

# とうえい

1月号

発行所 ● 社会福祉法人桐栄会  
 ● 青森市浪岡大字樽沢字村元330番7  
 TEL 0172-62-9201  
 FAX 0172-62-9019  
 編集 ● 広報「とうえい」編集委員会



## 新年を迎えて

皆様には、穏やかな新年をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。

社会福祉法人桐栄会は、今年で設立三十四年目を迎えました。これも皆様からいただきました温かいご支援、ご指導の賜物と深く感謝を申し上げます。

さて、近年、特別養護老人ホームへの入所待機者が増加してきております。これに対応するため、特別養護老人ホームとをきわを1ユニット(定員10名)増設することとし、昨年秋から工事を進めて参りましたが、このたび完成し、本年一月から6ユニット(定員60名)で事業を開始することになりました。これもひとえに県並びに藤崎町ご当局をはじめ、関係各位のご理解とご支援によるものと心から感謝を申し上げます。

今後とも地域のニーズを踏まえながら福祉サービスの向上に努めて参りますので、変わらぬご支援とご指導を賜りますようお願い申し上げます。

皆様の一層のご健勝とご多幸を祈念申し上げます、新年のご挨拶といたします。



## 園芸活動

特養とぎわ

去る、10月6日、7日、癒しの環境研究会全国大会2018秋田 アートと癒し part2 が、秋田市の「ぎわい交流館AU」で行われました。

1日目、午前中は大会長の『アートと癒し』 ウィズユーグループの取り組みの講演と理事長の『アートと癒し』 我利我利も、自利利他の講演がありました。昼はランチセッションがあり、株式会社クリニコ様の「健康と腸内環境」の講演がありました。午後からは一般演題の『緑・自然と癒し』の発表が始まりました。

この一般演題の『緑・自然と癒し』では、当事業所で冬に行った園芸活動のマリーゴールドの草木染めを演題に浪岡腎泌尿器科の先生から指導をしてもらい発表をしました。当事業所のに病院・クリニックや介護施設の発表が7題ありました。

今回の研修を受けて、花や植物を使用した体験したりして、植物のもつ癒しの効果がある事が分かりました。今後も園芸活動を通し、夏は花や植物を観たり育てたり、冬は育てた花や植物で作品を作ったりして、季節の変化共に余暇を楽しんでもらいたいと思います。



を観たり育てたり、冬は育てた花や植物で作品を作ったりして、季節の変化と共に余暇を楽しんでもらいたいと思います。

K T

## 社会福祉法人 桐栄会の事業



### 浪岡事業所

#### 【介護保険指定事業】

##### 特別養護老人ホーム ゆうゆう荘

- ・介護老人福祉施設
- ・短期入所生活介護
- ・介護予防短期入所生活介護
- ・デイサービスセンター
- ・通所介護
- ・介護予防通所介護
- ・居宅介護支援

#### 浪岡在宅介護支援センター

##### 浪岡在宅介護支援センター

- ・外出支援サービス
- ・ケアハウスすずか
- ・ケアハウスしずか

#### 【老人福祉事業】

##### 浪岡在宅介護支援センター

- ・認知症対応型共同生活介護
- ・介護予防認知症対応型共同生活介護

#### 【ケアハウス】

##### ケアハウスすずか

- ・在宅介護支援センター
- ・在宅介護支援センター

### 常盤事業所

#### 【介護保険指定事業】

##### 特別養護老人ホーム とぎわ

- ・介護老人福祉施設
- ・短期入所生活介護
- ・介護予防短期入所生活介護
- ・デイサービスセンター
- ・通所介護
- ・介護予防通所介護
- ・在宅介護支援センター
- ・居宅介護支援

#### 【在宅介護支援センター】

##### 在宅介護支援センター

- ・認知症対応型共同生活介護
- ・介護予防認知症対応型共同生活介護

#### 【介護保険指定事業】

##### 介護老人保健施設 なみおか

- ・併設型通所
- ・リハビリテーション

### にしやま事業所

#### 【介護保険指定事業】

##### 介護老人保健施設 なみおか

- ・併設型通所
- ・リハビリテーション

### 鶴ヶ坂事業所

#### 【介護保険指定事業】

##### 特別養護老人ホーム つるがさか

- ・介護老人福祉施設
- ・短期入所生活介護
- ・介護予防短期入所生活介護

## 編集後記

我が家には、小学校1年生の息子がいます。やんちゃ盛りの子供は大好きな物が...それはズバリねぶた祭り!! この世に生まれて4カ月で、初ねぶたを見学して以来ねぶたの虜です。ねぶた師にならんと夢を描いたり、骨組の写真を撮るだけ目を見らしてたり...今は参加する事を一番楽しみにしていたり、7月中旬になると町の中ねぶた小屋を見つけては興奮気味「ねぶたいつから!!」と聞いてきます。

いざ本番になり、衣装を着るとどこかから顔つきも勇ましくなり、目を輝かせながら参加しています。色々なねぶたに参加して見学したり、8月始めの1週間は母の力を借りながらも息子のねぶたへの思いに付き合います。(笑)不思議に思うのが、その1週間は絶対体調を崩さないという事、好きな物への思いでっすいかなと毎年感じています。

そんな息子の色々な成長ぶりが羨みだなきないます。息子よ!母は体力が続く限り付き合おうよ! (笑) H.S

## 感謝録

- ◆ 浪岡事業所
  - ・ 津野山会 (山本社長 喜博)
  - ・ ポフテック (アークル 船橋 会 敬)
  - ・ 浪岡市立浪岡南小学校 (手嶋 尚)
  - ・ 青森市立浪岡南小学校 (佐藤 孝)
  - ・ 浪岡市立浪岡南小学校 (佐藤 孝)
- ◆ 常盤事業所
  - ・ 浪岡市立浪岡南小学校 (佐藤 孝)
  - ・ 浪岡市立浪岡南小学校 (佐藤 孝)
  - ・ 浪岡市立浪岡南小学校 (佐藤 孝)
- ◆ にしやま事業所
  - ・ 浪岡市立浪岡南小学校 (佐藤 孝)
  - ・ 浪岡市立浪岡南小学校 (佐藤 孝)
  - ・ 浪岡市立浪岡南小学校 (佐藤 孝)
- ◆ 鶴ヶ坂事業所
  - ・ 浪岡市立浪岡南小学校 (佐藤 孝)
  - ・ 浪岡市立浪岡南小学校 (佐藤 孝)
  - ・ 浪岡市立浪岡南小学校 (佐藤 孝)

※「とうえい」掲載の個人に関する情報は、ご本人の許可を得て使用させて頂いております。



**高木ミツ雄の百歳の祝い**

特養とぎわのBユニットに入所されている高木ミツ雄様が8月29日に、百歳を迎えられました。当日は藤崎の平田町長より百歳の顕彰状を受けられ、妹さんや息子さんもお祝いに駆けつけました。

ユニット内でも職員からのお祝いのカードが張られたメッセージボードを贈りました。また、かぼちゃが大好きな高木様のため厨房にお願いで、かぼちゃを使った特製ケーキを作っていました。

これからも元気で長生きできますよう職員一同お手伝いしていきたいと思えます。

A・E

**常盤事業所**

特養とぎわ



**ケアハウス しずか**

12月28日、雪の降る中、食堂の中庭で毎年恒例の餅つきを行いました。初めは、もち米に長芋を混ぜたソフト食の餅をつき、次に鏡餅用の餅をつきました。杵を振り下ろす際、利用者の方々の「ヨイショッ!」との大きな声が中庭全体に響き渡り「これぞ餅つき!!」という雰囲気でした。

又、年男女の職員が餅をつく際は、参加した全員から「頑張れ!!」との声援が飛び交いました。しかし、か弱い!? 女性職員達は杵が重い為なのか「5回交代!!」等と言いつつ、笑いを誘いながら順に餅つきを行いました。餅がつきあがると、利用者の方々も支援センターあずさの職員で出来たての柔らかい餅を、用途に分けながら手早くちぎっては直ぐに丸めてくれました。

最後は、お汁粉やお雑煮にして皆で美味しく頂きました。

F・H

**グループホーム SCS 誕生日**

今年度よりグループホームでは、利用者の方の誕生日は、利用者の方の誕生日当日の昼食をお弁当箱に詰めて提供し、皆でお祝いをしています。

今までは月ごとに誕生日会を開き祝っていましたが、誕生日当日のお祝いとなると皆様、「あれ、今日誕生日だが?」と驚いては、パースデイカードと歌のプレゼント、そして豪華なお弁当箱での昼食に大変喜ばれています。

この日は利用者の方全員がお弁当となるので準備に時間を要しますが、皆様の蓋を開けた時の嬉しそうな笑顔と、誕生者に「おめでとう」「なんぼになった?」「わ、来月だね。楽しみだ。」などと話しながら、自分の誕生日を心待ちにしている様子に、職員も毎回盛り付けを工夫しています。

N・Y

**10月ドライブ**

10月、ドライブの計画をしていると「浪岡駅が新しくなってるから行ったことない」との声や「街並みも変わったでしょう!」との声が聞かれたため、今回は浪岡の街中を廻ることに決めました。

紅葉を楽しみつつ浪岡駅や消防署・公民館・道の駅等廻りました。車内では昔話で盛り上がり、職員へ色々教えて下さりました。

道の駅ではソフトクリームを食べ、外の景色より夢中になっている姿が可愛らしかったです。

(花より団子!!)

S・K

**ロールケーキ作り**

10月のおやつ作りのレクリエーションでは、モンブランロールケーキを作りました。ロールケーキの上はマロンペーストとホイップクリームを絞ってのせて完成ですが、中にはホイップクリームをのせる前に「もう食へていいか?」と待ちきれない様子の利用者の方もいました。

自分の順番が来ると、真剣な表情でホイップクリームを好きな分けていました。自分で作ったロールケーキを食べると、「めえな。職員さんも食べへ。」と笑い声が聞こえていました。

次回の「おやつ作り」も楽しみですね。

K・K

**浪岡事業所の新職員さん**

以前掲載された、ディサビリティセンター「悠悠」グラウンドゴルフの記事を覚えていらっしゃるでしょうか? あれから半年...ここからか噂を聞きつけた方が「私もゴルフをやりたい!」との事で、新しく利用される方が増えました。

また、地元の方々との交流の場としても、日々楽しくプレーに励んでおります。いつものコースでも、利用者の方はその日の調子により、順位が変動する為、競争心・負けず嫌いなご様子も、ゲームが身生え、毎回白熱したゲームが繰り広げられています。

これからの時期は、室内での活動が増える為、冬場のよい運動不足解消になりそうです。興味を持った方は、是非一度見学にいらっしやいませんか!!

A・J

佐藤 昭博 (平成30年10月21日付)  
古川 みゆき (平成30年11月15日付)  
盛 妙子 (平成30年12月1日付)

**常盤事業所 新しいユニットが完成しました**

これまでのショートステイ居室やナースステーション、宿直室を改修し、定員10名の新しいユニットが完成しました。各居室にはエアコンが設置されており、室内も広く、ゆったりとくつろげる空間が確保されています。

職員も新たな気持ちで業務に取り組みますので、よろしくお願いたします。

A・M

▲ 新しくなったユニットのホール。広く開放感のある快適な空間で、利用者様の安全と安心を見守ります。

# 常盤事業所

## デイサービスセンターみずき

### 藤崎中学生の福祉体験学習

今年も藤崎中学校の1年生6名がデイサービスセンターに10月26、27日の二日間来てくれました。利用者の方達は、「中学生を見るなり、「わい、めいじや、」など積極的に話しかけ、普段と少し違った雰囲気、表情をされていました。

最終日、レクリエーションのゲームを終え、最後に中学生から一人ずつ感想をいただきました。その中の一人の生徒さんが、普段一緒に暮らしているおばあちゃんとはあまり話をすることが無かったが、体験学習を通して利用者の方達と触れあったり話をしてもう少し自分のおばあちゃんにも優しく接しようと思います！と話すと思わず涙する方もありました。中学生と過ごした二日間はとても楽しく嬉しかったようです。K・T



# 年賀カード制作



新年を迎える喜びを感じていただく年賀カード作りを行いました。猪のイラストが書いてあるカードにそれぞれ思い思いの色を塗ってもらおうと、ピンクや黄色、紫などを選ぶ方もおられ、可愛らしいのししが仕上がりました。また、俳句など一言添える方もおられ、個性豊かな作品が揃いました。最後には皆さんの前で一枚ずつ作品を発表し、他の方々の出来栄えに感心されていました。全ての作品を展示すると皆さん足を止め、自分の作品を見つけ、恥ずかしそうにしたり、褒め合ったりし和やかな時を過ごしていました。N・K

# にしやま事業所

## 老健にしやま

10月21日に、「希望の会」様との交流会を開催しました。希望の会とは、歌や手踊り、手品等を披露してくれるボランティアサークルで、これまで何度も慰問に来て頂いて大変お世話になっております。サークルの方々が慰問する前から「ここで待ってほしいですか?」「この服装してほしいの?」「どんな手品を見せてくれるのか楽しみです」などと話したりしており、始める前から楽しみに待ってありました。午後からの慰問の予定に関わらず、早く始まらないかなあとソワソワしている様子でした。そして、楽しみにしていた慰問の開始です。昔懐かしい歌謡曲や演歌、普段減多に見ることのできない手品や踊りを見て、涙を流して喜ぶ利用者の方もいて、楽しい一時を過ごされていました。N・K



# 通所リハビリテーション

皆さんに楽しみながら脳を活性化し、物忘れを防止しようとして取り組んでいます。それは「手拍子をしながら歌を歌うこと」です。何かをしながらもう一つ何かをするという同時に違う動作などをする事で脳が活性化するそうです。午後のティータイムの前に「北国の春」を楽しく歌っています。中には手拍子と歌と合わずに歌う方や、普段は声が小さい方でも歌となる大きな声で歌ったりして、それぞれが楽しみながら歌っています。ちなみに違う曲でもチャレンジしましたが、「北国の春」が皆さんには合っているようです。F・K



にしやま事業所の新職員さん

平成30年9月1日付 齋藤 勇

平成30年10月1日付 猪股 奈保子

平成30年11月19日付 須藤 佐斗子

# にしやま事業所

## 数字から見る廃用性症候群

言葉の説明として「精神でも頻繁に適切に使わなければ、機能が衰える」事でありますが、具体的な数字を挙げて説明していきます。

- 1 筋力：筋活動を全く行わなければ、1日に35%ずつ低下し、1か月で50%まで低下する。
- 2 骨量：長期臥床患者では、1週間に1%、数ヶ月で10%~20%も骨量が減少する。

つまり、週末の土日、まったく運動することがないと約10%近く筋力低下してしまう計算になります。少しでも運動の機会を持つようにしましょう。

# ☆握力測定から見えてくるもの

要支援者のリハビリとして介護予防を行っています。その評価の1つに握力測定があります。その測定結果が意味するものなど説明していきます。

★握力は全身の筋力の状態を反映します。握力が弱くなっているのは、全身の筋力も弱くなっていると考えても良いと思います。

★リハビリでは握力が10kg以下になっているとADL(日常生活動作)に影響が出てくること言われています。筋力を数値で見ると難しいですが、握力の数字を見る事で自分の筋力のおよその状態を理解する事が出来ます。

文獻は「図解 作業療法ガイド 第2版 文栄堂」P.100より抜粋



最後に自分自身で思っている以上に運動不足による筋力低下は大きいものです。逆に、運動の効果は高齢者であっても認められています。日々の生活の中で運動をする習慣を付けるよう心がけて過ごしていきたいでしょう。

作業療法士 K・Y

# 鶴ヶ坂事業所

## 特養 鶴ヶ坂

# ハンドマッサージ

9月16日、青森市に店舗を構える「チャール」のハンドマッサージ師が来園し、利用者の方にハンドマッサージを体験させていただきました。

アロマオイルを使用した施術で、強くも弱くもなくちょうどいい力加減で手をもみほくすと、アロマの香りでリラクゼーションされ眠気に誘われる利用者の方もみられました。

マッサージが終わると利用者の方の手はほかほかと温かく、皆さんそろって「気持ちよかったです」「初めてお店の人にやってもらったよ」と大満足した様子でした。



利用者の方もまた来ていただける日を楽しみにしています☆ S・M

# つるがさカフェ



11月18日、「つるがさカフェ」と称し、ショートステイと合同で喫茶店を開催しました。前回はおやつやお茶菓子を食べる企画でしたが、今回は昼食時の「フレンチ喫茶」という初めての試みとなりました。

メニューはナポリタンかミートソースの二種類から選んでいただき、それにスープとデザートが付きます。ドリンクも数種類から選んでいただき、喫茶会場は本物さながらの雰囲気です。

パスタということもあり普段食べ慣れない利用者の方の口に合つか、不安はありましたが「おいしい!!」と喜んでくださいます。また来るよ。」と本当に喫茶店だと勘違いされる方もいらっしゃいました。

次回もおいしいと言ってください。利用者の方の期待に応えられるよう、メニューを工夫して開催していきます。 N・T

# Merry Christmas クリスマス特集

つるがさ事業所

ときわ事業所

浪岡事業所