

えがお

- 発行日 / 平成28年6月12日
- 発行所 / 芦別市旭町28番地
特別養護老人ホーム 芦別慈恵園
- 発行責任者 / 川邊弘美
- 印刷所 / ㈲ワタナベ企画いんざつ



6/1なごみの丘オープン 熊本地震民謡チャリティーコンサート

きれいな花が咲き揃う6月1日になごみの丘を開園しました。

オープニングセレモニーとして、熊本地震チャリティーコンサートを企画したところ、民謡歌手でもある宮城県気仙沼の特別養護老人ホーム春園苑の阿部苑長が快く出演を引き受けてくれました。春園苑とは、2011年東日本大震災時にボランティアに行ったことが縁で、その後6年間職員の交換研修をしています。今回は芦別民謡連合会にも出演して頂き一緒に演奏や民謡の披露をして頂きました。阿部苑長とは出演が決まってからは何度も連絡を取り合い、伴奏のこと、衣装の着物のことと細かく打合せして下さったそうです。前日の熱気あるリハーサルの成果もあり、素晴らしいコンサートとなり会場を沸かせて頂きました。

また、慈恵園のハンドベルサークルの発表も行われメンバーの皆さんの演奏に惜しみない拍手が送られていました。

コンサートの後は、あいにくの天気でしたがなごみの丘で足湯や花見を楽しませてもらいました。

なお、熊本地震チャリティーコンサートに寄せられました募金は、熊本県社会福祉協議会を通じて復興支援に役立てられます。ご協力に感謝いたします。大変にありがとうございました。

施設長 川邊 弘美



なごみの丘6/1 オープン 9/30

熊本地震民謡チャリティーコンサート



熊本地震への募金総額は
115,453円になりました。
ご協力ありがとうございました。



これにより個室が70%となり
プライバシーが守られ居
住性が高まる準個室の完成
を楽しみにしていたださ
い。



改修には、北海道の介護サービス提供基盤整備
事業の交付金を活用するため芦別市の計画により
申請し、交付金が確定した
内示をいただきました。
8月頃から工事を行い11月
までには完成予定です。

★プライバシー 保護のための改修を行います

芦別市と芦別慈恵園は、平成27年3月に福祉避
難所の協定を結んでいます。このほど、昨年9
月から工事をしてきた自家発電設備が完成しまし
た。今回の自家発電設備の完成により、地震や土
砂崩れなどの災害発生時に、電気や水、厨房設備
による食事の提供などが出来るようになります。
旭町町内会住民や市内の高齡
者・障害者などの避難場所として
の機能を十分に発揮し、市民に安
心して避難していただける場所の
提供が可能となりました。また、
設備を確実に運用できるように、
毎年1回、自然災害防災訓練を
実施しています。



★自家発電設備が完成しました

「かざぐるま」が日中おむつ0を達成!!



全国老協が実施している介護力向上講習会の取り組みで、内容は水分1日1,500ml、排泄は下剤を使わずトイレで、歩行運動など科学的根拠に基づきケアを行う事を目的としています。慈恵園も平成25年から参加して3年目に「かざぐるま」が達成できました。

実際の効果としては、27年度は入院者が19人中4人で日数は53日、6か月間続けて入院者0でした。1年間のベットの稼働率は99.3%でした。お客様のくらしも明るく元気になり、職員にとってもやれば出来る事を経験して自信がついたと思います。更に28年度も継続することと本体特養も水分アップを目指します。



みんなで介護を考える会 市民講座を開催します

今年度の事業の一つとして市民講座を行います。

講師は、池田昌弘氏で仙台でNPO法人全国コミュニティライフサポートセンター理事長をされています。地域で住民を支え元気に暮らす実践を展開し、全国に発信されている方です。来年4月から地域包括ケアシステムが本格的に始まりますが、芦別ではどのような地域支援ができるのか、市民の皆さんとともに考える機会となるよう、ぜひ多数ご出席ください。

- 日時 8月21日(日) 13時30分
- 場所 芦別市総合福祉センター
- 入場無料

脳健康教室「えがお塾」元気いっぱいです

4月26日冬期教室の緑ヶ丘教室とかざぐるま教室が終了となりました。閉講式では両教室の参加者29名のうち13名が皆勤賞を受けられるなど、賑やかな中にも少し名残惜しく秋の教室での再会を約束する姿が見受けられました。

夏期教室は、今年で6年目を迎えるひぐらし教室は、新しい受講者の方が1名増え12名となり、5年目の幸町内会教室は8名で開始。これから暑い夏を迎えますが在宅の方も水分量アップ!・ひろのぼ体操・あいうべ体操で、熱中症や風邪知らずの身体づくりにみんなで取り組みましょう!



学習療法ドキュメンタリー映画上映会 「僕がジョンと呼ばれるまで」

アメリカで行われた6ヵ月間にわたる学習療法トライアルの様子が、ドキュメンタリー映画になりました。学習療法により認知症の症状が軽減した人は、家族との絆を取り戻していきます。ご家族の喜び、施設スタッフの感激を克明に記録した愛と感動のドキュメンタリー映画です。この映画は、第87回アカデミー賞・長編ドキュメンタリー部門に、日本映画として初めてエントリーされました。日本国内では2014年3月に劇場公開され、数多くの方々にご覧いただき、全国各地で“僕ジョン”上映の輪が広がりました。

慈恵園ではこの映画上映会に市民の皆様を無料でご招待いたします。ぜひお越しください。

- 日時 / 11月19日(土)10:30上映
- 場所 / 芦別市民会館大ホール



学習療法実践モデル施設
 芦別慈恵園は、今年度も、くもん学習療法センターより、学習療法実践モデル施設に委嘱されました。
 今年で4年連続の委嘱です。これまで、施設入居やデイサービスのお客様、地域での脳健康教室えがお塾の実践などを通して、学習療法の正しい実践とより良い地域コミュニティづくりが評価されたものです。これからは学習療法を行う施設の中でリーダー的役割を果たす施設の一つとして期待に応えていきます。

えがおのまちづくり 基礎介護講座始めます

今回の基礎介護講座は、介護されている方が無理なく介護ができ、なるべく長く住み慣れたご自宅での生活ができるよう、多くの市民の方が介護方法を学べる機会として開催いたします。講座では昨年、発刊した介護実践テキストを基に「目線の動きの大切さ」、「寝返り介助」、「起き上がり介助」等、現在、慈恵園で実施している「動きだしを待つ」介護技術の研修を行いますので、ぜひご参加ください。

■参加対象と実施予定日

- ①ご自宅で介護をされている方
8月4日(木)、10日(水)、18日(木)
 - ②中学生・高校生…7月28日(木)
※各回とも10:00～12:00
 - ③町内会婦人部・福祉部など随時受付中
- 申込み・詳細は芦別慈恵園☎22-2566
担当：佐々木・細川

■研修担当

石田統括マネージャー



在宅ケアのための料理と 介護講座を開催します

調理実習では、舌で簡単につぶせるやわらか食やつるつと飲み込みやすいプリン状のテリーヌ食を調理します。テリーヌ食の調理はこの講座では初めてで、むせる、ため込みがある方にも食べやすい食事の作り方を実習します。

また、介護講座では、動き出しはご本人から！を合言葉に介護技術委員会の介護職員、作業療法士が介護を受ける方の力を利用した介護者と双方の負担の少ない介護方法をご紹介します。家で介護をされている方、介護に興味のある方などぜひご参加ください。

- 日時／7月15日(金) 10:00～15:00
- 場所／福祉センター3階
- 参加費／無料
- 申込み・詳細／芦別慈恵園 村上☎22-2566



〈昨年の様子〉



慈恵園 最高年齢更新中!!



湯浅栄子様 103歳

お誕生日おめでとうございます。



かざぐるま

かざぐるままで『お話しサロン・ゆりの会』を始めました。

中央団地町内会の高倉様が顧問、広井様が会長となり『ゆりの会』が発足しました。

4月の初回は20名の参加があり、ちぎり絵や囲碁等の趣味活動やお茶を飲みながら、なごやかにお話しを楽しまれています。

地域食堂もサロンがある第4土曜日も営業していますので、ぜひご利用してください。

毎月第4金曜日、午後1時～3時
参加費100円



ふまねっと教室に 参加してみませんか

芦別慈恵園では、転倒予防・認知症予防に効果のある『ふまねっと運動教室』を開催しています。運動が苦手な方でも「楽しく」「簡単に」参加できます。友人知人、ご夫婦での参加もOKですので「気軽に」ご参加ください。見学や当日の飛び込み参加もお待ちしています。

- 日時／毎週水曜日、午前11時～12時
- 場所／芦別慈恵園かざぐるま
- 料金／100円
- 用意するもの／動きやすい服装、汗拭き用のタオル、飲み物
- その他／特に男性の方の参加をお待ちしています
- 申込み・詳細／芦別慈恵園 松藤 ☎22-2566

新城老人クラブ寿会 健康体操教室

昨年11月から冬期間限定で今年4月までの毎月1回、例会の中で健康体操教室を開催してきました。毎回20名前後の方々が参加され、慈恵園で取り組んでいるひろのぼ体操、あいうべ体操と行ってきました。4月の教室では、足指でのじゃんけん大会を開催し大盛り上がりでした。寿会の藪会長からは「体を動かしたり笑ったり、楽しみを持つことは大事。みんな毎回集まってくれたからありがたい」というお話をいただきました。



中央団地町内会 喜楽会

喜楽会の生涯学習にお邪魔しました！
認知症について学ぶ講話のあとは、健康体操、ふまねっとで身体を動かしていただきました。



デイサービス



芦別慈恵園デイサービスセンターは、平成28年4月より、地域密着型デイサービスとなり、一日のご利用定員が18名となりました。少人数とはなりましたが、一日のスケジュールの中で体を動かす時間を増やしました。園内外での散歩や、きよしのズンドコ体操、棒体操、ふまねっと運動のほか、これまで限定した曜日で実施していた、100歳体操やラジオ体操も実施しています。デイサービスのご利用で、ますますお元気に過ごしていただきたいと思います。

『なごやかサロン』を始めました。

デイサービスの室内改装をして素敵なサロンになりました。サロンでは、ゆっくりと入浴をされ、カラオケ、体操と盛り沢山です。

お茶を飲みながらの【おしゃべりタイム】は、時間が足りないくらい、毎回盛り上がっております。ボランティアさんも参加され、今後もさらに楽しくなりそうです。

●毎週、土曜日、9:30～11:30

●ご利用料金

- ・送迎 1回ご利用 500円
- ・ゆったり入浴 (希望の方) 500円





なごみ茶話会



もみじの家

もみじの家の春の行事は、滝里ダムへのドライブ、旭ヶ丘公園への散歩に行きました。道中には雪捨て場があり「まだ残ってるな」「いつになったら溶けるかな」と残雪の状況変化を楽しまれるお客様もいらっしゃいました。

第三者委員の石川さんに来ていただき、なごみ茶話会を開催しました。昔話から最近、気になっている事などお話も盛り上がり賑やかなひとときを過ごさせていただきました。

これから夏に向けて畑の準備などを計画中です。住み慣れた地域やご自宅で元気よく、いつまでもご自分らしく暮らしていくお手伝いをさせて頂きたいと思っています。どんな事でもお気軽にご相談下さい。



スマイル中尾のリハビリ日誌

ユニットで棒を使った体操を行う時に『あいうべ体操』も行っています。口を大きく「あいうべ」と開き舌を出すことで、舌の筋力をつけ唾液の分泌を促して風邪予防が期待される体操です。初めはあまり舌が出せなくても継続するうちに皆さん上手に舌を出せるようになっていきます。最近では同じテーブルに座る人と「あんた舌出すの上手になったね」と上手な部分を褒め合ったり、舌を出す顔を見て

「おっかしい顔してるね」等と笑い合う様子がみられ、風邪予防だけでなく交流の機会にもなっています



ボランティア紹介 すまいる

本特集で堀井節子さん、かざぐるまで則本美智子さん、吉岡美智子さんの4名で、学習療法ボランティア「すまいる」として活動してくださっています。お客様への優しく丁寧な言葉かけでお客様もすまいるの皆様との学習療法を楽しみにされています。



則本洋子さん



堀井節子さん



吉岡美智子さん



荒川洋子さん

市民バスケットボール大会に参加しました



3月に行われた第36回芦別市民バスケットボール大会に職員11名が初出場しました。ほぼ経験者がいない慈恵園は、Dクラス（初心者部）に出場。大会本番は、初出場・初優勝を合言葉に全力で挑みましたが、惜しくも決勝で敗れ準優勝でした。新しい職員の参加があり活躍の場にもなりました。次年度も出場予定ですので、今後の活動にもぜひ注目して下さい。

訪問介護サービス『美味しいレシピ』

今回の献立は「免疫力アップ！ お家で元気に過ごさせるように発酵食品、ビタミン群の多い食材を使った料理」です！

▼絹豆腐の胡麻みそかけ【材料2人分】

胡麻みそ材料／味噌・白すりゴマ・砂糖・みりん・水 各大さじ1、料理酒 大さじ2、絹豆腐1丁

【作り方】

①豆腐は、食べやすい大きさに切り、水をはった鍋に入れて弱火で温めておく。

②別の鍋に、胡麻みその材料を入れ、火にかけて軽く煮詰め、とろみが付いたら火を止める。

③器に温めた豆腐を盛り、胡麻みそをかけます。

★余った胡麻みそは、茹野菜と和えても美味しいですよ！



ひろば

書道の会



暖かくなってきて
お散歩されたいお客様も
増えてきました！
お外に出ると「気持ちいい～！」と
みなさんえがおに！
咲いているお花を見て
「きれいだね～私も家でたくさん
育ててんだよ」
「家の近くに川があったからいつも
泳いでたさ～」

「家に大きな桜の木があったから
毎年そこで花見をしたよ」など
思い出話をたくさん聞かせて
くださいました。
なごみの丘がオープンして
足湯もこれから活躍しそうです！
ご家族様も面会時にぜひ一緒に
ご利用くださいね♪

ショッピング



配食・イベント弁当をご利用してみませんか

配食サービスは、慈恵園の食事をご自宅にお届けするサービスです。ご自宅で食べられている食事に近づきましょう。ごはんの固さは普通・やわらかめ・お粥、みそ汁は、普通・濃い味・薄などを試食して頂いて選ぶことができます。

お弁当は慈恵園の職員がお客様お一人お一人の元気なお顔を見させて頂きながらお届けしています。

イベント弁当は、6月夏のお楽しみ弁当、9月秋の味覚弁当、12月年越しそば弁当、3月おはぎ弁当を予定しています。

季節ごとの旬の食材を活かし、慈恵園の伝統の味付けで季節を感じられる食事をお弁当に詰めています。

●申込み・詳細は芦別慈恵園 石川へ22-2566



**ご厚意
ありがとうございます。**

(平成28年3月～5月敬称略)

◇寄付金

芦別市 (有)芦別市老人クラブ連合会

日比 英孝

小野田重夫

◇寄付物品

芦別市 芦別市老人クラブ連合会

黒川商店

◇訪問・ボランティア

さくら、ふきのとう、マーガレット、

ミケ、アトム、ともしび会、

はまなす、スマイル、ビューティー、

ながい樹、もも



行事写真!

Photograph corner



尾鷲連合会の
皆さん
「足湯はいかが
ですか?」

熊本地震チャリティー募金
ありがとうございました



愛犬と一緒に



笑
顔



プレゼントですよ



お楽しみ会



スタッフ★コラム

これからどんどん気温も上がり、暑い季節がやってきます! 畑作業やお出がけが楽しくなる季節ですが、こまめな水分補給を忘れずに脱水・熱中症に気をつけながら、楽しい夏を過ごしたいですね。体に吸収のいい「元気水」ご自宅でも簡単につくれますよ! 水1Lに対し、さとう40g+塩3gをいれるだけ! レモン果汁など入れると飲みやすくになります。(恵)



ご自宅の
お庭で「パチリ!」

