

おかげさまで20周年
20th
Anniversary

とやま虹の会だより

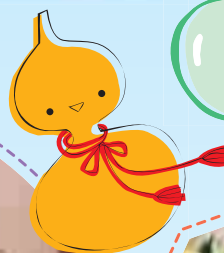
<http://www.nijinokai.net/>

とやま虹の会TVを更新しました

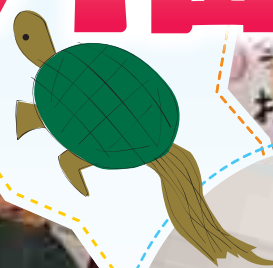
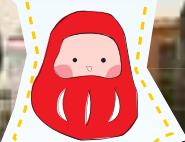
2013.1.25

53

とやま虹の会広報誌



新春来福



新年第一号ということで
今年の抱負(目標)を伺いました。

「初心忘れるべからず！」大切ですね。

年末までに抱負(目標)が達成できたらいいですね！

今年も一年、よろしくお願いいたします。



- 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



年頭のあいさつ

理事長 友 相 彰

新年明けまして、おめでとうございます。

どうぞ今年もよろしくお願い申し上げます。

私達、とやま虹の会は、昨年、法人設立二十周年、そして今年は介護老人保健施設レインボー開設二十周年を迎えるという、大変重要な節目の年となります。

私たちは、創立以来、この富山市水橋地区にしっかり根を下ろし、厳しさや、楽しさ、いっぱい笑顔、いっぱいの涙を地域の皆様、ご利用いただいている利用者みなさん、ご家族みなさんと職員が共有できたことが何よりの宝物だと思っています。

この記念すべき年に、非常に嬉しいご報告がございます。

それは、特別養護老人ホームを、二十床増床すると共に、全室を新型個室・ユニット化にする事業に取り組む事になったことです。

しらいわ苑は、今から十七年前に、入居者の尊厳ある生活を保障し、快適な生活空間の中で過ごしていただくこと、職員は、入居者一人ひとりの生活に寄り添いながら介護していく施設として、また、広々とした平屋の建物として、当時、全国的評価を受け開設されました。

今回の、増床・新型個室ユニット化事業は、全室新型・個室化することによって、入居者の方が、自分だけ好き勝手に使える場が確保され、ほっとする場ができ、個室も広くなり、今まで使っていた家具や、愛着ある品々を自由に持ち込むことができます。何よりも、入居者個人のプライバシーが保障されると共に、

家族の方々も他人に遠慮なく関わっていただきます。

このことは、しらいわ苑が掲げてきた理念と介護実践をさらにすすめて、とやま虹の会が掲げている理念に叶った施設の実現となるものと考えています。

また、とやま虹の会の今後の「中・長期総合計画」の重要な柱となる事業として、「とやま虹の会が進める地域包括ケア」構想の中に位置づけ、レインボー、しらいわ苑、訪問サービス、居宅支援事業、本部機能との一体化を図り、虹の会の総合力を効果的に発揮し、この地から高齢者福祉を発信する拠点作りとして、地域のみなさんから期待される事業となるよう、必ず成功させたいと考えています。

最後になりますが、社会福祉法人をめぐる状況は、大変厳しいものがありますが、私たちは、とやま虹の会の二十年間積み上げてきた実績に確信をもって、私たちの理念を高く掲げ、地域の方々とのネットワークをもっともっと広げ、「超高齢化社会」「無縁社会」といわれているもとの、高齢者福祉に、福祉の町づくりに、職員共々力を合わせ、頑張っていく所存でございますので、皆様方のご支援・ご鞭撻を重ねてお願い申し上げます。



第15回 とやま虹の会活動報告交流集会

日時 2012年11月18日(日) 8:30~12:30

会場 しらいわ苑大ホール

とやま虹の会の活動報告交流集会は、各現場から研究発表・事例発表を行い、職員間の交流と学びを深めることを目的として実施しています。今回は、職員事例発表(11演題)を聞いた後、発表者を含めて5グループに分かれ、グループワークを行いました。発表を聞いて、感じたことなどを参加者が意見を出し合う場となりました。



皆さんに感謝!

しらいわ苑家族会、理事の方、
地域方々、法人職員を含め、
113名の参加がありました。



グループワークの様子

“グループワークの雰囲気”に対するアンケート結果は、80%以上の参加職員が「満足」「やや満足」でした。(*^_^*)



富山福祉短期大学の原元子先生と稲垣慶子先生が参加されていたグループは、アドバイザー的な役割を担っていただき、「良かったあー」という声が聞かれました。ありがとうございました。



トップバッターを務めてくれた、レインボー2階療養職員!
オムツから綿パンツへの移行の取り組みについて発表



ディサービスかけはし職員
「いつでも、どこでも、一人でも、だれでもできる」シルバーリハビリ体操について発表



しらいわ苑ホーム職員
排泄ケアから臀部トラブル改善について、他職種と相談し取り組んだことを発表

発表者・共同研究者の皆さん、お疲れさまでした!

介護老人保健施設

レインボー

EVENT

レインボー2F

延年益寿(えんねんえきじゅ)

意味：長寿でめでたいこと

2階ご利用中の本村まさ子さんが平成24年11月28日にめでたく100歳のお誕生日を迎えられ、フロア内でお祝いの会が開かれました。御家族や多くの利用者と職員に見守られながら、富山県知事、富山市長からのお祝い状と記念品をそれぞれ贈呈され、本村さんご家族は感謝の言葉とともに晴れやかに受け取られました。

御家族を代表し、娘さんが「レインボーにお世話になっているお陰で、今日まで元気で過ごさせていただけました。家族一同、本当に感謝の言葉しかありません。ありがとうございました。」と、涙を流しながら言われ、職員も感慨深い気持ちになりました。

午後に行なわれた誕生会にも参加された御家族から「母の好きな歌がたくさんあって楽しい誕生会だった。私たちまでお祝いされているようで嬉しかった。」とお言葉を頂き、私たち職員も『100歳』という貴重な節目に立会い、楽しい時間を共有できたことを嬉しく思いました。

まだ100歳ですが何か？



【連絡先】富山市水橋新堀1番地 TEL 076-478-4784



家族揃っての写真撮影!!何年ぶりかしら



黒部先生から頂くと緊張しますちゃ



富山県知事さんも祝福してくれてありがたいねえ



現在100歳！
元気に毎日をEnjoy中

デイケア 行く年、来る年

皆さんと一緒にケーキや里芋餅を作り、美味しく頂きながらピアニスト藤縄氏の素晴らしい演奏を楽しみました。最後にはデイケアDVDを見ながら来年も元気で通えるよう誓いながら一年を締めくくりました。



特製ケーキの出来あがりいー!!



藤縄君との握手会!!素晴らしいよ、ありがとう



どれをトッピングしようかなあ



やる気のないサンタとトナカイ？

特別養護老人ホーム

しらいわ苑

EVENT

入所

プレイバック2012

2012年を表す漢字は「金」でした。しらいわ苑の2012年を振り返ってみました。

しらいわ苑でも入所者みなさんに、「笑いと感動をありがとう」の金メダルを送りたいです。2013年も笑い飛ばして行きましょう！



芋掘り、沢山採れました



今年も桜がきれいでした



笑顔で敬老会のお祝いです



“湯めぐこち”のお風呂にも入ってきました



毎年恒例、三郷小運動会の応援です

デイ・ショート活動紹介

デイ・ショートでは、それぞれの部署の職員が協力しあい、行事を行っています。毎月行うものは、手作り昼食会と映画上映会です。利用者の皆様から好評を得ています。季節の行事は、お花見外出会、大運動会、クリスマス会などがあります。

他にも、趣味の書道や絵手紙、貼り絵など個人で行う活動にも力を入れています。

白団
頑張れ～!!



デイ・ショート合同運動会

おめでとう
ございます



ありがとう
何かな～?

クリスマス会
サンタさんからのプレゼントは?



上手く
書けました!

趣味の書道



上手く
出来ました!

絵手紙
集中しています



大丈夫
いい感じよ

恒例の手作り昼食会
毎回趣向を凝らしています



デイサービス

かけはし

[連絡先] 富山市水橋中村町2-2 ☎076-478-4003

EVENT

昨年末、職員による二人羽織で盛り上がりました。
新年は水橋中部小学校4年生の皆さんが来てくださいました。



あまりの美しさに大爆笑！



子どもたちお手製のカルタで真剣勝負



私たち、一段と
綺麗になったでしょ

綺麗に(?)お化粧をして、喫茶店へ
ケーキをいただきま〜す



小規模ケア施設

市江やすらぎの郷

[連絡先] 富山市水橋市江260 ☎076-478-5501

EVENT

市江やすらぎの郷は毎日、おみそ汁
とおやつを手作りしています。
生活リハビリが目的ですが、楽しみ
の一つとして活動しています。
blogでもやすらぎのおいしい昼食
を紹介しているので、ご覧ください。



おいしいが作るよ
まっとうってね♡



みんなでおやつ作り〜♪



協力しあって・・・



今日の
味噌汁は？



小規模ケア施設

中村町ぬくもりの郷

【連絡先】富山市水橋中村町67番地の1 ☎076-478-2202

EVENT

「おごそかに恒例の初釜茶会」

初釜茶会はその年が無事に過ごせますようにという願いが込められています。



着物姿でおもてなしをしました

この日を待っておられる利用者さんもうらっしゃいました

EVENT

「通所ボランティア交流会」

水橋町部にある3つの通所（やすらぎ、ぬくもり、かけはし）合同で、日頃お世話になっているボランティアさん方に感謝の会を開きました。



ボランティア交流会でのぬくもりカンカン娘

サービス案内 / 水橋介護保険相談所 生活サポートセンター かけはし

利用内容

こんなときご相談ください

- おばあちゃんが物忘れひどくなって…
- デイサービスやヘルパーを利用したいんだけど…
- 介護疲れされていませんか？
- 介護の仕方がわからない
- 介護保険はどうやって申請するの？
- 病院から退院したらどうしたらいいですか？
- 年老いた親が老々介護をしているんだけど、どうしたらいいですか？

サービス内容

- 介護に関するご相談
- 介護保険認定手続きの代行
- ケアプランの作成
- 居宅サービス事業者及び介護福祉施設との連絡調整
- 市町村、保健医療福祉サービス機関との連絡調整
- 居宅サービス利用時の苦情や疑問の受付対応

相談窓口

受付………平日8:30～17:15

水橋介護保険相談所

☎076-478-5521 所長 榊原 英樹(さかきばら ひでき)

生活サポートセンター かけはし

☎076-479-6610 所長 永山 敦子(えいやま あつこ)

料金

- ケアプラン作成の費用は全額介護保険で支払われますので、自己負担金はありません。
- 介護保険認定手続きの代行の費用は無料となります。
- 相談費用は無料です。



榊原 英樹

水橋介護保険相談所は、介護相談についての総合窓口となっております。介護が必要になられた方が、安心して住みなれた環境で生活できるよう、福祉・介護に関する相談をお受けしています。水橋に根差し、安心してご利用いただける事業所になるよう、職員一同研鑽に努めています。いつでも、どなたでも、ご相談をお受けしております。よろしくお願いします。



永山 敦子

平成24年4月1日に開設しました居宅介護支援事業所です。

3人のメンバーを紹介します。

加藤京子ケアマネージャーは社会福祉士です。とても丁寧な対応をされる声のきれいな女性です。小西ケアマネージャーは介護福祉士です。とにかく何をやるのも早い！若いけどよく気のつく、そして我々メンバーのケアマネージメントをもしてくる頼もしい若者です。

そして私は、エイヤマと呼びます。看護師兼主任ケアマネージャです。取柄はありませんが、まあまあそこそこ頑張ってます。

この場所でこのメンバーで居宅介護支援事業所を開設できたことの使命というもの（ちょっと大げさかも知れませんが）も日々感じています。



ぬくもりの郷には、着物が似合う美人職員がたくさんいます。

転ばぬ先の知恵

肩の痛み予防

肩の痛みについて

肩の痛みは肩こりによるものや肩関節周囲炎（五十肩）などの病気によるものがあります。

五十肩とは

肩関節の炎症で40歳～50歳位に多く、加齢による筋力の低下と衰えが原因です。肩関節だけでなく腕全体が痛くなり、腕が上がらなくなります。

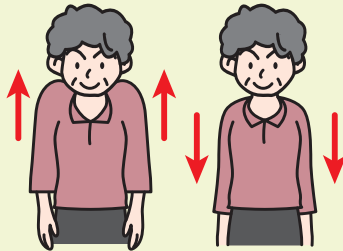
肩こりとは

筋肉の疲労、コリ、血行不良によるもの。長時間同じ姿勢を続けたり、運動不足により血液の循環が悪くなり、首や肩に痛みを生じます。

普段から適度に首や肩を動かして、肩こりや五十肩を予防することが大切です。

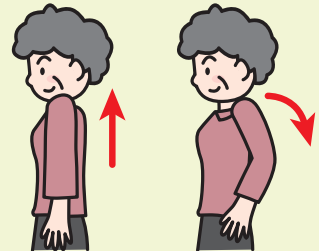
①両肩をゆっくりと上下に動かす

ゆっくりと両肩が首にうすくまるまで肩を引き上げ、ゆっくり戻します。
これを4回繰り返します。



②胸を開く

ゆっくりと両肩が首にうすくまるまで肩を引き上げ、次に肩をうしろにまわしながらおろします。
これを4回繰り返します。



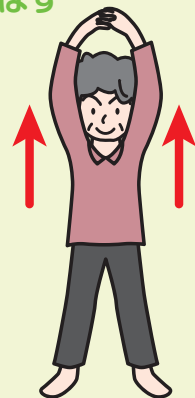
③片方の肩をゆっくりと引っ張る

片手を反対側の肩におき、もう一方の手のひらで肘をおさえます。ゆっくりと肘にそえた手を肩の方に引っ張ります。
この姿勢を10～15秒間保ち、ゆっくりと戻します。
これを左右2回行います。



④両腕を組んで上に伸ばす

手を頭の上で組み、腕を上には伸ばします。この姿勢を10～15秒間保ち、ゆっくりと戻します。
これを2回行います。



また、生活の中で

- 負担のかかる姿勢を避ける（椅子や机の高さの調整）
- 肩を冷やさない（冷房のかけすぎ・肩の出ない服を着る）

など日頃から気をつけることも大切です。

介護食レシピ④



甘酒ゼリー

材料

4個分

- 甘酒 …………… 200cc
- 牛乳 …………… 200cc
- 練乳 …………… 大1～2
- ゼラチン …………… 8g
- ジャム、フルーツソース … お好みで

コメント

ひな祭りのデザートにいかがでしょうか。
牛乳の割合を増やすと、お子様にも食べやすくなると思います。

作り方

- ①ゼラチンを水でふやかす。
- ②甘酒に牛乳、練乳を加え火にかける。
- ③ゼラチンを加え、溶けるまで弱火にかける。
- ④器に流し込み、冷蔵庫で冷やし、お好みでジャムやソースを添える。