

洛東園 だより

■平成21年4月発行 社会福祉法人 洛東園
■発行責任者：木村晴恵
■〒605-0981 東山区本町15丁目794
■電話番号：561-1171 ■FAX：531-8372
■ホームページアドレス<http://www1.ocn.ne.jp/~r-momiji/>



ご挨拶

社会福祉法人 洛東園 園長 木村 晴恵

平成20年12月26日「平成21年度介護報酬改定」の具体的な内容の一部は以下のとおりです。そして4月より「要介護認定」「要支援認定」についての調査内容も変わります。

洛東園においてもその趣旨をふまえ本年度は取組んでいく所存です。どうぞよろしくお願いいいたします。示された改訂の内容は

1. 介護従事者の人材確保・待遇改善
2. 医療との連携や認知症ケアの充実
 - (1) 医療と介護の機能分化・連携の推進
 - (2) 認知症高齢者の増加を踏まえた認知症ケアの推進
3. 新たな「要介護」「要支援」認定の仕組み

(一部抜粋)

特に、「介護人材確保対策」として「介護職員の待遇改善」「介護福祉士の評価」など介護職員に焦点をあてた改正が目立っています。私自身が永年介護職員であったことを誇りに思い「介護職員」だけでなくすべての職員にとって「働き甲斐のある事業所」となるよう努力していきたいと思います。

また、利用者の方々にとっても暮らしやすい環境整備として、3月中旬より6月まで特別養護棟外壁の防水・塗り替え工事および内部工事を行います。しばらくの間ご不便をおかけしますがよろしくご理解とご協力をお願いいたします。

洛東園の理念

- 個性・自主性を尊重し明るい温もりのある生活
- 安全と快適な暮らし
- 地域に根ざした開かれた施設

□養護老人ホーム 人気者のおはなちゃん



今回は養護で1番の人気者の「おはなちゃん」をご紹介します。

おはなちゃんって誰、と思われるのではないでしょうか?実は養護棟に新しく住むことになった犬なのです。このおはなは、飼い主もおらず大阪のある公園にいたところを保護され、日本レスキュー協会に引き取られました。そこで人と触れ合い癒してくれるライフパートナーになるべく生活・訓練を経て、昨年11月17日に晴れて養護老人ホームの一員となりました。

「おはな」という名前のとおりメス犬で、初対面の男性には人見知りをしますが、人が大好きです。聞き分けが良く学習能力も高い半面、さびしがり屋な一面もある可愛らしい犬です。養護棟での生活が決まったときには、利用者の方達と仲良く生活できるかと心配しました。しかし、日課であ

るえさや水交換を職員が行うときの喜び飛び跳ねる様子を見た1階・2階の利用者から、思わず「かわいいなあ。いっぱい食べやー」と声がかかります。日中も「おはなちゃん、おはなちゃん」としきりに呼ぶ声が聞こえたり、頭をなでてスキンシップをはかられる方もおられたり、今までの日常からは見られなかった利用者の表情がそこにはあります。それに応えておはなもしっぽをふったり鳴き声で喜びを表現するなど、当初の不安も杞憂に終わつたようです。

まだ養護棟での生活は半年足らずですが、利用者の方達から親しまれ可愛がられるようになつたおはなを、これからもよろしくお願いします。

私がおはなです!
よろしくね!



□特別養護老人ホーム 桜咲く春の訪れと共に

例年より早く「梅」「桃」と花の便りが聞こえてきましたが、日本の春と言えば「桜」に象徴されます。

京都の桜の名所といえば嵐山や岡崎の哲学の道などたくさんありますが、ここ東山区も円山公園や花見小路など多くの観光客や京都の人の心を和ませるスポットに恵まれています。

そして洛東園にも、正門横に樹齢60年ほどと言われる大きなソメイヨシノの木があり、毎年きれいな桜の花を咲かせています。その見事な咲きように、東福寺に訪れた観光客が足を止めるのはもちろんのこと、地域の皆様も出勤や通学、散歩の際に笑顔で見上げておられる姿を毎年目にしています。

門前の桜は、特養の部屋からも眺めることができ、「ちょっと散歩でも行きたいな」「もう少し近



東福寺通天橋の新緑



洛東園に咲く桜と
お花見のご利用者様

くで見たいな」とその美しさに利用者も魅了されます。

1本の大樹に咲き誇る「桜」だけでなく、咲き乱れる風景を楽しんで頂くために、毎年、個人タクシーの運転手の有志の方々と職員が協力して、市内のお花見ドライブを実施しています。満開の桜や桜吹雪を目にされると、普段は大人しく、控えめな利用者も「わあ!綺麗やな。」「私の若いころはな…」など、饒舌になられて、自然が人に与える温もりや癒しを感じる事が出来ます。

□デイサービスセンター 笑顔がいっぱい



言葉掛け

利用者さんとの会話の中で、「ほっと」心和む事があります。手を上げて合図をしながら、「おはようさん」。この何気ない一言から会話が始まり、「最近はいかがですか?」と尋ねると、楽しかった事、面白かった事、辛かった事等話してくださいます。会話が広がり自然と笑顔が出てくる言葉掛けを大切に温めていきたいと思います。

人から温かい言葉を掛けられると、心が和み、安堵感で胸が満たされます。

「ほっと」しますよね!それは心が癒され、リラックスするからではないでしょうか。職員一同、そんなリラックスできる、ぬくもりのある声掛けを目指しています。

また、人はやすらげる場所を求めます。自宅の気に入った部屋であったり、気の合う仲間と話せるデイルームであったり、その方、それぞれに求めるものがあると思います。少しでもデイサービスがやすらげる空間となるような雰囲気作りをしていきたいと思います。

～春の陽気さ～

いい季節になりましたね!

利用者宅に迎えに行くと、元気よく声がかえってきそうです。

春の陽気に満面の笑顔!

洛東園までドライブを兼ねて、車窓から春の風景を眺め楽しんでいただきます。



□訪問介護 心温まるFAXの手紙

遠距離介護をされている娘さんから 利用者であるお父様へ、心温まるFAXが届きました。

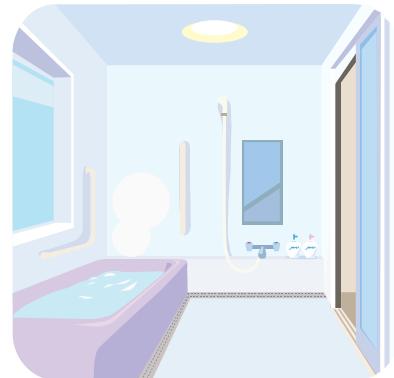
2月3日(火)

おはようございます
今日は節分ですね
福は内 鬼は外 子供の小さいころは
家中 みんなで 豆まきして
楽しんだのですが。...
歳の数だけの 豆も 食べきれない歳に
なってしまいました。
でも、健康で、長生きできるよう心に福を!
鬼は外へ! ですね。

関東に住む娘さんとお孫さんが月に1回病院に付き添われますが、普段は遠方のお父様を心配してこのようなFAXのやりとりをされています。このFAXからお父様を案じておられるのが本当にわかりました。

利用者さんもFAXを何回も見て自然な笑顔になっておられました。

□居宅介護支援事業所 お風呂について



外国ではシャワーが多いですが、日本人は湯船に浸かるお風呂が好きな民族です。火山国でもある日本は全国各地温泉に恵まれています。

ところが、東山区には浴室のない京町家がまだまだ多く存在します。お風呂にいつでも入れる…私達が当たり前だと思っていることが当たり前でない独居の高齢者も多くおられるのです。その上、外風呂である銭湯も後継者不足であったり、家風呂の浸透で利用者が激減し、存続できずに廃業等があり、益々お風呂が遠のく状況に陥っておられます。東山区では、この10年間に22軒ほどあった銭湯が、今では10軒に減りました。その為、電車やバスに乗ってお風呂に行く方もおられます。

「高齢となり銭湯に行くことがむずかしくなってきた。」という相談をケアマネジャーが受けることもあります。また、ご自宅にお風呂があつても、後から裏庭にユニットバスを設置した為に脱衣場がなかつたり、屋外にある浴室で冬はかなり寒かったり、お風呂に十分な広さを設けることができず、足を伸ばすこともできない正方形の深い浴槽であつたり、とお風呂環境は様々です。環境と足の弱りなどから、「一人でお風呂に入りにくくなってきた」というご相談も多く寄せられます。

このようなご相談に対しては、介護保険による住宅改修で手すりを取り付け、入浴の困難さを少しでも軽減したり、福祉用具の活用で入浴動作を行

行いやすくする工夫をしたり、通所介護（デイサービス）等のサービスのご利用を提案したりしています。

温かいお湯に浸かって「極楽、極楽」と言えば自然と笑顔になります。このような至福のひとときができるだけ多くの方にお届けできればと思っております。

入浴の効果

◎温熱効果◎

（体が温まることで血管が広がり新陳代謝が高まり、体内の不要物を排出する）

◎水圧効果◎

（体表面にかかる水圧により全身に圧力がかかり、内臓が刺激され内蔵運動になる）

◎浮力効果◎

（首まで浸かると浮力で軽くなった感覚により筋肉が緩みリラックスした状態になる）

他にも精神的な効果もあるといわれます。



□ 事務所からの地域のミニだより

伏見稻荷山参拝図



～自然をゆっくり歩く～

暖かい春が訪れると外に出たくなります。しかし、加齢とともに外出不精になりがちなので、広報誌を通じて外出の楽しさを伝えられないかと考えました。歩くことは、健康の維持や生活習慣病の予防にもつながります。

今回、東山の自然を気軽に歩けるコースとして『京都一周トレイル 東山コース』の稻荷から東福寺の区間を紹介したいと思います。

まず、JR稻荷駅をでて、正面に見える本殿の横から千本鳥居を潜り、奥社奉拝所へと向かいます。奥社奉拝所には『重かる石』があります。石灯籠の前で願い事を念じて石灯籠の空輪(頭)を持ち上げた時に感じる重さが予想よりも軽ければ願い事が叶うという試し石なのです。さらに先に進むと『こだま池』があります。“こだまは神様が返してくれる”

と言われており、池にむかいで拍手を打ち『こだま』が返ってきた方向に願い事をすれば叶うとも言われます。ここから「三つ辻」の三叉路に出て、長く続く階段を登りきれば「四つ辻」です。「四つ辻」からは見晴らしがよく、京都市内が一望できます。ここからは東福寺・泉涌寺方面の標識に沿って坂道をくだり東福寺に到着。

約2キロの行程を2時間かけてゆっくり歩きました。自然の中をゆっくり歩くことで、心の健康にも有効だと感じました。皆様も一度歩いてみませんか?



洛東園の行事予定

施設名	月	4月	5月	6月
養護老人ホーム		花見会	新緑会	歩こう会
特別養護老人ホーム		お花見ドライブ	買い物ツアー	個別対応企画
デイサービスセンター		お花見	新緑会	家族交流会
もみじの家		お花見 つくしの佃煮作り	家族会 避難訓練	うめシロップ作り
全 体		新人研修	新人研修	開山忌法要

その他、クラブなども随時行っております。

寄付・寄贈

- 加藤正美様 ● 本家ハッ橋西尾(株)様
 - 金子慶泉様 ● 山岸秀子様 ● 山元美代子様
 - 伴 芳子様 ● 山崎信子様 ● 河合健宏様
 - 森 孝造様 ● 月輪社会福祉協議会様
 - 牧 伸子様 ● (株)朱常分店様
 - 京都水産協会長 池本周三様
 - 京都青果協会長 内田昌一様 ● 春田様
- ありがとうございました。

編集後記

今号は『温かさ』をテーマに記事を編集しました。例年になく暖冬で、花粉量も多いので、対策に苦労されている花粉症の方もいらっしゃるかと思います。広報委員には花粉症の症状が軽減した者もあります。体质改善は難しいとのことですですが、小さな努力として、ヨガを毎日10分でも続けているそうです。ヨガには花粉症に良いとされる「ねじりのポーズ」「英雄のポーズ」「ねこのポーズ」があります。また、甜茶や凍頂烏龍茶も良いそうですよ。是非お試しください。

(広報委員一同)



洛東園だより

発行／社会福祉法人 洛東園

〒605-0981 東山区本町15丁目794

電話番号：561-1171 FAX：531-8372

ホームページアドレス

<http://www1.ocn.ne.jp/~r-momiji/>

※尚、記事中の写真、FAXは全てご本人様、
ご家族様の承諾を得て掲載しております。