



あゆみ

No. 147
 平成31年 4月 1日
 編集 発行： 茶山寮・第二茶山寮
 天草市本町下河内 680
 TEL 0969-22-5339・0969-22-1766
 FAX 0969-22-5090



花見

三月二十七日

早咲きの桜の木の下で茶山寮、第二茶山寮一緒にお花見をしました。当日は天候にも恵まれ、利用者の皆さんも気持ちよく手作りお花見弁当をいただきました。その後はカラオケ等で盛り上がり、楽しい時間となりました。

『新しい年度を迎えて』

施設長 鮑田 一夫

このあゆみ一四七号を皆様がお手に取られるときは、新元号が発表されているでしょうか。新天皇のご即位とともに新しい時代が始まりますが、この時代はどういう日本になっていくのでしょうか。

戦後目覚ましい復興を成し遂げ先進国の仲間入りをし、世界の中の存在感を増してきた日本ですが、この国よりも早く少子高齢化社会を迎え、これからの日本は決して輝かしい発展が望めるわけではないと、私は考えています。人口減少、産業の衰退と数え上げれば未来に対する不安の種は片手では足りないくらいです。

緩やかな国力低下の中では、私達日本人の価値観の転換が必要ではないでしょうか。これまでのように稼いだお金の額、消費した物の量で幸福を量るのではなく、精神的な豊かさを大切にするという価値観です。江戸時代末期に日本を訪れた外国人の文章の中に、「日本人は非常に貧しい暮らしをしているが、人々は皆穏やかで家の中は綺麗に片付いており庭には四季折々の花が咲いている。礼儀正しく子

どもをとともかわいがる」というような箇所があります。江戸時代に戻りたいわけではありませんが、このような心の持ちようには憧れすら感じます。

誰もが共に生きていける社会を作ることがこれからの日本にはとても大切です。その中では私達が携わっている福祉という仕事は重要な位置を占めてくると思います。福祉とは共生に他ならないからです。この仕事をしていてよかったですと思うことはたくさんありますが、中でも「他者があるがままに受け入れ、他者の幸せのために何かをしようとする」心を持つことができたことが最もありがたいことです。

茶山寮、第二茶山寮の新しい年度の重点目標を「・・・を諦めない」としました。仕事を遂行していく上での課題は山積していますが、一人ひとりの職員が自分の目の前にある課題と向き合い一歩一歩歩んでいくことは、入所者の皆さんの幸せだけではなく、これからの日本に福祉の精神を根付かせ真の意味での共生社会の実現にも寄与するものだという自負を持って、諦めず進みたいと思います。

サービスの現場より

『事務所より』事務長 和田茂樹



三月十六日理事会が開催され、補正予算・新年度事業計画・当初予算の他、人事や新規事業、就業規則等の一部変更議案についても審議され承認して頂きました。就業規則の変更は、荅山寮の夜間体制について二名の夜勤者と一名の当直者から、三名の夜勤者へと変更し、併せて遅出者一名を増員し三名にするものです。近年夜間の定時排泄誘導の状況は、重度、高齢化と共に増加傾向にあり、二四時、二時、三時、四時を基本とし、延べ二七名実施しています。

「自尊心を傷つけない」、「水分摂取量を控えない」等の大原則の基、夜間帯の増員は、定時の排泄習慣の確立で失禁の減少や自力排泄を支援すること、また徘徊への対応等夜間の支援充実と労務軽減に繋がるものと考えています。

もう一点は、荅山寮・第二荅山寮の年次有給休暇の取得に関する変更です。労働者のニーズの多様化等「働き方改革」に伴う労働基準法の改正により、有給休暇十日以上保有者に対し必ず五日以上取得させなければならぬものです。年次有給休暇の取得の状況（両施設平均約十八%、年約七日）については、衛生委員会のストレッチェックと併せてデータ化しており、計画性を持って確実な取得に努めます。今回の就業規則の一部変更により、担当等が日中不在となることが多くなりそうです。行事や諸連絡等、皆様方にご迷惑をおかけすることがないよう十分配慮してまいります。

『できない』を『できる』へ』 管理栄養士 長嶋さおり



毎月の職員会時、利用者の方がどのような物を食べておられるか、どのように介助されると食べやすいかを体験してもらおうためにミキサー食、ソフト食やとろみ付きの飲み物の試食をしたり、職員同士で食べさせてみたりしています。二月は二%三%のとろみ付お茶とお茶ジュレ、三月は一%二%三%のとろみ付リンゴジュースで試し、個人個人の嚥下能力に合わせて濃度を変えていることを話しました。職員の感想は「うわ、飲みにくい」「お茶ジュレの方が美味しい」など様々でした。私が入職した十年前には今のような複雑な個人対応をする状況になるとは想像も

できませんでした。が、年々食形態が複雑になっていくので、職員に体験してもらうことは支援の向上に繋がると考えています。

また外食の少ない利用者の皆様に普段食べる機会の少ない珍しいメニューを食べて頂きたくて、三月のオープンカフェではホットドッグをやってみよう！ということに。パンは喉に詰めるリスクが高いため、提食の方法を一ヶ月前から話し合い準備しました。そして当日、青空の下、皆さんは炭火で焼いたソーセージを挟んだパンに目を輝かせてガブリとかぶりついて食べてくださいました。心配な方は一口大にカットしマンツーマン介助で提食しました。十年前はホットドッグはリスクが高くだめだろうと思っただけで実行できませんでした。これからも利用者の方の皆さんの思いに寄り添いながら「できない」を「できる」を増やしていきたいと思えます。



『お楽しみ会』



支援員緒方俊則

二月十九日、日頃実習に行かれ頑張っている方々へ、ささやかではあります。施設内で鍋会を行いました。ただ食べて満足するだけではなく、調理も利用者の方々に手伝って貰う事にしました。皆さん調理実習や調理サークル等に参加されており、上手に野菜等を切られ、皆で「俺の方が、いや私が！」と楽しみながら準備が出来ました。食事が始まると、「これは俺が切った野菜、豆腐」と嬉しそうに食べられ、皆とても喜ばれており、実習に行かれていた方からは、「もっと実習頑張ってください。」と次回への要望が聞かれる程でした。

今後も楽しみプランを提案し気分転換を図り、日常生活、活動意欲の向上に繋がってほしいと思います。





「ストレス対処法」

～セルフケアの実際～

支援員 清原まゆみ

今回ストレス対処法についての研修会に参加してきました。研修の目的は、心身のリラックス状態に気付き、様々なリラククス法を実習より体験し、自分に合った対処法を習得する事で、実際に「リンパマッサージ」「ストレッチ体操」「筋弛緩法」「自律訓練法」「アロマセラピー」を体験してきました。ストレッチ体操は当施設で毎朝の利用者朝礼でも取り組んでいる、踵上げ、つま先上げ、スクワットなど同じ内容の体操もありました。筋弛緩法とは筋肉を意図的に緊張させてから緩める事で、心と心身をリラククスさせる方法です。自律訓練法とは決められた言葉（第一～第六の公式があり）を心の中で唱え、自己暗示により意識的にリラククス状態を作り、段階的にリラククスしていく方法です。効果には個人差がありますが、蓄積された疲労の回復、仕事や勉強の能率が上がる、身体的な痛みや精神的な苦痛の緩和等の効果が得られるそうです。実際に様々な技法を体験してみても実感できました。実際にサーモグラフィでも違いが出る事や続けていくうちに基礎体温も上昇する方もいらっしゃる事でした。

ストレスはストレスがあると気付いたり、感じる事が大切です。心身の不調が起きる前に自分に合ったストレス解消法を取り組む事も大切です。衛生委員会では職員個々のストレス解消法を施設内にて紹介していますので施設に来られた時は是非ご覧下さい。



『個別支援計画（意思決定支援）

の評価・作成にあたって』

支援副主任 菊地泰博

個別支援計画（意思決定支援）は、入所されている利用者（家族の要望も含む）それぞれのニーズに応じた一年間の個別支援計画です。年度末になると、各個人の年間計画の評価、新年度に向けた新しい計画作成を行っていきます。評価ではサービス内容を元を実施して、長期目標に対して達成できたのかをモニタリングします。新年度の計画では利用者本人と面談を実施し、会話の出来る方に対しては、落ち着く空間で飲食等を交えながら話をする事で、自分の思いを伝えて下さる方もいます。また、思いを伝える事が困難な方は、表情や仕草からニーズを汲み取ったり、また、身体面や精神面を考慮しながら楽しい施設生活を過ごして頂くためには、どのような支援が必要かを検討することが重要となります。カンファレンス（意思決定支援会議）では、本人・サービスマネジメント・相談支援員・看護師・管理栄養士・支援員が参加して意見を出し合い、生活面や健康面・食事面からその方にとって最も笑顔で施設生活を送って頂けるプランを検討していきます。限られた環境の中で生活されている利用者にとって、QOLの向上は私たち支援員のアプロチ次第と考えられます。楽しみプランや高齢の方においては健康面に配慮しながら、日々寄り添い、一人一人が安心・安全に笑顔多く過ごしていただけるよう努めてきたいと思っています。

『平成三十年度合同歯科検診』 一月二六日

熊本県歯科医師会様、熊本県こども・障害福祉局支援課様の主催にて芥山寮・第二芥山寮・グループホームの合同歯科検診が実施されました。

利用者さんの虫歯予防や口腔機能の維持向上の目的で行われ、歯科医師四名、歯科衛生士六名が来寮され利用者の口腔状況確認、歯磨きの指導が行われました。初めての試みでしたが、利用者の方も戸惑うことなく歯科医の前で大きく口を開け検診を受けることが出来ました。検診を受けた後は、歯磨きの指導を受け、皆さん真剣に指導を受けていました。その後は、歯ブラシを貰い嬉しそうにされている姿も見られました。

現在行っている歯科検診以外に、施設内での検診と歯磨き指導を行って頂くことで、利用者の歯磨きに対する意識付けに繋がったのではないかと思います。また、ご家族も共に利用者の検診・歯磨き指導に同行して頂き、利用者の現在の状況を理解して頂く良い機会になったのではないかと思います。



亀川小学校駒打ち体験交流会

三月 六日

支援副主任 鮎田祐介

亀川小学校五年生六十名を楠浦の椎茸実習地に招いて椎茸駒打ち体験交流会を開催しました。これは、年間を通して小学生が福祉を学ぶ授業の一貫として行われており、一学期には福祉の説明を行い、二学期にはそれを元に小学生がレクリエーションを考えて実践する交流会があり、三学期に茶山寮、第二茶山寮が日中活動で取り組んでいる椎茸駒打ち体験が最後の交流会となります。

駒打ち交流会では、小学生が駒を打ちやすいように利用者が原木を持つたり、原木の穴の場所を教えながら駒打ち交流が進んでいきました。その中で利用者が「重い原木は俺が運ぶよ」と小学生の体格を考慮して優しい言葉を掛けて原木運搬を助ける姿がとても印象的であり、駒打ち活動を通しての「福祉」を感じる瞬間でした。又、駒打ち終了後には、椎茸収穫体験やクイズ大会を実施しました。小学生は、真剣に取り組み、一緒に笑い、一緒に喜んでいました。その小学生の姿を見て、楽しみを共感する大切さを改めて感じました。椎茸が苦手な小学生が帰る際、「今日から椎茸を食べます」との声に皆さん大変喜ばれていました。今後またくさんの方々の交流を通して、社会との繋がりがや潤いのある施設生活を提供していきたいと考えています。



ひな祭り交流会

三月 四日

支援員 江崎琢磨

地域の方やボランティアの江藤さんをお招きし、ひな祭り交流会を実施しました。女性利用者の皆さんは、着物を着てお化粧し、マニキュアを塗っておしゃれに参加しました。「きれいね」と声を掛けられ、皆さんとても嬉しそうでした。交流会では江藤さんの手品を楽しみ、ハーモニカの演奏に合わせて皆で歌を歌い、笑顔溢れる楽しい時間を過ごしました。

また、地域の民生委員様、区長様等にもおいで頂き、交流会後、地域貢献について活発な意見交換を行うことができました。



皆さん、とてもお綺麗ですよ♥



ボランティアの江藤さん(ハーモニカ演奏)



生活・作業功労者表彰式

三月二六日

一年間を通して、生活・作業の色々な場面で頑張ってこられた皆さんを表彰しました。皆さん、賞状と記念品を受け取る時はとても嬉しそうでした。

〔生活部門〕 (頑張られたこと)

- ・池田 富春さん (ゴミ集め)
- ・内古閑元雄さん (お茶番番)
- ・小山 兼徳さん (掃除)
- ・小山 智和さん (掃除)
- ・白石 安洋さん (タオル運び)
- ・田副 朋也さん (手すり拭き)
- ・田中 忠信さん (掃除)
- ・榊田 圭佑さん (タオル運び)
- ・山元 勝信さん (歯ブラシ掛け)
- ・大塚 治代さん (食器片付け)
- ・坂口美和子さん (流し台掃除)
- ・中村 英子さん (掃除)
- ・前田の婦子さん (洗面台拭き)
- ・山下 久美さん (歯ブラシ掛け)
- ・井手口秀彦さん (元気に大きな声)
- ・祝原 和則さん (おしゃれ)
- ・中田 哲也さん (トイレ掃除)
- ・濱口 和平さん (歩く練習)
- ・堀切 雪吉さん (リハビリ)
- ・山隈 孝也さん (諦めない心)
- ・福嶋 昭博さん (歯磨き)
- ・久保 涼子さん (仲良し)
- ・福田 緑 さん (宮崎さんと仲良し)
- ・脇中千賀子さん (食器片付け)
- ・工藤智奈美さん (好き嫌いのない)

〔作業部門〕 (作業内容)

- ・今井 次男さん (絵描き)
- ・祝原 光則さん (塗り絵)
- ・岡部 亮一さん (歩行)
- ・轟 敬治さん (絵描き)
- ・光井 正敏さん (歩行)
- ・吉村 裕貴さん (実習)
- ・松本 隆 さん (椎茸作業)
- ・倉岡江里子さん (折り紙)
- ・小林 美保さん (文字書き)
- ・里 信之さん (外作業)
- ・田中 秀幸さん (実習)
- ・松下 昇 さん (実習)
- ・山本 直尋さん (実習)
- ・坂口 保代さん (編み物)



【新利用者紹介】



山内 直子さん
1月30日、苓山寮
へ入所されました。

一緒に楽しく
過ごしましょう。
よろしく
おねがいます

【新職員紹介】



松本 健史さん
(苓山寮支援員)



飽田 一喜さん
(苓山寮事務員)



松山 憲士さん
(苓山寮支援員)



和田 卓巳さん
(第二苓山寮支援員)

【退職職員】

比志島瞳さん、今井多恵さん、緒方亜希さん、濱洲さおりさん、小場佐美樹さん、五名の方が退職されました。在職中は大変お世話になりました。今後のご活躍に期待しております。

【異動職員】

▽田中 正行 (第二苓山寮支援副主任→苓山寮支援主任) ▽濱 和子 (苓山寮支援員→第二苓山寮グループホーム世話人)



シリーズ1
日常生活の風景



石川 美恵子さん

あすなる班に所属されています。毎日歩行に参加し、第二のタマちゃんを見に行かれることを楽しみにされています。又、ハンカチ畳みの手伝いをしてくださり助かってます。石川さゆりの「津軽海峡冬景色」が大好きです。

池田 富春さん



掃除の時間には、掃除機を巧みに扱って溜まっているゴミを吸い取ったり、職員と一緒にゴミ出しの当番も行って下さいます。利用者の方や職員からとても頼りにされている富春さんです。

岩崎 久美子さん



いつも笑顔の素敵な久美子さん。頑張り屋で手先がとても器用で、ビーズブレスレット、ミサンガと上手に作られ、オープンカフェ、展示会等に出品されています。写真や絵画も好きで多趣味で有り充実した悲母を過ごされています。

行事予定

四月

- 一日 辞令交付式
 - 六日 やきもの教室開講式
 - 二三日 第一回管内研修
 - 二五日 第二回管内研修
 - 二七日 事業説明会
- 家族会総会



五月

- 十二日 愛藍ピック
- 十四日 総合防災訓練
- 二九日 東向寺保育園交流会



編集後記

各地から春の便りが聞こえてくることとなりました。春は暖かく過ごしやすい季節ですね。「春」と言ったら出会いや別れの季節ですが、新しい事を始めるのにも絶好の季節です。この際に、何か始めようか悩んでいる人は色々な事に挑戦するのも良いかもしれませんね。私も、自分が楽しみながら出来る事を見つけていきたいなあと思っています。まだまだ、風邪には注意して花見などの春の行事を楽しみましょう。

