呼ばれ、運動器(骨・筋肉・神経等)の障害や老化によって要介護となる危険性が高い状態のことです。簡単に言えば「要介護予備群」の事です。特に脊柱管狭窄症、変形性関節症、骨粗鬆症の病気の方は注意が必要です。

まずは、ロコチェックをしてみましょう!!

以下の七つの項目に一つでも当てはまればロコモティブシンドロームと考えてよいでしょう。

- 片立ちで靴下が履けない。
- 家のなかでつまずいたり、滑ったりする。
- 階段昇降で手すりが必要である。



<タオルギャザー>
写真のように床に敷いたタオルを足の指で手繰り寄せる運動。(踵は動かさないように)



- 横断歩道を青信号で渡りきれない。
 - 十五分くらい続けて歩けない。
 - 2kg程度の重い物をして持ち帰るのが困難。
 - 家の中のやや重い仕事(掃除機の使用、布団の上げ下ろし)が困難。
- ロコチェックに該当した方は図のような「ロコトレ」を実施すれば、要介護になつてしまうことを少しでも遅らせる事ができると思います。体の衰えを歳だからとあきらめず、是非ロコトレを続け、一生、人の世話にならない体づくりに励んでください。

看護師 ツイッター

ホツとひと息

看護師 松山 洋子

忙しい季節、一杯のお茶が気分をホツとさせてくれます。代表的な、三種類の飲み物の効果について、取り上げてみました。

- 緑茶の渋味はカテキンです。老化や発がん性物質の原因になる活性酸素を抑える抗酸化作用、整腸、解毒作用があるといわれています。
 - 紅茶には、緑茶のカテキンと同様に、抗酸化物質の「紅茶フラボノイド」があります。
 - 抗酸化物質は、体に蓄えられないので、継続的にとることが大切です。
 - コーヒーに含まれるカフェインは、大脳を刺激し、眠気や疲労感を取り去ります。
 - コーヒーは、胃液の分泌を促し、油分の分解をするので、食後に飲むコーヒーは、理にかなっています。
- 毎日、お茶やコーヒーを飲むようにして、気分転換を図って行きましょう。

ひな人形

筑西市報の「リサイクル」欄に、雛人形の文字がありました。桃の節句の前に、今までこういった飾りになかったことに気づき、持ち主に連絡を取りました所、福祉施設であれば無料で差し上げますとの有難い申し出がありました。

さっそくエントランスホールに飾らせていただいております。ご来園される方々にもたいへん好評でした。紙面をお借りして感謝申し上げます。ありがとうございます。

恒幸園 年間行事

あさがお・ひまわり

さくら・うめ

佐藤の毎でおよぎたい!!

めざせ日本海!!

へっ!!

満足

まいっ!!

おいあい~

何で?

たのしい。

感謝

ゆり・ばら

たんぽぽ・あじさい

LOVE LOVE

どうもすみません

HA HA HA

Merry Xmas

感謝

みどり

荒川久

熱

笑

氷

シヨートステイ

毎日を楽しく

介護支援専門員 丸山 勇介

恒幸園では、日常の介護者が冠婚葬祭、病気や出張、介護疲れ等の様々な理由で介護できない時、介護を必要とする在宅の高齢者の方々を短期間預り、日常生活の支援をさせていただいております。

スタッフ一同、利用者様の笑顔がみたいという熱い思いで、プログラムを用意しております。おやつ作り・紙芝居・ちぎり絵・折り紙・そして遊ビリテーションなど、一緒になって職員も楽しんでおります。

ご家庭でゆつくりのんびり過ごされるのもいいのですがたまにはお泊まり外出で、ワイワイ騒いでみませんか。

是非、遊びに来て下さい。



楽しいね！



ステキ！



デイサービスセンター

往年の主婦パワー

生活相談員 上野 公一

お昼が近づく、と、そろそろ女性の利用者が出てきます。厨房から運ばれてきた食事を盛り付けるため、じつとしてられない方たちです。

自宅での生活で自分の役割を失った高齢者にとって、おかずの取り分けなどは、日常生活でできる軽いリハビリという目的もあります。

「手の運動にいかがですか？」と、最初の頃は職員からお願いしていましたが、今ではご自分から「今日は何だね？」とやる気を見せてくれています。

そうなれば、ベテラン主婦の腕の見せどころです。お友達どうしで仲良くチームプレイを見せてくれたり、盛り付けのバランスが悪いと納得するまで調整したり、手際の良さは職員も顔負けです。

出てきたものをそのまま食べる食事よりも、自分たちで盛り付けした食事のほうが、味わいも断然いいようです。



うまそうだわー



ほいきた！

ヘルパーステーション

あいがれのおじざり夫婦

サービス提供責任者 斉藤 美保

今年、ご夫婦で米寿を迎えられたMさんご夫婦。結婚して六十三年が経つそうです。「本当は最初、結婚する気がなかったんだよ」と恥ずかしそうに話すご主人。「よく見たらこんな顔なのかと思ったよ」と笑わせてくれる奥さん。相手を思いやるおしどり夫婦ぶりに私達も照れてしまいます。

ご主人は定年を過ぎてから水彩画を始めたそうです。今回は雨引観音の楼門を描いたものをお借りしました。サイズは小さまざま百枚以上あるそうです。旅先や出張先で良い風景を見つけると写真で構図をとり家に帰ってから暇を見ては描いたそうです。

米寿のお祝いにお孫さんからプレゼントされたiPadを使いこなし、メールのやり取りやご夫婦で音楽を楽しまれています。私達にもねぎらいのメールを送ってくれることもしばしば。NHKの「百歳バンザイ！」にご夫婦揃っての出演を目指し、仲良く元気に長生き出来るようスタッフ一同、心を込めてお手伝いさせていただきます。



雨引観音の楼門

社会福祉法人 恒徳会 合算貸借対照表

平成22年3月31日現在

Table showing assets (資産) categorized by type (流動資産, 固定資産) and location (法人合算, 恒幸園, etc.).

社会福祉法人 恒徳会 合算資金収支計算書

平成21年4月1日～平成22年3月31日

Table showing income and expenses (収入, 支出) categorized by type (介護保険収入, 利用料収入, etc.) and location.

Table showing liabilities (負債) categorized by type (流動負債, 固定負債) and location (法人合算, 恒幸園, etc.).

社会福祉法人 恒徳会 合算事業活動収支決算書

平成21年4月1日～平成22年3月31日

Table showing operating income and expenses (収入, 支出) categorized by type (介護保険収入, 利用料収入, etc.) and location.

気軽に声を掛けて下さい!!

鶴田 明子

毎日、大量の洗濯物です。洗って、乾燥して、そしてたたんで、それから利用者様の部屋に運び、タンスの中に入れて来ます。そうすると利用者様から「いつも

きれいにしてくありがとうございます」とか、「毎日大変だね。」などと優しい言葉や明るい笑顔で声を掛けてくれたりします。疲れも飛んで行ってしまいます。いつでも気軽に声を掛けて下さいね。



スタッフ紹介

毎日が充実しています

桜井まり子

毎日午前中は、二階と三階の各ユニットとトイレの掃除をしています。午後は、廊下や広間を掃き掃除、拭き掃除をしています。時々御利用者様に、「きれいになって気持ちいいね」「ご苦労様」などと言われると、汗をかいて仕事をしている甲斐があり、充実した気持ちになります。うれしく思います。



これからもご利用者様には、一日でも長く園での生活を気持ち良く送っていただけますように、頑張りますので、これからも、よろしくお願致します。

絵画寄贈

この絵は、栃木市にある「画廊ウイーン」の大本義治様より寄贈いただきました。入所されておりますご家族の方が、画廊の絵画教室に通われていることがきっかけで、「筑波山の絵がにふさわしい施設に飾っていただければうれしい」ということで実現致しました。

この三十号の絵は、恒幸園の玄関に入って正面の暖炉の上に飾ってありますので、ご来園の際はぜひご覧ください。



「作：本橋 富夫」

花やさん

誕生日を迎える職員には施設長から花束がプレゼントされます。事務所全員に囲まれハッピーバースデーソングをプレゼントされます。ときどき男性職員が多く、野太い声のハッピーバースデーになってしまうことも……涙。写真の右側の女性が「お花屋さん」の方です。左は野太い声の持ち主です。下館自動車学校向かい側にお店がありますので、



恒幸園でお花を見たと話すと何か特典がある……かどうかはお店で確認してください。
ご厚意によりいつも玄関に、お花を飾っていただいております。
連絡先「お花屋さん」
TEL 02996-5717670

ボランティア募集のお願い

恒幸園では、ボランティア様を募集しています。年齢や介護経験の有無は問いません。お年寄りが好きな方、福祉に興味のある方など、お気軽に恒幸園までご連絡下さい。

- 尚、ボランティア内容は左記の通りです。
 - 入所者とのお話相手や趣味の活動の披露(囲碁や将棋、手芸、生け花、歌、踊り・楽器演奏等)
 - 衣類・洗濯物たたみ
 - 布団・ベッドのシーツ交換
 - 清掃(窓・床拭き、車椅子清掃、除草作業等)
- ご連絡お待ちしております。

編集後記

春も近づくこの季節、皆様どうお過ごしでしょうか。利用者様、職員共々、花より団子という気分です。楽しんで生活しています。

さて、恒幸園も四月を迎えて九年目になります。新たに気持ちをきり変えて、皆様の生活にお役立ちできる様に、がんばっていき

たいです。
今後とも、「悠悠」をよろしくお願いたします。

早瀬 直人



うつつ?

