

とやま虹の会だより

<http://www.nijinokai.net/>



社会福祉法人 とやま虹の会は1992年8月に設立、今年8月で20周年を迎えます。翌1993年7月には介護老人保健施設レインボーを開設、1997年4月には特別養護老人ホームしらいわ苑を開設し、地域の方々や関係各所、各位に支えられ、現在までに12の事業所を展開しています。
来年みなさまと一緒にお祝いできる企画を多数考えております。
今後とも社会福祉法人 とやま虹の会をよろしくお願いたします。

第19回とやま虹の会

納涼祭



『みなさんに感謝！20周年』



日時：平成24年8月11日(土) 18時～

場所：レインボー・しらいわ苑中庭にて

舞台：綾の会 民謡 こども俵神輿
水橋高校ブラスバンド部による演奏
他にも出演予定あり

屋台：焼きそば・焼き鳥・かき氷・・・他

ゲーム：水ヨーヨー釣り、輪投げ・くじ引き (景品あり)



お問い合わせ先 レインボー 478-4784

しらいわ苑 479-2080

バスが出ます

コース1番 レインボー [5:30] ▶ 旧三郷農協 [5:34] ▶ ニツ屋 農協機械倉庫 [5:38] ▶ 小出公民館 [5:42] ▶ 上条新町公民館 [5:44] ▶ 旧上条農協 [5:46] ▶ 三成中横苗センター前 [5:47] ▶ レインボー [5:52]
コース2番 レインボー [5:30] ▶ 清水堂の嶋田酒店 [5:36] ▶ 三郷駅前のふくやま食堂 [5:42] ▶ 三郷郵便局前 [5:43] ▶ 新堀公民館 [5:46] ▶ 金尾新公民館 [5:48] ▶ レインボー [5:50]

- 介護老人保健施設 レインボー
- 水橋南地域包括支援センター
- 特別養護老人ホーム しらいわ苑
- 訪問看護ステーション にじ

- しらいわ苑 ホームヘルパーセンター
- 水橋介護保険相談所
- 小規模ケア施設 市江やすらぎの郷
- 小規模ケア施設 中村町ぬくもりの郷

- デイサービス かけはし
- 生きがいが対応型デイサービス かけはし
- 生活サポートセンター かけはし
- LSA かけはし

「ボランティアさんとともに」



とやま虹の会20年の歴史とともに歩んでこられたスーパーボランティアさんのご紹介です。
このお二人を抜きにとやま虹の会は語れません。いつもありがとうございます。これからもお力をお貸しください。

和泉 与市さん



Q1 ボランティアを始めたきっかけは？

A1 体調を崩して入院していて、退院後、温度が管理がされているレインボーでボランティアすることにしました。その後、床屋さんのボランティアを手伝うようになりました。当時は素人同然でしたが、今も当時の利用者さんから床屋さんと言われることがあり嬉しく思いました。現在は自分が得意な物作りなどのボランティアを行っています。

Q2 虹の会に期待することは？

A2 常に疑問をもって、現状に満足せず、今後も地域のみなさんに貢献できるように頑張っていってほしいです。

和泉さんはご自分のことを「^{もしも}夢職」と言われています。何か夢はありますかと尋ねたところ、「ここで役に立ちたい」と笑顔で答えてくれました。虹の会のことも、職員のこと、利用者さんのことも大切にしてくれるスーパーボランティアさんです。



和泉さんが手がけた納涼祭の舞台

平野 和嘉子さん



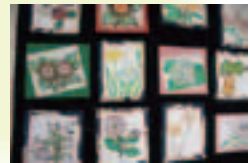
Q1 ボランティアを始めたきっかけは？

A1 家族からレインボーでボランティアを勧められて、マジックから始めました。そして自分の趣味である絵を生かして、現在ではカレンダー作りなどを行っています。カレンダー作りをしていて、利用者さんが喜んでくださり、又、笑顔に会えることが私のパワーの源になっています。今年、8月に100歳の誕生日を迎えられる利用者さんに「頭と体を使わないと錆びるよ!」と、いつも言って下さり、人生の先輩に実感のこもったありがたい言葉が聞け、嬉しく思います。

Q2 虹の会に期待することは？

A2 職員さんには明るい雰囲気づくりにいつも協力して頂いています。私がボランティアを継続して活動できるのは、職員の皆さんがボランティアを快く受け入れ、理解してくださっているので感謝しています。

平野さんは、ご自分の趣味を生かし「作りませんか」という手先を使う折り紙・塗り絵・ちぎり絵を作る本を出版されています。活動を始められた当時は参考資料がなく、試行錯誤の状態でしたが、無いのであれば自分たちの手で冊子を作ろうと発行された、熱血スーパーボランティアさんです。



作りませんかの作品の数々

平成23年度決算書

貸借対照表

平成24年3月31日現在

社会福祉法人とやま虹の会		単位 千円	
科目	金額	科目	金額
資産の部		負債の部	
流動資産	283,236	流動負債	101,571
現金預金	83,296	短期運営資金借入金	0
有価証券	0	短期借入金	0
施設運営事業未収金	65,964	未払金	19,184
未収金	130,758	買掛金	0
医薬品	0	預り金	12,225
立替金	3,208	職員預り金	1,162
前払金	▲90	未払費用	0
仮払金	10	修繕引当金	39,000
その他の流動資産		賞与引当金	30,000
固定資産	1,451,579	その他の流動負債	0
基本財産	1,156,529	固定負債	347,977
建物	1,034,236	設備資金借入金	136,335
土地	122,293	長期運営資金借入金	2,000
その他の固定資産	295,050	長期借入金	159,000
建物付属設備	48,530	長期未払金	0
構築物	509	退職給与引当金	50,642
機械及び装置	16,943	その他の固定負債	0
医療機械備品	5,783	負債の部合計	449,548
車輦運搬具	305	純資産の部	
車両船舶	2,048	基本金	110,652
器具及び備品	6,693	資本剰余金(国庫補助金)	4,365
その他の器械備品	1,601	国庫補助金等特別積立金	523,944
土地	0	その他の積立金	195,000
投資有価証券	370	修繕積立金	27,000
移行時特別積立預金	0	建設積立金	168,000
移行時減価償却特別積立預金	1,141	次期繰越活動収支差額	170,891
人件費積立預金	0	次期繰越活動収支差額(うち当期活動収支差額)	▲6,710
修繕費積立預金	27,000	利益剰余金	123,755
備品等購入積立預金	0	任意積立金	94,467
権利	3,272	当期未処分利益	29,288
建設積立預金	168,000	純資産の部合計	1,285,177
その他の固定資産	7,848	負債・純資産合計	1,734,725
資産の部合計	1,734,815		

損益計算書

自平成23年4月1日
至平成24年3月31日

単位 千円	
科目	金額
事業活動収入	1,269,584
事業活動支出	1,255,237
人件費	866,505
経費(直接経費・一般管理費)	317,235
利用者負担軽減額	67
減価償却費	71,430
事業活動収支差額	14,347
事業活動外収入	17,996
借入金利息補助金収入	3,420
受取利息配当金収入	109
寄付金収入	4,477
その他の事業活動外収入	5,266
雑収入	4,724
事業活動外支出	6,877
借入金利息	6,657
雑損失	220
事業活動外収支差額	11,119
経常収支差額	25,466
特別収入	4,589
施設整備等補助金収入	2,386
設備整備等寄付金収入	0
国庫補助金等特別積立金取崩額	1,486
設備資金借入金元金償還補助金収入	0
その他の特別収入	717
特別支出	7,477
基本金組入額	0
国庫補助金等特別積立金繰入額	2,386
固定資産売却・処分	32
その他の特別損失	5,059
特別収支差額計	▲2,888
当期活動収支差額	22,578

特別養護老人ホーム しらいわ苑

デイ・ショート企画 「父の日を祝おう！」

【連絡先】富山市水橋新堀17番地の1 TEL 076-479-2080

デイ・ショートそれぞれのフロアで父の日の企画として、「どんどん焼き」を焼きました。利用者の方に、作り方を聞きながら行いました。皆さん、手際良く作業をしておられました。出来上がった「どんどん焼き」はその日のお茶菓子として、皆さんでいただきました。お父さんに、感謝する意味を込めて、サイダーで乾杯も行いました。焼きたての「どんどん焼き」美味しかった～!! お父さん、これからもよろしくお願いします。



女性陣もがんばってます



美味しくな～れ



乾杯～♪

介護老人保健施設 レインボー 平成24年度 風船バレーボール大会

【連絡先】富山市水橋新堀1番地 TEL 076-478-4784

恒例の「平成24年度レインボー風船バレー大会」を開催しました。試合形式はフロア対抗戦で、通所・2階・3階の利用者さん達による激しい熱戦が繰り広げられました。結果は通所が見事なチームワークで2階、3階に勝利し、優勝!となり、2位2階、3位3階と続きました。2階3階の利用者さんも普段の練習の成果を発揮し、奮闘されていました。勝ち負けはともかく、職員としては利用者のみなさんの笑顔や頑張っている姿を見られたことが一番嬉しかったです。



水橋生活サポートセンター デイサービス かけはし 「次世代との交流」

【連絡先】富山市水橋中村町2-2 TEL 076-479-6610

7月、水橋幼稚園の子どもたちと一緒に七夕の飾りを製作しました。利用者さんと子ども達と相談しながら、利用者さんの願いごとを、子どもが一生懸命書き上げました。

子ども達へのおみやげとして、利用者手作りのかわいい巾着に飴玉を入れて渡しました。



小規模ケア施設 中村町 ぬくもりの郷 「夏を感じる瞬間を集めてみました」

【連絡先】富山市水橋中村町67番地の1 TEL 076-478-2202

喫茶店の外出会でソフトクリームを食べに行きました。甘いものは別腹な女子会外出会でした。



「つめたて、んまいや～」

ぬくもり玄関は今日もお花でいっぱい!
夏に向けて朝顔を植えて、ツルが伸びてきたのでネットを張りました!



「涼になって見えるちゃ」



「ネット越して、まいどはや～」

小規模ケア施設 市江 やすらぎの郷 「やすらぎの畑」

【連絡先】富山市水橋市江260 TEL 076-478-5501

やすらぎの畑が、利用者さん、職員共に流行中です。お天気のいい日は、お散歩がてら、畑を眺める……。なにか食べごろの食材があれば、収穫してます。昼ご飯の一品や味噌汁にしたり・・・皆さんと一緒に楽しみながら、旬の食材を味わわせて頂いています。



なにか食べごろあるかしら?



美味しくなっぺね

転ばぬ先の知恵

転倒予防

「老化は脚から」とよく言われます。加齢に伴い、筋力も低下します。何もしなければ弱くなる一方ですが、日常生活の中で自分のしている動き（歩く・またぐ・昇る・降りる）をしっかりと行ったり、わずかな時間でもよいので、やや大きな力を出す運動をすることで衰えを緩やかにすることができます。

暮らしの中でいつでもできて、あまり負担とならない筋力増強運動を紹介します。

(1) かかと立ち

すねの前の筋肉を強化でき歩くときにつま先が上を向くようになり、つますきにくくなります。

安定している物につかまって行いましょう
膝と股関節を曲げずに、まっすぐしておきます
つま先を天井に向けてるように上げます

5秒保つ×10回



(3) 「ザ・あし文字」(要称)

太ももの前の筋肉の強化により、膝痛が軽減し、歩行も安定します。

椅子に深く腰掛け、
背もたれに背中を
びったりつけます
(代償動作を防ぐ)

手で椅子をしっかり
握ります



挙げる方の足は、
まっすぐに伸ばし、
その状態で空中に
文字を書きます

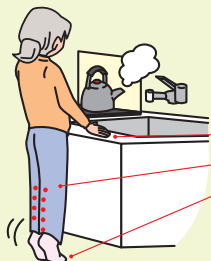
挙げない方の足は、
床にしっかりと
つけておきます

(2) つま先立ち

ふくらはぎの筋力を強化し、歩くときにしっかりとつま先で蹴り出せるようになります。

安定している物につかまって行いましょう
膝と股関節を曲げずに、まっすぐしておきます
かかとを持ち上げて、つま先立ちになります

5秒保つ×10回

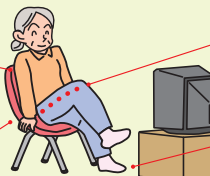


(4) 「ザ・ももあげ」(要称)

太もものつけねの筋肉の強化により、歩行時にしっかりと足が挙がるようになります。

椅子に深く腰掛け、
背もたれに背中を
びったりつけます
(代償動作を防ぐ)

手で椅子をしっかり
握ります



左右1日1回ずつ

挙げる方の膝を軽く
曲げ、5秒くらい
保持して戻します
持ち挙げる高さは
10~20cmが目安

挙げない方の足は、
床にしっかりと
つけておきます

息をこらえず、普通に呼吸を続けましょう。前回のストレッチとあわせて行うと効果的です。

これらのほかに、太極拳やラジオ体操もバランス訓練になったり筋力強化訓練になり、転ばぬ先の対策になりますよ。継続は力なり。少しづつ生活に取り入れてみてください。

介護食レシピ③



小倉ミルクゼリー

材料

1人分

- 小倉缶詰めまたは粒あん 80~100g
- 牛乳 210cc
- 粉ゼラチン 大さじ2
- 水 大さじ2

夏の甘味と言えばゼリー!!
小倉ミルクゼリーは、たんばく質やカルシウムも同時に取れます。
高齢者だけでなく、お子様のおやつとしてもどうぞ。

作り方

- ①粉ゼラチンは水でふやかしておく。
- ②牛乳を鍋に入れ70度ほどまで加熱する。
- ③鍋にふやかしたゼラチンを入れて溶かす。
- ④ゼラチンが溶けたら小倉あんを入れる。
- ⑤カップに分けて冷蔵庫で冷やし固める。

※仕上がりは二層になります。

〈ポイント〉

★好みや嚥下の状態に合わせて、こし餡を使用されると更に滑らかな仕上がりになります。

サービス案内 / 訪問看護ステーションにし

訪問看護ステーションの看護師が、かかりつけ医の指示書に従いご自宅を訪問し、療養上のお世話や診療の補助を行うサービスです。訪問看護ステーションにしでは、24時間365日、在宅療養生活を支援させていただきます。

利用できる方

- 介護保険（要支援1～2、要介護1～5）
 - 医療保険（社会保険、国民健康保険、後期高齢者医療制度）がご利用できます。
- 年齢に制限がありませんので、赤ちゃんからお年寄りまでご利用いただけます。

相談窓口

受付.....平日8:30~17:15

☎076-479-2400 所長 石黒範子(いしくろのりこ)

料金

■介護：1日あたり

	要支援1・2、要介護1~5			
	20分未満	30分未満	30分~1時間未満	1時間~1時間30分未満
介護サービス費 A	316円	472円	830円	1,138円
概算例 A+6円 ※1	322円	478円	836円	1,144円

お身体の状態に合わせて、各種加算が算定される場合があります。

※1. サービス提供体制強化加算(1回につき6円)が加算されます。

■医療：1ヶ月あたり

	自宅		居住系施設	
	週3日まで	週4日以降	週3日まで	週4日以降
医療サービス費 ※1	5,550円	6,550円	4,300円	5,300円

お身体の状態に合わせて、各種加算が算定される場合があります。

※1. 金額は、医療サービス費に保険給付割合を掛けた額になります。