

皇 寿

第 22 号

平成 30 年 9 月 16 日

社会福祉法人東光学園
特別養護老人ホーム
ふれ愛の家

堺市中区土塔町 2028
TEL 072-237-1979
FAX 072-235-7857

施設理念
愛 と 和
優しさと笑顔
安心と安全

『A・C・P』

ふれ愛の家 施設長 梶山 尚也

「健康で文化的な最低限度の生活」は国民の権利として憲法第25条で保障されていますとテレビドラマでもありました。

今年はいまだに猛暑に見舞われ、高齢者にとっては生命の危機に直面するケースも発生しました。ようやく政府は生活保護を受給されている方にも熱中症予防のために「エアコン」が必要であると認め、初期設置費用を給付することを決めました。これまでも堺市では『安心で すこやかにいきいきと暮らせるまち 堺』を基本理念とし、保健福祉・介護保険計画が作成され、さまざまな取組みが行われています。地域で暮らす方々が自らの意志に基づき自立した生活を送ることができるよう、出来る限り住み慣れた地域で健康づくりや介護予防

に主体的に取組み、生きがいをもって、日常生活を継続することを推進していきます。

皆さんには、自らの意志により、どこで、どのような暮らしを送るのか、自己の責任において選択を行うこと、そして地域へ参加をすることが求められています。では、望む暮らしを実現させるために、どうすればよいのでしょうか？ご自身の将来について「もし、そのような状況になったとき・・・」漠然とした不安が残るかもしれないかもしれません。そこで、その不安について事前に家族や地域の方と話し合い、いつまでも自己実現が達成できるように支援を行う「アドバンス・ケア・プランニング（ACP）」という概念が推奨され始めました。「もし、病気になるたとき」、「もし、トイレに行けなくなつたとき」、「もし、人工呼吸器が必要になったとき」・・・あなたならどうされますか？ あなたが大切にしている人がその状況になったのであれば、その

選択に苦悩するかもしれません。元気なうちに日頃の会話のなかで、「もし、○○になったら・・・」とご自分の思いを身近な方と気軽に共有できるといいですね。

『古稀の回想』

家族会 会長 横山茂平

ふれ愛の家の利用者様、ご家族様、職員の皆様、いつも家族会にご協力いただきありがとうございます。

私も古稀となり、昔のことを思い出すことがよくあります。団塊の世代もただ中に育ちました。環境も食生活も決して良いとは言えない状況でしたが、それが功を奏したのか、案外丈夫で健康に生活できています。昔は下水もなく溝に家庭排水を流しており保健所が殺虫剤を噴霧器

で散布しに来ていました。今では考えられませんがね。夏には地域ぐるみで大掃除の日が決められ、一斉に畳を外に干し、たたきまくってホコリを出しまくっていました。その頃は各家に井戸があり、大掃除の時はスイカを井戸に入れて冷やし、大掃除後食べるのが楽しみでした。気温も高くなく、扇風機がなくても苦痛ではありませんでした。ブロックの氷で冷やす冷蔵庫や、薪や石炭で沸かす風呂もあり、手動のポンプで井戸から風呂に水を汲み上げていました。

新婚旅行でバンコクに行ったときに集中豪雨で道路が瞬間的に水没するのを見て驚きましたが、今の日本も温暖化で同様の集中豪雨が頻発するようになり、年数の経過と環境の変化に驚いています。今後も一人一人が環境に負荷を与えないように健全で環境にやさしい生活を継続していきましよう。





1階事務所にて

『ご挨拶』

相談員 辻 貴司

今年度4月より事務所にて施設ケアマネ相談員として勤務させて頂いております辻と申します。

今までの現場での仕事とは違い、ケアプラン作成や通院、入所のご相談、ご意見の聞き取り、地域活動への参加など、多くの仕事があります。職員みんなが将来利用したいと思える施設を目指して参ります。

これからもどうぞよろしくお願致します。

『目標』

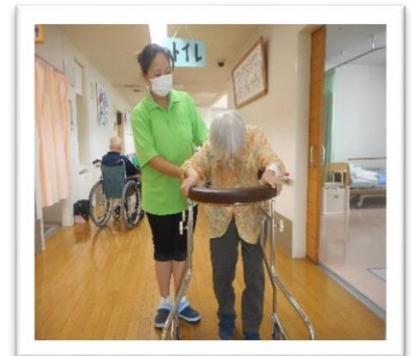
2階フロア長 高崎由香利

私達2階職員は、「初心を忘れない・気持ちのいい挨拶、笑顔あふれるフロア・利用者の望む生活に近づけられるように！」を目標に日々頑張っています。

笑顔あふれるフロアにしていきたいと思っておりますので、何かと家族様のご意見等も聞かせて頂き、より良くしていけたらと考えておりますので、今後ともぜひ足を運んで頂けることを心からお待ちしております。



流しそうめん企画



歩行の様子

『行動からの健康維持』

3階介護職員 本山 尚幸

私は食べることは最もたのしみにしてますが、行動することも必要と感じています。行動とは、できる範囲での運動であり、当施設の利用者様に日常生活を送るうえで基本的な運動ができ、維持できるよう努めています。

特に利用者様の下肢筋力に重点を置き、立位を保つことや歩行機能維持を目的とした取り組みを行っています。



健康一口メモ

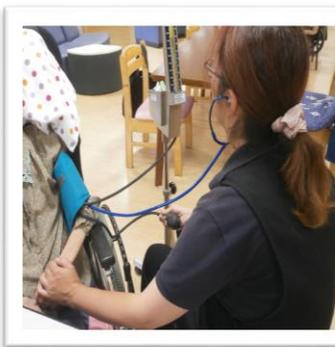
「隠れ肥満」に気を付けて！

肥満の上手な減量アドバイスポイント
① 正しい食生活と適度な運動

- ① 無理な減量目標は立てない
- ② 賢く買い物 買い置きは最小限に
- ③ 避けたい早食い、ながら食
- ④ ストレス発散は、『食べ物』より『運動』で
- ⑤ 外食は、腹6分目で残す勇気を

以上に気をつけて健康な毎日を送らしましょう!!

東光学園付属診療所



血圧測定の様子



『デイサービスセンター』

『夏祭り』

平成30年8月8日、9日の午後より夏祭りを開催しました。今年は、「ヨーヨー釣り」「輪投げ」を企画しそれぞれ楽しめました。「昔は地域の盆祭りには欠かさずに行って、最後の最後まで踊っていたよ」「金魚すくいはないんか」など、昔を思い出してもらえたようです。また、定番ではありますが「たこ焼き」も用意して皆さんで美味しく召し上がっていただきました。

今後も職員と利用者様が笑顔で過ごせる季節のイベントや、楽しい企画を用意していきますので楽しみにしてください。



『中第2地域包括支援センター』

支援センター

社会福祉士 内藤和剛

地域包括支援センターは

65歳以上の高齢者やその家族からの相談窓口になっています。介護や健康、権利を守るなど様々な相談を受け、保健師（看護師）、主任介護支援専門員、社会福祉士などが中心となって支援を行います。

ています。専門性を持った3職種がチームとなって総合的に

高齢者の支援を行うことができます。皆様の大きな特徴です。皆様からのご連絡をお待ちしています。



包括支援センター内相談室

『心機一転』

事務局 沖 和歌子

勤めて15年程経ちますが、今年の4月に初めて事務所内の大規模な「模様替え」を行いました。

座りなれた席も移動し、同じ景色も、今まで見ていた景色とは違って見えます。いやらなくなった物を整理し、使いやすいように物を配置し



2018.09.21

ていくうちに、気持ちも軽くなってきました。

『心機一転』頑張りたいとあらためて思いました。

『居宅介護支援センター』

センター

主任介護支援専門員

高橋千鶴

もし、お困りごとや介護保険サービスって何？等お気軽にご相談下さい。ケアマネージャー3名で各対応させていただきます。だいております。

夏場以外の熱中症について

年々暑さが厳しくなり、夏になると皆様どう過ごされていますか？暑さで体温が上がることで、体温調節機能がうまくいかなくなることがあります。特に気温が上昇した場合は、熱中症のリスクが増大するので、秋の長雨が続きした後、急激に気温が上昇した場合、注意が必要です。季節に関わらず1年を通じて見えます。いやらなくなった物を整理し、使いやすいように物を配置し

厨房職員一同



新人職員紹介

平成30年度は、12名の職員が仲間入りしました。



3階介護職員 木下由香
好きな言葉『笑顔!!!』



作業員 一森 勝
好きな言葉『急がば回れ』



送迎員 伊尾勝好
好きな言葉『花より団子』



2階介護職員 中野 萌
好きな言葉 『笑顔!!!』



3階介護補助 長瀧摩耶
好きな言葉 『気分!!!』



デイ介護職員 長瀧尚子
好きな言葉『頑張ります!!!』



3階介護補助 島屋怜那
好きな言葉 『一期一会』



厨房職員 山野愛子
好きな言葉 『一期一会』



2階介護職員 山下敦子
好きな言葉『笑顔で頑張る』



3階介護職員 中島恵美
好きな言葉 『元気!!!』



デイ介護職員 中村由苗
好きな言葉『為せば成る』



リネン職員 宮地信子
好きな言葉 『笑顔!!!』

追伸

紙面の原稿にご協力頂きました方々へ、書面ではありますが、厚く御礼申し上げます。

ふれ愛の家は、より良い施設に向けて日々励んでおります。皆様方からの温かいご支援、ご協力により運営しております。家族会をはじめ、日々お手伝いくださるボランティアの方々、皆様のご協力に心より感謝申し上げます。



広報委員会