

はなのえん

花宴

筆（ききょう利用者：明城 安子様）

『皆さまと関わり、
成長していきたい』



特別養護老人ホーム山科積慶園
ユニットリーダー 上木 康平

こんにちは。3Fなでしこリーダーの上木です。11月半ばから一段と寒くなってきており、風邪が流行する時期となってきました。皆さまどうお過ごしでしょうか？風邪には充分気を付けて過ごしてください。

オープニングから携わらせてもらい早いもので入職して今年で8年となります。

介護業界は離職率が高く、人の入れ替わりが早い等色々言われている部分ありますが、働きやすい環境やスタッフに助けられまた支えられ、今日まで仕事に携わる事ができたと思います。

私自身、今まで様々な経験させてもらい、知識や技術を学ばせてもらいましたが、やはり人と人の関わりが改めて重要であると最近になり再認識するようになりました。

私たちでもそうですが、入居者様もその人その人で、考え方や価値観の違いなど様々です。元来の性格もあると思いますが、そこには今までの歩んで来られた人生、様々な出会い等が深く関わっている部分があると思います。

そのような「様々な違い」を入居者様との会話や関わりで、気づかされる事、学ぶ事が多々あります。

そんな関わりの中、援助内容にて不備であった点、見直さないといけない点、もしくは良かったと思える点を自分の中でしっかり整理して、明日からの仕事、または今後の指導へ結び付けて行きたいと改めて思います。

まだまだ未熟な自分ですが、スタッフや入居者様との関わりで成長していきたいと思います。今後ともよろしくお願いします。

発行責任者

社会福祉法人積慶園

特別養護老人ホーム山科積慶園

施設長 古村 成美

京都市山科区北花山大林町34番地

電話(075)583-6277 FAX(075)594-2101

第22号 発行日平成28年12月1日（冬号）

『様々な意思決定
が出来る
寄り添いケアを…』



特別養護老人ホーム山科積慶園
フロアリーダー 濱野 隆志

5階あやめフロアリーダーの濱野です。12月22日に開設記念行事を控え、それを終えると9年目になります。今年も後わずか・・・早いものですね。ここ最近では入居者様の会話のなかで、「もうすぐ12月ですよ」「え！もう年明けかいな！」「早いな～あつという間や」と会話が繰り返されます。

私自身、年を積み重ねる度に、月日が流れるのをとても早く感じるようになってきました。入居者様は、私以上にもっと早く月日や時間が流れている事を感じておられるかもしれません。そんな大切な時間を私たちは預かり、支援させて頂いています。

入居者様に普段の会話の中で「今1番してみたいことって何ですか？」と聞く事があるのですが、返答で「わからん」「このままでええ」「お世話になりここに来て良かった」と嬉しい返事を頂ける事もあります。何かしたいって意外と求めて来られない印象があります。そこで、私たちの力の見せ所になります。入居者様の心の中で「もう年だから・・・」「手足の自由が利かないし」とあきらめの心があるかと思います。私たちの支援で補えれば、出来る事はたくさんあるかと思っています。ここがこの仕事の魅力の1つだと思います。

入居者様の様々な意思決定ができ、それが継続して行えること、もう1歩踏み込んだ寄り添いケアが実現できればと、日々頑張っています。



デイサービスセンター ぬくもり 4ヶ月の行事

《夏まつり》

今年は射的、ガラガラ、金魚すくいを楽しみました。射的では「そなんん出来ひんわ」と言いながら、真剣な表情で的を狙って当たれば大興奮でした。

ガラガラでは大きなお菓子が当たるかどうか真剣で、当たらなかったらとても残念な表情をされていました。

金魚すくいは皆さんなかなかお上手で、カップいっぱいにすくっておられました。その後、お家でもガラスの器に涼しげに浮かせて、楽しんで下っていました。



《敬老週間》

今年も日替わりで演芸を楽しんでいただきました。山科区女性会のお琴は和やかな雰囲気、懐かしい曲の数々を演奏して下さいました。尺八のバンブーズの皆さんは、澄んだ音で聞き覚えのある曲を、沢山聴かせて下さいました。

マジックの今西先生は、今年も見事な手さばきで紙に描かれたスプーンを、あっという間に曲げてしまわれました。着物姿も艶やかに、歌謡曲から民謡まで、素敵な踊りを披露して下さいました。今年から参加していただいた、フラダンスチームは、職員と子供さんも参加して、南国ムードたっぷりの踊りを見せて下さいました。



《運動会》

赤白に分かれての玉入れは、例年通り白熱し、パン食い競争ならぬお菓子取り競争と、足で長い紙を引き寄せる競技では普段よりも、ものすごく早く足が動いていて、職員もびっくりする位でした。



《買い物外出》

10月は北白川のスーパーライフ、大津市内のバローへ買い物に出かけ夕食のおかずや日用品など購入され、おやつも好きな物を買って休憩スペースで食べて帰りました。どちらも大きなスーパーだとしきりに感心されていました。



《紅葉ドライブ・回転寿司》

11月に入って紅葉も見頃になりましたので、いつも希望の多い回転すしとセットにして出かけました。坂本から三井寺辺りを小一時間ドライブして紅葉を満喫しその後、回転寿司でお腹いっぱい好きなお寿司を食べて大満足でした。

出前も毎月一回企画し、大きなハンバーグの入ったお弁当や、ボリュームたっぷりの丼、見た目からおいしい寿司定食など、普段と雰囲気を変えておいしくいただきました。これからもピザや餃子などご希望のメニューを食べていただけるよう企画していきますので楽しみにして下さい。



編集後記 * * * * *

今号は、夏まつりや敬老会など大型イベント盛り沢山となっております。現在、夏の暑い時期から打って変わって寒い時期になっておりますが、皆様体調を崩されないように気をつけて下さい。

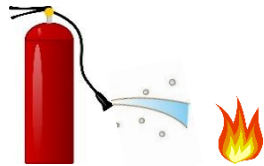
次号は、開所記念日(クリスマス会)や正月などイベントを控えていますので楽しみに。(亀苔)

《避難訓練》

10月28日昼間想定の避難訓練を実施しました。

各ユニットから数名の入居者様とデイサービスの利用者様が参加され、スタッフの誘導にしたがって、落ち着いて避難することができました。

終わってから、各ユニットのスプリンクラーや消火器、散水栓の位置を再確認しました。(大屋)



《お茶会 (イベント食)》

秋が始まる頃、裏千家の織田先生にお越しいただきお茶会を開催しました。

お茶菓子はいきんとん(紅葉)・ういろ(柿)と季節を感じられる2種類を用意し、参加者の方に選んでいただきました。飲み物にはとろみが必要な方も、お抹茶はとろみなしでむせずに飲まれ、円背の方も自分ながらに背筋を伸ばし、お抹茶を満喫されていました。

裏方でお手伝いをしている職員にも抹茶の点て方をご指導いただき、見た目も綺麗に仕上がり、「お抹茶が甘くて美味しい」とお褒めの言葉をいただきました。茶道部が出来る日も近いかもしれません。(野崎)



《介護の日》

11月11日は何の日か知っていますか。そう介護の日です。今回で9回目となる介護の日記念事業がひと・まち交流館で行われました。介護を広める活動を行っている市老協ハートメッセンジャーとして、山科積慶園から藪田と仲村が参加しました。記念事業では、介護のすばらしさを伝えることをテーマに、介護福祉施設での日々をおさめた写真のコンテストや、講演、施設見学の案内など、介護の日にちなんだ事業が実施されました。その中で、市老協ハートメッセンジャーによる事例報告として、3施設の発表がありました。この中に山科積慶園も選ばれ、施設で実際にあった体験を通して、介護のすばらしさや、やりがいを感じたことを伝えることができました。今後もこのような取り組みを通して、介護に関わる人だけでなく、その周りの人達にも、介護への理解が深まっていけばいいなと思いました。(仲村)

医務室だより「ストレスチェックについて」



2015年12月から職場における1年に1回の定期健康診断に加えて実施し、職場のメンタルヘルス対策を推進していくことが、会社(事業主)の義務となり、ストレスチェックを当園でも今年の10月に実施しました。

基本的に職場で毎年行われる定期健康診断の二次予防(=疾病の早期発見と早期治療)を目的とした取り組みですが、ストレスチェック制度はうつ病等の精神障害の早期発見と早期治療を主たる目的とした取り組みではありません。

ストレスチェック制度は自らのストレスの状況について気付きを促し、個人のメンタルヘルス不調のリスクを低減させるとともに、検査結果を集団ごとに集計・分析し、職場におけるストレス要因を評価し、職場環境の改善につなげることで、ストレスの要因そのものも低減させる一次予防(=疾病の発症予防)の取り組みと位置付けられています。

メンタルヘルスチェックで高得点が出たからといって『うつ病』ではありません。メンタルヘルス不調のリスクの高い者を早期に発見し、医師による面接指導につなげ、労働者のメンタルヘルス不調を未然に防止する二次予防的な取組なのです。

自分自身で『うつ病』にならないためにも、結果をもとに注意点を見つけ出し、早めに対処できる力をつけましょう。適度な運動をして気分転換をはかり十分な栄養と睡眠をとることを心掛けてください。いろいろなことを話せる相談相手がいると尚いいですね。(小島)

《夏まつり》

山科積慶園の一大イベント1つ、夏まつりを開催いたしました。地域のボランティアの皆様の協力や、屋台では厨房のスタッフの皆様の御協力もあり、7回目の夏まつりを迎えることができました。

夏まつりと言えば、入居者様の御家族や地域の皆様との交流する場ともなります。1階の屋台で購入した物を、家族様と楽しそうに食べられている姿がとても印象的でした。ゲームでは各ユニットでミニゲームを楽しまれ、景品が当たると、とても喜んでおられた姿も印象的でした。プログラム最後の盆踊りでは、「踊りたい！」と、たくさんの入居者様が参加され、少し混雑しましたが楽しんでもらえたかと思います。夏まつりが終わってから、たくさんの入居者様から「美味しかった!」「楽しかった!」と聞くと、私たちはそこにやり甲斐を感じます。来年も地域の皆様との御協力を頂きながら入居者様、家族様が喜んで頂けるような夏まつりにして行きたいと思っております。ありがとうございました。(濱野)



《敬老会》

今年も山科積慶園の皆様が、お元気に敬老の日を迎えられたことを、心からお祝い申し上げます。

各フロア毎に敬老会の場を設け施設長からのお祝いの言葉と、贈り物を受け取った入居者様は素敵な笑顔で、「嬉しいわぁ」と涙を流される方もおられました。その姿を拝見する事が出来て嬉しく思います。

山科積慶園の皆様のご長寿を心よりお祝いし、末長くお健やかに毎日を過ごしていただけるように、お手伝いができたらと思っています。(上石)



《秋のバイキング》

空気も爽やかで、一年で一番過ごしやすい時季の中、やはり入居者の皆様は食欲の秋!という事で、11月15日に各フロアでバイキングを開催しました。

厨房の方々にご協力頂き、豊富なメニューを沢山提供することができました。主食はかやくご飯とパン(2種類)と、クリームシチュー・かき玉汁・唐揚げ・デザート等をテーブルクロスを敷いた長テーブルの方まで各自が好きな物を選んで頂きました。日頃、パン粥を食べておられる入居者様がクロワッサンをちぎって笑顔で召し上っておられました。ある入居様は、並べられた食べ物を見て「凄い沢山あって目移りするわぁ…私!全部頂くわ…」と、全種類を完食されていました。

入居者様が「美味しかった!」「またバイキングをしてね…」と言って下さるのを聞くと、企画して良かったと、職員一同もホッとしました。(大浦)

