

えがお

- 発行日/平成29年3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/備ワタナベ企画いんざつ



2017 雪灯りを歩く会実施しました!!



2017年 雪灯りを歩く会
 2月4日(土)、夜空にはキラキラと星が瞬く寒いこの日に、第7回雪灯りを歩く会が芦別慈恵園の玄関前をメイン会場に行われました。今回も芦別青年会議所(JCC)と連携して2月5日(日)はJCC主催の雪まつりを道の駅で行いました。

歩く会のコースは道の駅・かざぐるま・商店街と3つのチームで行い参加者は150名を超す沢山の方々でした。それぞれのコースも皆さんで語らいながら寒い道を歩きました。商店街の方々も口ウソクを灯して出迎えてくださり、いつものように都通りのお店の方は飲み物やお肉のサービスも用意してくれていました(感謝です)。商店街チームが喜んだのは言うまでもありません。メイン会場には美味しい酒粕やミカンの差し入れもあり、みんなで作ったおにぎりや慈恵園特製の豚汁で温かいおもてなしが出来ました。クライマックスは夜空に輝く2000発の花火で閉会しました。職員が扮する花火師たちも回を重ねてすごく上手になりました。雪灯りを歩く会実行委員会は旭町内会をはじめ教育委員会、市内のたくさんさんのボランティアさんで行っています。寒い冬を楽しんで暮らす事を目的に始めた歩く会ですが、参加者も年々増えて嬉しい限りです。ご協力頂いた皆様に感謝申し上げます。そして、来年も参加をよろしくお願い致します。

施設長 川邊 弘美

第7回 雪灯りを歩く会



寒さに負けないよ~!!

もみ塾テキストが完成しました!!

この度3月1日発刊で、お客様との関わりの中で出来た手足ケアの実践をまとめたテキストです。ぜひご一読下さい。



まもなく開催です!!

第7回 まちづくり講演会



平成29年 **3月19日(日)**
 芦別慈恵園 デイサービスセンター
 (芦別市旭町 28 番地)
 開場 **17:30** 開演 **18:00**



講師 **今井一彰先生**

**あいうべ
ひろのば
体操**

講師 今井一彰 (いけい かずひこ) 先生
 みらいクリニック院長。1995年山口大学医学部卒業。東洋学を学ぶ。2004年に高岡県博多駅前にお集まりクリニック開業。出来るだけ薬を使わずに、その人本来の力を引き出す治療を行う。「あいうべ」による「息育」や、足指を伸ばす「ひろのば」で「足育」の普及に力を入れている。

入場無料

当初 10月30日(日)を予定しておりましたが変更になりました。

サービス付き 高齢者向け住宅 さくらハイツ 名称決定！

サービス付き高齢者向け住宅「さくらハイツ」開設します



居室完成イメージ模型図

当法人で運営するサービス付き高齢者向け住宅が、来年4月1日に開設します。先日募集をしていた名称がついに決定されました。

「サービス付き高齢者向け住宅 さくらハイツ」

選考理由： さくらは日本人にも親しみのある木の一つであり、慈恵園前の並木道にも植えられ、たくさんの陽を浴びてこれから益々大きく育ちます。「さくら」は今回、改修されるユニット名でもあり慈恵園らしさも表れています。ハイツは丘にそびえる家の意味であり、馴染のある住宅の名称として一般的です。慈恵園らしく親しみがあり分かりやすい名称として「さくらハイツ」と選定しました。



社会福祉法人
芦別慈恵園

かざぐるま ショートステイ空床型認可

平成29年2月1日より、かざぐるままではショートステイの空床利用の認可を受けています。現在、慈恵園本体では、ショートステイ専用のユニットで8部屋と入居の居室で空床利用と言う形で、自宅で生活されているお客様へサービスを提供させて頂いており、昨年から市外の方も、慈恵園のショートステイを利用できるようになっていきます。しかし、今までは8部屋と空床の部屋の数で、ご希望通りにショートステイをご利用し

て頂けない事もありました。この度、かざぐるままでの空床利用を開始する事で、利用しやすく在宅で生活されている皆様の困った時の支えとなり、住み慣れたご自宅で生活を続けるお役に立てればと思います。「お泊りってどんなところだろう」「家族が不在になるけど、一人では不安」等、ショートステイに興味・利用希望のある方は、担当のケアマネージャーや慈恵園までご連絡下さい。

介護職員初任者 研修事業を実施します

芦別市は現在、高齢化率44%の高齢化の最先端を行く町です。平成22年、私たちが暮らす芦別を自分たちの力で何とかしたいと考え市内の全事業所で「みんなで介護を考える会」を発足させました。

現在の活動内容は①事業所合同研修会②市民講座開催③地域での介護・福祉・医療の連携です。

今年度、「市民全員が介護を知っている福祉の町」を目指して介護職員初任者研修（ヘルパー2級程度）を市内の事業者等で協力し研修を実施します。これは市内の人材育成にもつながります。

- ①対象者／中学生以上の芦別市民及び芦別市内に働いている方
- ②開催時期／7月下旬から130時間（10科目・38項目）、スクーリングと通信教育
- ③協力／市内事業所で働いている専門職及び有資格者
- ④会場／高校校舎・法人施設
- ⑤費用／学生無料（教科書代あり）
一般10,000円程度
- ⑥主催／芦別慈恵園

※初任者研修修了の資格と認知症サポーターのオレンジリングが取得できます

※申込み方法など詳細は後日お知らせします

みんなで介護を考える会



2月19日、みんなで介護を考える会の事業所合同研修会が芦別市福祉センターで開催されました。



市内の全ての介護保険事業所や医療機関から51名が参加。講師は中野記念病院の古瀬勉理事長で「事例を通して認知症を理解する」とのテーマで、グループ演習を中心に進めました。各グループとも活発な討議が行われ、サービスの導入で解決できる考え方、ご本人やご家族の気持ちに寄り添って関わる必要性を学びました。参加者からは、多職種が集う場合は貴重でその意見から参考になった、自分の仕事に活かすことが出来るなどの感想が多く聞かれました。



来年度も市民講座や事業所研修会を開催してまいります。

お正月
お客様挨拶まわり

年始の行事となつていているご挨拶まわりが1月5日にありました。職員9名が美しく着物を着て、お客様お一人お一人に年始のご挨拶をさせていただきました。

お客様は「わあ、すてき！」と笑顔になる方、椅子から立ち上がって応えてくださる方、「一緒に写真を撮って！」と話される方など様々でした。

年末には「またお正月に着物を着るのかい？」と楽しみにしてくださるお客様もいらつしやいます。着物を着るとお正月気分が一層増し、おめでたさも倍増で今年も明るく良い年になるといいですね。



新春喫茶コンサート

1月11日に新春喫茶コンサートを行いました。毎週水曜日に行っている喫茶コーナーですが、お正月はピアノの生演奏を聴きながら、お菓子や飲み物を楽しんでもらい、お正月らしいひとときを過ごして頂きたいと毎年、開催しています。今年はお客様から歌も歌いたいとお声もあり、北国の春などを会場全員で歌い、運動も必要とずんどこ体操も行いました。85名のお客様が参加して下さり、たくさんの笑顔を見ることができ、心地良い時間を過ごして頂けたのではないかと思います。これからもボランティアマーガレットの安部さん、山下さんのお二人のご協力をいただき、心地よい時間を過ごせる喫茶をつくりたいと思いますので、ぜひ水曜日にご参加ください。



A 芦別慈恵園杯ミニバレーボール大会

12月11日(日)芦別市総合体育館にて第8回となる芦別慈恵園杯ミニバレーボール大会を開催しました。

慈恵園3チーム、地域10チームの計13チーム約80名の参加で盛大に開催されました。慈恵園の地域交流事業です。スポーツで心身のリフレッシュをして元気に生活ができるよう、普段ミニバレーをしていない方々にも参加を呼びかけています。

これまで冬期間の開催でしたが、平成29年度は6月の開催を予定しておりますのでどうぞよろしくお願い致します。



全国老人福祉施設研究会
長崎会議にて発表

昨年の北海道老人福祉施設研究会で事例発表し優秀賞を頂いた、中尾作業療法士の『在宅サービスに前向きでなかったA氏がえがお健康体操教室に来る理由』と、奨励賞の村上管理栄養士の『食を通し、在宅の暮らしを支える』というテーマを更に最新情報を入れながら発表させて頂きました。

当日は一人とも緊張しながらも、しっかりと芦別慈恵園で行われている取り組みを全国にお伝えすることができたと思っております。

この内容は、3月25日の芦別慈恵園職員研修発表会で発表しますので、興味のある方は是非ご参加ください。来年度も芦別慈恵園の取り組みを北海道、そして全国に発信したいと思っております。



■ デイサービス.....

デイサービスでは、毎日の日課の中で身体を動かす機会を作るように心がけています。午前中は「きよしのズンドコ体操」や棒体操、園内の散歩等、午後は、機能訓練としてふまねっこの実施や、身体を使う事を目的としたレクリエーション、帰宅前にはラジオ体操を実施しています。

また、先日は、慈恵園法人全体で取り組んでいる介護技術委員会に、デイサービスをご利用されているお客様のご家族にも参加していただき、作業療法士の先生から立ち上がり等の動作について教わるとともに、ご自宅での様子をお聞きする機会になりました。



寒空が続く中でも、お客様は毎回元気に通われています。最近なにかと「トランプ」が話題ですが、お客様同士で「トランプやろう」と声を掛け合い、楽しそうにレクリエーションに参加されています。1月にはお誕生会としてケーキ作りや、2月にはひなまつりの飾り付けなどお客様と一緒に楽しい日々楽しく過ごしています。



■ かざぐるま.....

入居されているお客様の日常生活の活性化と地域の方との交流を目的に、毎週木曜日のえがお健康体操教室に2~3名で参加しています。健康体操の効果か、今までエレベーターで移動されていた方が、最近では階段を利用して参加されています。

また、慈恵園本体のお楽しみ会にも参加されたり、ユニット体操も定着し参加者も増えてきて、皆さん冬に負けずにお元気に過ごされています。

地域交流スペースでは、中野記念病院理事長で芦美会会員の古瀬勉先生の絵画展が3月末まで開催中です。ぜひ鑑賞に来てください。



スマイル中尾のリハビリ日誌

皆さん猫背になる原因、ご存知ですか？
いくつか考えられますが「深爪」が原因の場合もあります。深爪にしていると足指がどンドン上にそってきます。そうすると踵でバランスをとらなくてはなりません。立った状態で足指を反らせてみてください。後ろへ倒れそうになりますよね。倒れないように今度は体を前に屈めます。これで猫背の完成です。猫背は自分の体を守ろうとする反応なのです。自分や周りの方にいらっしゃったら、足の爪を確認してみてくださいね。もし深爪が原因なら、ひろのぼ体操で足指を伸ばしつつ爪も伸ばすことで改善が期待できますよ。



■ もみじの家.....

イベント弁当

大晦日には恒例の手打ち年越そば弁当です！毎年大好評です！！



●訪問サービス美味しいレシピ

常備菜＊生姜の佃煮

生姜を佃煮にして常備菜に、ご飯に混ぜたり、冷奴に乗せたり、色々な料理にご活用下さい。生姜は、昔から風邪予防効果・身体を温めてくれる効果などがあります。



【材料】生姜100g程 ★水100cc
★醤油大さじ2～2.5 ★みりん大さじ1
★砂糖大さじ1～2 ★ほんだし小さじ1
【作り方】①生姜は皮を剥き、みじん切りにする。②鍋に★を全て入れて、生姜を加え中火でかき混ぜながら、汁が無くなるまで煮詰める。

◎有償ボランティアを始めました

慈恵園では、高校生に福祉施設で働くことで、自分達の将来の仕事の選択肢の1つにして欲しい事と、芦別に働く場所があることを知ってもらう事を目的に、夏休み、冬休みに5日間以上来られる方を対象として、有償ボランティアを始めました。最初は皆さん緊張の面持ちでしたが、お客様と関わる事で顔の表情が変わって来ていました。

介護講座の後、行事のお手伝いや食事の準備などを通してお客様やスタッフと関わる事を学んだようで、最終日に体験した感想を伺うと、「楽しかった」「立ちっぱなしで足が痛かった」「人と話す事は大切だと理解できた」などの声があり、働く事の意味も感じていたようでした。

将来に繋がる体験にしてもらえたら嬉しいと思いました。



えがお塾

冬期教室開催中です



幸町教室終了しました



緑ヶ丘教室



かざぐるま教室

ビューティー
竹内由利子さん



ボランティア紹介

平成25年5月から「リフレッシュも含めて綺麗になって、いきいきと生活して欲しい」という思いからエステ、メイクの活動をされています。

お顔のマッサージの後のお化粧はお客様から大変喜ばれ、お化粧後はいつもよりさらにキラキラと輝かれた表情をされています。

現在は毎月1回、デイサービスのお客様を対象に活動されています。

ビューティー
西サヨ子さん



ひろば

1月11日は「わんわんわん」で犬の日、
2月22日は「にゃんにゃんにゃん」で
猫の日がありましたね。

お客様も犬や猫を飼っていた方が多くいらっしゃいました！

「私は猫を飼っていたよ。白と黒が混ざったやつね。かわいいの。

2・3匹はいたよ～1匹じゃ寂しいからね」

「私は犬。こんなおっきいの。でも人は噛まなかったよ。えらい子だから」
他にも農家をされていた方は馬や牛を飼っていた方も多く、

「馬は親と子っこでいたよ。はいどーどー、はいどーどーって乗ったこと
もある。後は牛ね。乳搾りをしたもんだよ。すぐ近くまで口よせてねその
まま飲んだ。でもね、やっぱり一回火にかけた方がおいしいわ。」と、
農家をされていた方ならではのお話も伺うことが出来ました！



芦別市老人クラブ連合会訪問

ご厚意ありがとうございます。

(平成28年12月～29年2月) 敬称略

◇寄付金

芦別市 木村ひさ子 豊田志津子 西川靖子

岡田和子

株式会社一の薬局 代表取締役 石川睦子

(有) 芦別ポデー工業所

中央団地育成部 萩原 徹

有限会社 一力商店

芦別市老人クラブ連合会 会長 根本修身

◇寄付物品

芦別市 石崎 武 戸草内 明 有倉征寿

(有) 吉岡商店

◇訪問、ボランティア

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、

芦別市老人クラブ連合会

お正月



クリスマス



雪まつり雪像コンテストで
最優秀賞受賞しました!



スタッフ★コラム

癒しとぬくもりのマッサージ・
もみ塾テキストがいよいよ発行に
なります。

これまでのあゆみ、手技や健康
体操も掲載。介護者の強い味方と
して、そして自分の健康予防と
して活躍すること間違いなし。ぜひ
ご購読をお願いいたします。

(省吾)

節分

