

洛東園 だより



■平成25年1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://www.wf-rakutouen.com>

新年のご挨拶～進む～

社会福祉法人 洛東園 園長 木村 晴恵

新年 明けましておめでとうございます。
本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

昨年は当法人創立60周年を迎え、多くの方々からご祝辞等を賜りまことにありがとうございました。多くの方々に支えられ60年間を歩み続けることができ深謝しております。これからもご支援・ご協力を賜りますようよろしくお願いいたします。

さて、新年号のお題は「進む」という言葉となっております。

当法人におきましても、「60周年記念誌」の年表で記載いたしましたように様々な出来事の繰り返しがありました。その時々の方々の管理の方々のならびにご本山のご支援、地域の方々のご協力を賜りながら1歩ずつ歩み続けたことが今日に繋がっていると感じております。

「社会福祉制度の充実は、際限がない」と思います。しかし、現在までの「つなぎ」を多くの利用者や職員の方々が努力していただいたことが「社会福祉法人洛東

園の発展」につながったと思います。

若かりし頃、次のようなお話を利用者の方からお聞きしました。

『人はな、毎日畳の目ひとつずつ進まんとあかんで！この畳の目ひとつが人間の身の丈に合っているって昔の人が言ってはった。10目とか20目飛び越えたりするとそこには無理が生まれる。その無理はひとひととの摩擦であったり、ストレスであったりいろんな形で表れるんやで。だからひと目ずつ着実に進みや！それと畳の目ひとつはひとそれぞれの大きさがあることも考えや。』

京都弁でゆったりと諭してくださいました。このお話を聞かせていただき年月が過ぎ、まだまだ「畳ひとめ」が実行できない自分がここにありますが「今年こそ」実行したいと思っております。ご指導・ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

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

□ 訪問介護

前進への援助



私達ヘルパーは、東山区を中心に援助が必要になられた方のお宅を訪問させて頂いています。その利用者さんの中から一人を紹介したいと思います。

Aさんは、脳梗塞で右半身が不自由になり、言葉がうまく話せなくなりました。日々の生活を一人でやる事が難しくなりましたが、ご家族の援助のもとで自宅での生活を継続されています。日中はご家族が仕事で不在の為、短時間ですがヘルパーが援助に入っています。

Aさんは、ヘルパーが訪問すると、いつも笑顔で迎えて下さいます。

援助開始前には、ご家族が準備された食べ物の中からご本人が昼食に食べる物を手振りで教えて下さいます。ご本人が利き手でない左手でテーブルを拭いて下さったり、ご自身で出来ることをして頂きながら、ヘルパーと共に食事の準備をします。食事が用意出来ると、自助具を使って食事をされ、食後は洗い場まで食器を運び洗われます。

食事が終わるといつも自主的に運動をされます。訪問リハビリで教わった椅子に座った状態で足先、踵、左手で支えた右腕を上げる運動、室内歩行、玄関の段差を使用した昇降運動などです。ヘルパーは転倒などがないように見守り、時には

「イチ、二」などとかけ声をかけます。特に昇降運動は、立ちながら右足を上げて行う運動の為、身体のバランスをとる事が難しくご本人の表情から、その大変さが感じとれます。しかし途中で止める事はなく、毎回必ず最後まで取り組まれます。終了後に「しんどかったですね。よく頑張られましたね。」とお声をかけるといつも笑顔を見せて下さいます。

これ以上身体の動きが悪くならず、自分で歩き続けようと、常に前向きに取り組まれている姿は、訪問するたびに感銘を受けます。出来る事は自分の力でしようと続ける努力を見守り、出来ない部分をヘルパーが補い、Aさんの前進を支えていきたいと思っています。



■ 特別養護老人ホーム「修道洛東園」

次の1歩



修道洛東園は、平成23年4月に開設して春には3年目を迎えます。しかし、まだ初めて利用者さんを迎えた瞬間が、つい最近のことのように思えます。

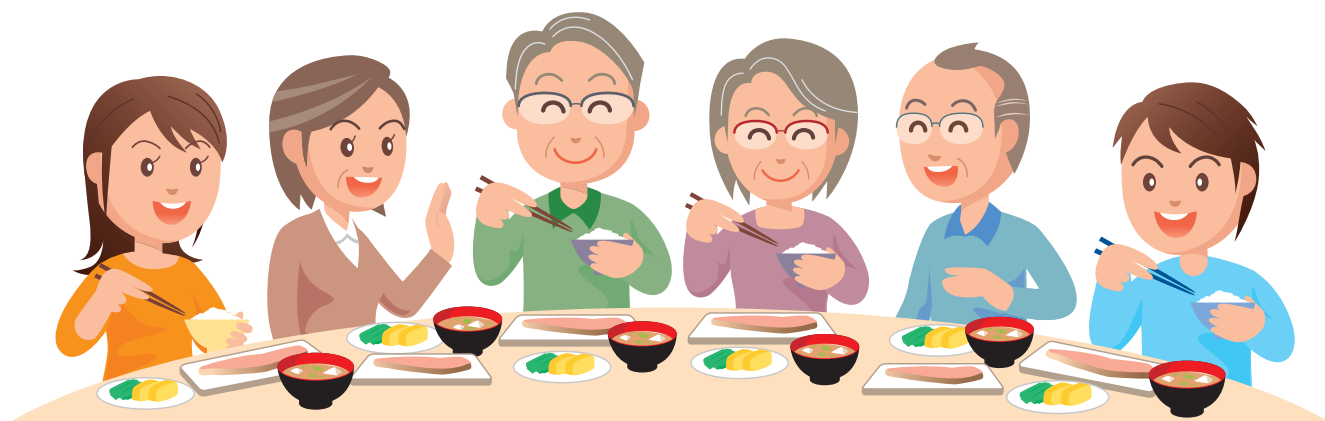
修道洛東園では、今までの生活習慣を出来る限り継続して頂けるように、日々、利用者さんの『声』から、生活のお手伝いするように努めています。

リビングにあるキッチンには、簡単な調理ができる器具が揃っています。最近では、利用者さんのリクエストで簡単なおやつやおかず作りを実施しているユニットもあります。

きっかけは、昼食に予定されていた『野菜カレー』の献立をそのままに、ユニットで簡単な調理をして頂いた時のことです。介護職員が予想していたよりも利用者さんに出来ることが多く、コンロの前に立って野菜を炒める方、切り方のイラストを見て「皆で食べるもんやから」と、イラスト通り

きっちりカットされる方。積極的に調理に関わり、普段は小食の方が「いつもより美味しかったわ」と、残さず食べられた姿に企画した職員も「利用者さんの目が輝いているところが見られて、嬉しかった」と、楽しんで一緒に食事をする事が出来ました。

今までのケアは、「〇〇が必要だと思います」「こんな事をしてもらいましょう」など、職員からの視点や発想で生活を組み立てていくことが多かったと思います。少人数で生活されているユニットだからこそ、利用者さん一人ひとりの『声』を大切に、希望や願いが実現できる援助をしたいと思っています。洗濯や掃除、調理や裁縫、趣味の時間など、健康に生活されていたら当たり前に出ていたことを〇〇さんらしい「個性」として考え、皆様のケアをさせて頂きたいと思っています。





□ もみじの家

進むために決断する

わたくしたちは毎日、いろいろな場面で自然に物事を決めています。ちょっとした事から、これから進む方向が大きく変わるかもしれないことも多くあります。朝、起きてから一日の過ごし方や、食事の事、家で過ごすか、外出するか等いろいろな事を決めています。

今年の2月から利用されているOさんは、利用開始当初は「掃除でも何でもするから老人ホームにいらしてほしい」と、おっしゃっていました。入所までの在宅生活を支援することも、援助計画でした。数ヶ月が過ぎ、養護老人ホームに入る機会が訪れて面接を受けられました。しかし、ホームの雰囲気などに馴染めなかったようで「やっぱり家がいい」と、断られました。それでも、家族の方々は入所する方向で考えておられました。しかし、お孫さんの「おばあちゃんがそう言うのなら、何とか今の生活を続けさせてあげたい」という言葉があり、仕事で忙しく最後まで悩まれておられた娘さんも、「このまま進んで行ってみよう」という気持ちになられ、在宅での生活を決断されました。現在Oさんは、もみじの家をご利用中は、掃除の手伝いや、他の利用者さんとの会話やレクリエーションを楽しんでおられます。また、読書で静かな時間を大切にされてもいます。Oさんにとって、もみじの家を利用されることは、社会参加であり、他の利用者さんや職員との馴染の関係を継続していく場でもあります。

前に進むためには、取捨選択の連続です。その決断が「もみじの家に出会えて良かった。」と思って頂けるように、これからも利用者の方が決められた意を汲み、寄り添い見守っていきます。

□ デイサービスセンター 『進む』～利用者と共に～

デイサービスでは、5月から、滞在時間が従来に比べ90分程度長く提供する事になりました。滞在時間が長くなった事により、今まで行ってきたレクリエーションに加え、個別レクリエーションを複数用意し、有意義な時間が過ごせるよう取り組んでいます。

個別レクリエーションでは、習字・絵画・体操・編み物等々、その日の気分に合わせて選んでいます。また、8月から取り入れたアロママッサージは、下肢の循環を図り浮腫軽減の効果が期待でき、利用者さんや御家族から高い評価をいただいています。

現在の個別レクリエーションの取り組みについてAさんに話を伺いました。

職員「個別レクリエーションについて、どう思われますか」

Aさん「時間が長くなり、手持ち無沙汰になると思っていたけど、毎日色々なレクリエーションができて楽しいわ」

職員「他にどのようなレクリエーションがしたいですか」

Aさん「そやな～。園の外に出て、景色を見ながらお茶でも飲みたいな」

というお声がありました。他にも多くの利用者さんから、内容についてのリクエストをお聞きし、改めてレクリエーションの充実と必要性を再認識させていただきました。

今後も、利用者さんの思いを私たち職員が形に変え、生きる喜びに繋がるようなデイサービスセンターへ進みたいと考えます。



■ 特別養護老人ホーム「洛東園」 進化

特養では、介護職員の専門知識を深めていくために毎月1回、勉強会を開催しています。勉強会では、ケアや感染症対応等の多岐に渡る内容を計画しています。また、日ごろのケアで困っていることや問題点を取り上げることもあります。

ある月の勉強会では、利用者さんが安定した姿勢の取り方(ポジショニング)について開催しました。正しいポジショニングを行うことで、体圧を分散させ褥瘡(床ずれ)予防や、リラックスした体勢になることで筋肉の緊張を緩和させてくれます。クッションを選ぶポイントは、「身体にフィットしてその姿勢が保てるもの。また、広い範囲で体重を受けることが出来るクッションにする」(一定の部分で体重を支え、圧がそこに集中して加わることを避ける)等、ポジショニングについて様々なことを学びました。

そして筋肉の緊張が強くて体が硬くなってしまった利用者さんに対して適切なクッションの当て方を学びました。利用者さんは、徐々にではありますが、筋肉の緊張も和らぎ、リラックスした状態が保てるようになりました。筋肉の緊張が強かった頃は、ムセ込みや食事を上手く飲み込むことが出来ず、食事量の低下がありました。現在は筋肉の緊張が和らいだことで、スムーズに飲み込むことが出来るようになり、食事量も増えておられます。

勉強会を行うことで、専門職としてレベルアップし、日々のケアに取り組んでいます。今後も、利用者さんが安全・快適に過ごせるように、進化し続けたいと思います。



■ 養護老人ホーム 一日一歩

今日も朝の食堂がひと段落すると、利用者のみなさんが手際よく、ごみを集めたり、掃き掃除が始まります。

食堂以外にも、トイレや中庭などみなさんが気持ちよく暮らせるようにと、それぞれが出来ることをお手伝いしてくださる方を養護ではボランティア活動と呼んでいます。

掃除をされている舞能美佐子さんにお話をうかがいました。

養護に来られた頃は、自分に何が出来るのかが分からず、ボランティア活動に参加する気持ちにならなかった舞能さんに、一緒に暮らしていた方から『自分で出来る事や人にしてあげられる事は進んで引き受けてほしい』と言われ、その言葉をきっかけに皆さんと掃除を始めたそうです。ボランティア活動を始めて、自分にも出来る事があると知り、嬉しかったと話されました。



ボランティア活動を始めてはや10年。掃除が自然と日課になり、誰とでも話すことが出来るようになったり、体を動かすことで、健康に暮らせるので、これからも続けたいと仰っています。そして新しく入所された人たちにも、この思いを伝えていきたいと話されています。

誰のためでもなく自分達のためにと、掃除などのボランティア活動を進んでして下さいる皆さんが、これからも役割を持って、いきいきと健康に過ごして頂けるよう、支援させていただきます。



□ 地域包括支援センター 『日進月歩』



最近さまざまなメディアで「アンチエイジング」という言葉をよく見、聞きます。

アンチエイジング(anti-ageing medicine 抗老化医学)とは、老化によるデメリットに対抗する積極的予防医学の一種で、一年に一歳年をとる「加齢」は防げませんが、年をとることによって起こる負の現象である「老化」を遅らせたりあるいは逆行させたりは可能で、これを行う医学の総称をいいます。

しかし昨今は情報が氾濫(はんらん)しすぎて、アンチエイジングというたい文句の中には、一見若く見せかけるすべや一時的にそれらしき効果が現れるような商品などの宣伝もふえていますので、情報を吟味し注意していただくことが大切です。

介護予防推進センターで皆さまに取り組んでいただいていることは、老化による衰えや発症しやすくなる病気などを予防し、老化そのものの進行を抑えて元気であり続けることを意味し、まさしくアンチエイジングです。

ちょっと前までは今ほど長寿のひとはまだ少なく、人生50年とか60年とかいわれたものですが、近年はそれより20年～30年もぐーんと寿命が延びて長生きできるようになりました。

これは、赤ちゃんが育って子供時代から学齢期・思春期を過ぎ、たくさんの学び、たくさんの悩みや経験を経て立派な社会人へ大人へと成長するのと同じほどの長い長い期間です。

今までには少なかったこの「高齢期」という新しい人生の期間に関連して、「加齢」や「老化」の分野についての研究はまさに日進月歩、飛躍的な発展をし続けています。

そのうち画期的な若返りや若さを保つ方法が、発見されるかも知れません。

それを楽しみに、今は一人ひとりが日々止まることなく、年齢に応じた心身の健康づくりをすすめ、身体の内から輝く活力と若々しさを保ちたいものです。

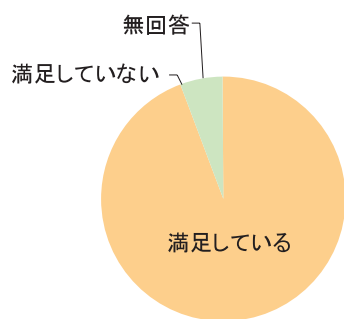


ご利用者アンケート 結果報告

洛東園のサービスをご利用の方を対象に、今年度もアンケートにお答えいただきましたので、結果をご報告いたします。今後もより良いサービスとなるよう努めてまいります。
ご協力いただきました皆様、ありがとうございました。

特別養護老人ホーム

問) 特別養護老人ホーム洛東園のサービスに満足していただいていますか?

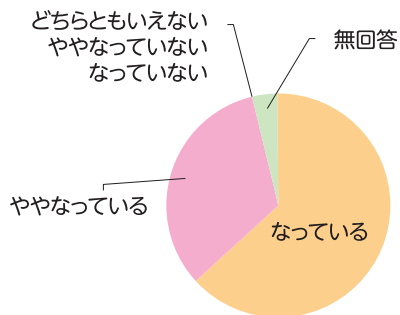


(ご利用者様より)

◎もっと外に出たい。職員さんと車椅子で近くをぶらっとするだけで良い。

→皆様に外に出て気分転換できる機会をこれまで以上に持てるように、努めてまいります。

問) ご利用者の整容(服装や身なり)はそれぞれの好みや季節に合わせた衣服になっていますか?



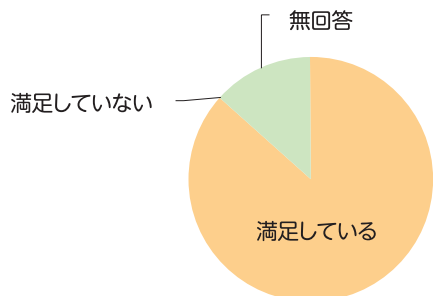
(ご家族より)

◎好みはオシャレ着ですが、トレーナーのような洗濯して乾燥しやすい服ということで残念です。

→選ぶ楽しみや好みを確認させていただき、お体の状況に合わせた服選びのお手伝いをさせていただきます。

ショートステイ

問) 洛東園ショートステイに満足していただいていますか?



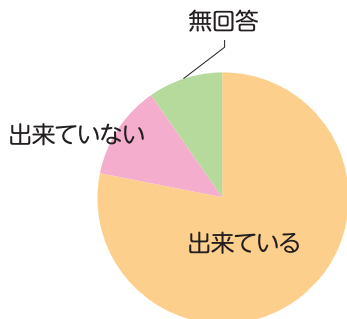
(ご家族より)

◎デイサービスとショートステイを利用していますが、本人の様子について双方の連絡が出来ているのか、と思う時があります。

→情報共有をしっかりと行えるよう、事業所間の連携をさらに行うように工夫いたします。

養護老人ホーム

問) 要望などに対して、速やかに対応できていますか？



(ご利用者様より)

◎御用が重なっている場合に「少しあとで」と言われる時もありますが、普段は聞いてくれます。

→すぐに対応出来ない事はその場でしっかりと説明を行い、対応できる日程や時間を伝えていきます。職員間でも申し送りノートを活用し漏れのない様にします。

問) ご利用者の体調やご様子に対する質問に、適切にお答えできていますか？

(ご家族より)

◎いつも丁寧に近況報告をして下さいます。

→面会時や誕生会などよりなども活用し、今後も引き続き利用者の体調や様子、近況報告を出来る様に努めてまいります。

修道洛東園

問) ご意見やお気づきの点がございましたらご記入下さい。

(ご利用者様より)

◎言いたいことはあるが、ここには書けないことばかり。

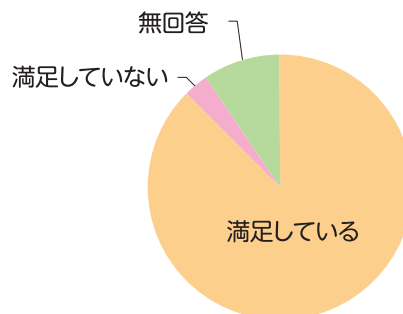
→頂いたご意見を真摯に受けとめて、ご利用者、ご家族の立場に立ったサービスを提供できるように日頃から積極的にヒアリング活動を行っています。皆さまのお気づきやご意見を手軽に伝えられる手段として、ご意見箱を設置させて頂き、サービスの質の向上に努めてまいります。

問) 修道洛東園に満足していただけていますか？

(ご家族より)

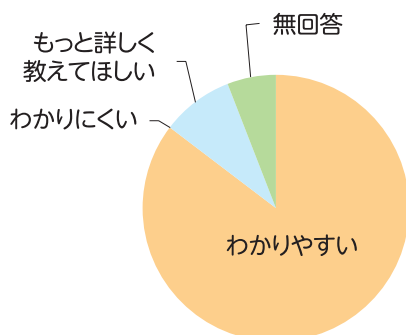
◎ケアマネジャーさん、所長さんがお休みの場合など、連絡事項がその他の方などに共有されていない事がある。

→パソコン内の連絡ツールを活用し、職員への申し送りを徹底します。



修道洛東園ショートステイ

問) 利用期間中のご様子の説明はいかがですか？



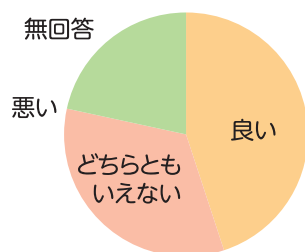
(ご家族より)

◎面会時に飲物、食べ物など持ち込みについての注意又は制約があれば言って欲しい。

→利用の際の持参物、送迎時間、サービス内容等を記した「利用者のしおり」を作成しています。ご利用時の物品等、分かりやすくお伝えできるように改善いたします。

デイサービス

問) レクリエーションの内容はいかがですか？



(ご利用者様より)

◎いつも参加する人が決まっているように思います。全部の人が出て頂くよう努力して下さい。

→個別レクリエーションも含め、創作活動、アロママッサージ(予約制)等、内容を充実し、参加して頂きやすい雰囲気作りに努めます。

問) 家族交流会についてご要望がございましたら、ご記入ください。

(ご家族より)

◎とても良い会を持たれていると思いますが、日々追われる生活をしている為、参加もできず、残念なところでは。

→家族交流会は、ご利用中の様子をビデオで見て頂いたり、介護者皆様の日頃の悩みや介護の工夫などを、職員も交えて話し合える場にしたいと考えております。今後、参加して頂く機会を増やすように工夫をいたします。

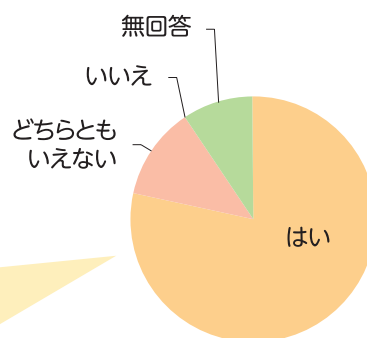
ホームヘルプサービス

問) 物品を大切に扱えていますか？

◎掃除機等の取り扱いが乱雑のように思いますので丁寧に扱ってほしい。

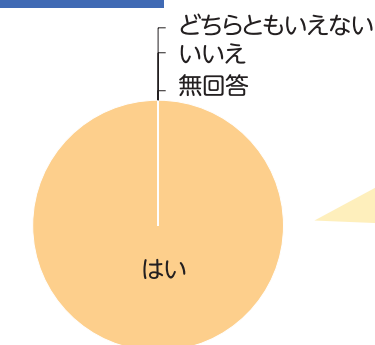
◎消耗品は無駄のないように使ってください。

→必要に応じて、掃除機本体を持ち上げて移動し、食材や洗剤、使用する水にも無駄な使い方をしていないか常に意識して使用します。



もみじの家

問) 気持ちよく入浴していただいていますか？

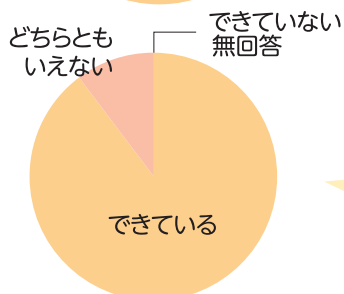


(ご利用者様より)

◎着替える所が、時々暑いことや寒いことがある。

→個浴のため脱衣所が狭く、冷暖気が入ってきやすい為だと思われます。エアコンの調整等で改善していきます。

問) 連絡ノートはわかりやすく記入できていますか？



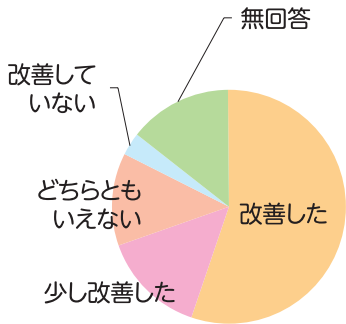
(ご家族より)

◎デイサービス(通い)に行く日の担当の職員さんだけが、ノートを見られるのでしょうか。ケアマネジャーさんはご自分の出勤日の時だけ目を通されるのか。

→職員間で情報共有するようにしていますが、出来ていない時があるのだと思います。これから再度、徹底してまいります。

居宅介護支援事業所

問) ご自身や家族の困っている事が、サービスを利用する事で改善しましたか



◎困っている事を察知して下さい共感して、色々とアドバイスをさせて頂き感謝をしています。

→制度上、できることとできないこともあります。インフォーマルなサービスの紹介も含め、分かりやすく丁寧に説明することを心がけます。

配食

問) 「こんなサービスがあったらいいな」「こうしてくれたらいいのに」と思う事があればお聞かせ下さい。

- ◎主菜以外の他の物を工夫してほしい。
- ◎小さなスイーツが入っていると嬉しい。

→皆様の意見を活かし健康面を考慮した上で、メニューを豊富に広げ、容器に工夫をしていくように努めていきます。

洛東園の行事予定				
施設名	月	1月	2月	3月
養護老人ホーム		屋内ゲーム		ボランティア表彰
特養 洛東園		元旦祝賀式	節分会	家族交流会
修道洛東園		初詣	節分会	ひな祭り
デイサービスセンター		新年会	節分会	ひな祭り
もみじの家		新年会	節分会	家族交流会
全体		元旦祝賀式	節分会	彼岸法要

..... その他、クラブなども随時行っております。

寄付・寄贈

鎌江 孝様、平林 朋宗様、上茶谷 亀三様、洋 工務店様、蔵ウェルフェアサービス様、三村 繁武様、今熊野社会福祉協議会様、なづな学園様、カミヨシ様、今村 壽子様、土倉 金三様、武井 貞尾様、六原民生児童委員会様、一橋社会福祉協議会様、高山 俊彦様、小山 栄美子様、修道社会福祉協議会様、修道民生児童委員会様、民生児童委員会 一橋様、月輪シニアクラブ 小根田 茂様、大山 良雄様、月輪学区自主防災会 村上 米基様、今熊野民生児童委員協議会様、東郷 ふく様、月輪民生児童委員会様、ユニバーサルボランティアスタッフ 森 喜久子様、貞教社会福祉協議会様、森本 好子様、月輪学区社会福祉協議会様、一橋学区 石井 静男様、京都市東山区社会福祉協議会様、いしい医院様、石井 絢子様、杉井 美代子様、吉田 愛子様、山元 美代子様、本家ハツ橋西尾株式会社様、西川 雄司様、京都医療福祉専門学校 学校長 辻 勝司様、いのん薬局様、中川工務店様、京都武田病院様、要建設株式会社様、株式会社中央テックエンジニアリング様、日本たばこ産業株式会社様、伏見稲荷大社様 ありがとうございます

寄付・寄贈順

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://www.wf-rakutouen.com>

※尚、記事中の写真は全てご本人様、ご家族様の承諾を得て掲載しております。