



往還通信

ホームページ <https://miekenjukai.com>
E-mail oukan@ccnetmie.ne.jp



社会福祉法人 三重健寿会 〒510-8103 三重県三重郡朝日町大字柿字熊之川564番地
特別養護老人ホーム 往還 Tel (059)377-6011 Fax (059)377-6001



往還祭りを無事に終えて・・・ 理事長 柿澤善樹



往還祭りも無事に終わりました。今回で11回目になります。

一回目から演奏していただいている朝日中学校吹奏楽部の皆さんに演奏していただきました。

恒例「ことよ」のみたらし団子も美味しかった。今年はボランティアの方にも焼いていただきました。又、職員による和太鼓演奏は、朝明商工会朝明太鼓グループや四日市の東太鼓グループのご指導を受け練習し、準備してきました。ついには職員内部で和太鼓クラブを作ることになりました。天候が良かったのでお抹茶の茶席を外で開いていただけました。

阿波踊りは今年で3回目です。毎年お盆になると、徳島で阿波踊りが催されますが課題もあるようです。踊りのうまい「有名連」がたくさんあります。観客もその華麗な踊りに満足します。一方、徳島に「寝たきりになら連」という「有名連」とは程遠いグループがあります。阿波踊りの演舞場で車椅子に乗った方が踊っているのです。1981年大分県の中村病院が中心になって車椅子マラソン大会が開催されました。当初は「障害者をさらし者にするのか」との反対意見も多くありました。しかし今では、この大会は先日ジャカルタで開催されたパラリンピックの礎であるとさえ言われています。生まれながら、あるいは事故、病気、加齢、年をとることで不自由な体になっても、その姿は、その人そのものであり人格も尊厳もそのまま受け止め、認めるべきである。決して隠すようなものではありません。これがパラリンピックの到達点です。往還に住んでいるご高齢者の方々、ご家族も、往還での生活、生活していることを知人等、周りの人に自慢してほしい。「私は往還に住んでいるんだ、うちのおばあちゃんは往還に住んでいるんだ。すごいだろうと」。往還がそう自慢してもらえそうな施設になっていくことを目指しています。

往還祭りの最後に1Fの玄関の外で阿波踊りグループ「極楽連」の方々とともに往還に住んでいるご高齢者の方々、ご家族、職員が輪になって踊りました。

開催に当たり職員は3ヶ月前から準備をしていました。往還職員の皆さん、ご苦労様でした。阿波踊り「極楽連」の皆さん、朝日中学校吹奏楽部の皆さん、ボランティアの皆さん。誠に有難うございました。



「極楽連」の皆さんの阿波踊り



朝日中学校ブラスバンドさんの演奏



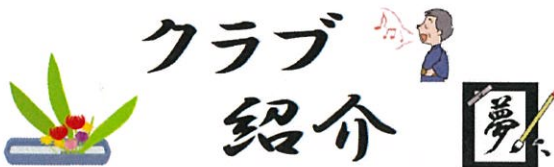
往還職員の太鼓演奏



祝 近藤延子様 桑名市女性最高齢



9月3日桑名市役所の職員さん3名が来設され、東3階 水仙ユニット近藤延子様を表彰状と記念品を手渡されました。近藤様は桑名市の女性最高齢となり、なんと107歳！お元気ですね～ おめでとうございます♪



今月はお花クラブをご紹介させていただきます。1ヶ月に1回、定期的に行っています。(月1回1000円・希望者)
花材を覚えていただきご自由に自分流に生けて季節の花を楽しんで頂いています。



～選択メニューの日～選ぶ楽しさを！

10月19日 サンドイッチとオムライスの選択メニューの日
どちらも大好きなメニューです。どちらにしようか？悩むのも楽しみの一つですね。サンドイッチの中身は玉子サンド、フルーツと生クリームのサンド、南瓜サンドと食べやすい中身のサンドイッチです。オムライスも人気メニューの一つです。ケチャップライスと玉子のハーモニーが何とも言えません。実はオムライスは日本生まれの洋食で、由来はフランスのオムレットと英語のライスを組み合わせたものだと聞いています。どうぞ美味しく召し上がれ！



新入職員の 紹介 ♪



総介護主任の高田です。ほぼ同時期に入社された3名ですが、3名とも毎日頑張って利用者様と向き合ってくれています。3名に共通しているのは、利用者様との関わり方が柔らかい所です。介護という仕事をさせてもらう上で、介護士は利用者様が安心して心を許せる存在でなければいけません。技術も当然必要ですが、技術以上に相手を思いやる気持ち、敬う気持ちが大切な仕事です。今回紹介する3名は、優しい心を持った3名なので、これからも利用者様にとって身近で安心できる存在になって欲しいと思います。



神保夕子

入社して3カ月が経ちました。ここでの仕事も慣れてきたところです。これからも入居者様方とコミュニケーションをとりながら、お手伝いをさせて頂きたいと思っています。介護福祉士の資格の取得も目指し、勉強していきたいです。



岩塚礼華

1人1人に合った介助方法で安全・安心な介助を行ないたいです。今まで介護の経験はありましたが、特養は初めてでちゃんと出来るか等最初は不安でしたが、先輩方がしっかりご指導・フォローをしてくれたので安心して介助をする事が出来ました。分からない事やこうした方が良い事等丁寧に教えてくれてとても助かりました。



吉川雅也

7月から入社しました吉川です。介護の経験はありますが、まだまだ介護能力のスキルアップをしたいと思っています。これからも介護に関する勉強を怠らず、毎日利用者様の皆様と笑顔で過ごしていきたいと思っています。



デイサービス

デイサービスでは、季節の食べ物や花などを色紙や布を使って創作しています。また、季節の食材をつかって利用者様と一緒に、食材を切ったりこねたりして、おやつ作りもしています！そして、利用者様対抗でリハビリもおこなっています。洗濯バサミを使って、何個はさめるか。お手玉を使って、何個積み上げられるか。セラバンドを使って、体操もおこなっています。





ボランティア 紹介



笑いヨガ



「笑いヨガ」伊藤 博幸先生



【笑いヨガとは】

笑いヨガは、誰でもできる笑いの健康法です。笑いの体操と、ヨガの呼吸法をあわせているところから「笑いヨガ」と呼ばれています。酸素がたくさん取り入れられ、健康と活力が実感できます。体操としての笑いでも、おかしいと感じて笑っても、身体への健康効果は全く同じです。無理なく続けられる運動で、現在では100カ国以上に広がっています。

笑いヨガの伊藤先生には、定期的に来てもらっています。毎回、利用者さまとみんな「わっはっは～ ヤッターヤッターイェーイ」と笑い合い、楽しい時間を過ごしています。認知症の方でもみんな笑う事で素敵な笑顔を引き出す事ができます。



みなさんも 応援してくださ～い



介護職員
高尾美智子さん

東3階 白梅・水仙ユニットで介護職をしています高尾です。私は介護職をしながらバンド活動も頑張っています。今回はそのバンド活動の紹介をさせていただきます。

【ザ・青春シグナル】

名古屋にて活動中の 青春系！アコースティック3ピースバンド【ザ・青春シグナル】というバンドを組んでいます。

バンド構成は、

- ・ボーカル&ギター ⑧
- ・ドラム（カホンの時もあります）⑧
- ・ピアノ ← 私



今年の6/24(日)に、初の1stシングル「日々」をライブ会場にて発売し、現在は2stシングル発売に向けレコーディング中！！音楽に興味のある方は、東3Fの高尾まで声をかけて下さい♪

Facebook、Twitterのバンドアカウントあります！

Facebookページ 【ザ・青春シグナル】 Twitter 【@seisyun_signal】

ライブ情報を載せているのでSNSをやられている方、フォロー・イイネ♡をお願いします。



職員研修



テーマ『おむつのあて方』

平成30年8月9・23日 16:30～

白十字さんから1日の排尿量は2500ccであること、紙おむつの種類やあて方、工夫した使い方などを教わりました。紙おむつの当て方のポイントは、特に鼠径部の内側にフィットさせること、テープを平行ではなくクロスに止めることでずれや尿漏れ、不快感を軽減できる。平行に止めることで腹部を圧迫し食欲の減退につながるともおっしゃっていました。明日から、利用者様に少しでも快適に過ごして頂けるよう実践していきたいと思います。

テーマ『重大事故を起こさないためにサービス基準書をつくろう（排泄・食事）』

平成30年9月13・27日 16:30～

①排泄（オムツ交換）について、介護職員(新人)・介護職員(中堅)・本人家族視点の3グループに分かれてそれぞれの立場になって大切なポイントを話し合い、発表してもらいました。②食事介助については、本人・家族視点と多職種の2グループに分かれて同様に話し合い、発表して頂きました。これはユニットによって教え方にズレが存在する。働きやすい、目標を持ってスキルアップできる体制づくりをするために、みんなで考えてみようという試みでした。それぞれの立場になって意見を出し合ったことで、色々な気づきもあり、魅力ある施設へとつながる有意義な時間を過ごせたと思います。



手洗いで洗い残しやすい部分

手の甲側



手のひら側



10月に入り、風邪やインフルエンザが流行りだす季節が近づいてきました。

わたしたちはそれらの感染症から身を守る為に、手洗いやうがい、消毒、除菌など様々な感染症から予防する対策が必要になってきます。

感染予防において一番重要になってくるのはきちんとした手洗いです。

正しい手洗いの方法

しっかりと石けん液を泡立てること。泡立てることで、手全体や手のしわなどに石けん液がいきわたります。



往還では職員を募集しております。ご家族様・お知り合いでご興味を持たれる方がみえましたら、まず事務所までお声掛けをお願いします。職員紹介カードをお渡しさせていただきますので、そのカードを手渡しして頂けると有難く思っています。

とくべつようごろうじんほむ おうかん
特別養護老人ホーム往還 職員紹介カード

要介護状態のご高齢者に介護や機能訓練やレクなどの様々なサービスを提供しています

- ・入所 施設での入所生活をサポート
- ・ショートステイ 一時的なお泊りのサポート
- ・デイサービス 日帰りの方へのサポート

人事担当(柿沢) ☎ (059) 377-6011

利用者とともに楽しく過ごせる和気あいあいとした職場です。
私達と一緒に働いてくださる仲間を募集しています！

往還
Oukan

公式HPへはこちらのQRコード、または検索から！
三重 健寿会 検索

Instagram もやってみよう！フォローしてね！
@wakuwakuoukan

施設長より

皆様 こんにちは。大変ご無沙汰しておりましたが、新しい往還通信がスタートしました。第1号（創刊）です。どうぞ、よろしくお願いいいたします。

先月10月28日の往還祭りは、入所者様、ご家族様、ボランティアの皆様のおかげで大変楽しいお祭りになりました。改めて感謝申し上げます。ボランティアの阿波踊り「極楽連」の皆様のおかげでやかな着物姿と軽やかなステップ、笛や太鼓のお囃子や三味線、往還職員による胸に響く和太鼓演奏、朝日中学校吹奏楽部の皆さんの楽器演奏。施設の中が、リズムと音と響きで心が弾み、ワクワクする空間となりました。にぎやかな中での抹茶コーナー。お茶の先生方の美しい所作に見入り、ほっとする憩いの場となっております。いろいろあって、いろいろあるからこそ、いいですね。たびたび挨拶で「調子に乗る」話をしておりますが、「調子に乗る」って悪いことではないと思います。「調子に乗る」「調子が出る」「調子がいい」。往還にいらっしゃる関わる方が皆、調子（リズム）に乗って、弾みがついて、順調に、スムーズにいろいろなことが進んでいくようお願いしております。

話は変わりますが、先日NHKの探検バクモンという番組で、横浜の総持寺の禅の話が出ておりました。4年ほど前、総持寺の禅の一夜という参禅会参加の折、お坊さんから教えていただいた「調身」「調息」「調心」という言葉を思い出しました。身（姿勢）が整うと息（呼吸）が整う。そうすると、心（精神）が整うというようなことをおっしゃっていました。心（気持ち）を整えようとしても、どうしたらよいか分からない。そんなときは形（姿勢）から入り、意識して変えられる呼吸を整える（深呼吸等）ことで、自然に心が安定します。

「調子に乗る」から話が広がりましたが、調える（ととのえる）ということが、キーワードかなと思います。自分もまわりも調える、そして、いい意味で調子に乗って、心の中に職員の和太鼓や、極楽連の皆さんの阿波踊りのリズム、朝日中吹奏楽部の皆さんのメロディー、そして、笑顔や笑い声がたえない往還であり続けたいと思います。

編集係より

今回より、往還通信編集係が変更となりました。今後は年4回発刊予定（11・1・4・8月）となります。少しでも楽しんでお読みいただけるように内容の充実に努めてまいりますので、よろしくお願いいたします。

後藤 勲・高田智史・水谷敦子・川村幸子