

白和田

見聞録

ーひわだけんぶんろくー

1 2015
月号

総合南東北福祉センター

- 特別養護老人ホーム 南東北ロイヤルライフ館
- ケアハウス 南東北ライフケア館
- 南東北日和田デイサービスセンター
- 南東北日和田ホームヘルパーステーション
- 南東北日和田居宅介護支援事業所
- 南東北日和田居宅介護支援センター
- 日和田・西田地域包括支援センター（郡山市委託事業）
- 障がい者支援施設 南東北さくら館
- 通所事業所 南東北さくら館

ーすべては利用者さんのためにー

「おいしくなあれ！」
第13回南東北福祉センターもちつき大会



新規施設八山田オープン!!

社会福祉法人
南東北福祉事業団

新年のごあいさつ



社会福祉法人
南東北福祉事業団 理事長

渡 邊 一 夫

新年おめでとうございます。

平成27年（西暦2015年）の年頭に当たり社会福祉法人東北福祉事業団理事長 渡邊一夫より謹んでご挨拶申し上げます。

東日本大震災・東京電力福島第一原子力発電所事故から3年10か月が経過し、あの大変なパニックから少しずつ落ち着きを取り戻しつつあります。この福島県の地を本拠地として南東北病院グループ全職員が結集し、今まで以上に充実した医療・介護・福祉を展開し、この3年間支えてくれた地域の皆様、関係者の方々、

グループ職員一同に深く感謝したいと思えます。

社会福祉法人南東北福祉事業団では、昨年11月に特別養護老人ホーム、知的障がい者の就労支援を合わせた総合南東北福祉センター八山田を郡山市八山田にオープンしました。本年は、南東北病院グループが力を合わせて、高齢者と障がい者と回復期リハビリ、子供と障がい者と高齢者の世代・障がいの垣根を越えてお互いが尊重し合える相乗効果を持った施設づくりをし、

医療と介護のノウハウと地域性を生かして医療・介護サービスの充実を図りより地域社会へ貢献できるよう頑張つてまいりますので、本年もご支援・ご活用をよろしくお願いいたします。

平成27年1月吉日

社会福祉法人
南東北福祉事業団 顧問

橋 本 静 昌



明けましておめでとうございます。
皆様には、清々しい新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年は、念願でもありました福祉施設が郡山市富久山町に総合南東北福祉センター八山田として11月に開設され、高齢者施設、障がい者の支援事業等介護保険法や障害者総合支援法に基づく事業を展開しているところです。

一方、東日本大震災、東京電力福島第一原子力発電所事故から4年を過ぎても今だに故郷へ帰れない方々には一日も早い復興を祈念申し上げます。私共はあの時の未曾有の震災で培った経験を生かしながら、利用者さんや家族との連携を図り、より地域に根差した施設づくりを進め、団是である「すべては利用者さんのために」を念頭に、安全・安心をモットーに皆さんに信頼される施設の運営に努めてまいりますので、今後もご支援、ご協力をお願い申し上げます。

平成27年1月吉日

社会福祉法人 南東北福祉事業団
常務理事兼事務局長

大森 正義



謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

旧年中は、総合南東北福祉センター 日和田、総合南東北福祉センター 川俣、東京総合保健福祉センター 江古田の森に加え、平成26年11月1日に開所した総合南東北福祉センター 八山田を運営する私ども事業団に対し格別のご支援、ご協力を賜り、衷心より感謝と御礼を申し上げます。お陰様で大きな事故もなく、利用者さん共々良い年を迎えることが出来ました。

さて、今年の干支は未です。未来を見越し、更なる発展に向け、希望に満ちた穏やかな一年となることを願っております。

平成27年度は介護報酬の改定が行なわれ、3%程度の引き下げが見込まれます。

そう言う中であつて、住み慣れた地域で住み続けるために、在宅の中重度者や認知症高齢者への対応の更なる強化に向けた在宅医療・介護連携の推進への取り組みが求められています。

また、地域包括ケアシステムに不可欠な社会資源であると共に、将来的なマンパワー減少を見据えた質の高い介護人材の確保及び効率的、且つ効果的な配置によるサービス評価の適正化と効率的なサービス提供体制を構築し、保険料と公費で支えられている介護保険制度の持続可能性を高め、限りある資源の有効活用に取り組むことが重要であります。

そのためには、社会福祉法人制度の見直し、特養経営に対する指摘の中で、社会福祉法人の役割としてセーフティネット、地域貢献の観点からも地域における公益的活動の推進、法人組織のガバナンス強化や透明性の確保、規模拡大・協働化等への具体的な対応が必要であることから、基本理念である「すべては利用者さんのために」を旨として、

出来ることから確実に実践していくことが経営基盤の安定化に資するものと考えております。

当事業団のあらゆる職場機能を駆使し、職員一同が使命感と責任感を持って、誠心誠意取り組んで参りますので、尚一層のご指導、ご鞭撻をお願いいたしますと共に、皆様方の益々のご健勝とご発展をご祈念申し上げます。

平成27年1月吉日

特別養護老人ホーム
南東北ロイヤルライフ館施設長

菊地 弘



昨年11月に、南東北ロイヤルライフ館に着任し、新年を迎えることができました。

昨年は、福島県と神奈川県川崎市の行き来が大変多く、あつという間の歳月でありました。体が丈夫で馬のごとく、駆けずりまわった年であつたと思います。

本年は、地元総合福祉センター勤務ということ、自宅からも大変近く、何事あつたら困りますが、いつでも出勤できる態勢で臨んで参ります。昨年、何回か自宅から職場まで歩いてみたのですが、1時間程、時間を要しました。汗をかき丁度良い運動ですかね。

今年、ひつじの年。寒さは、例年になく厳しいですね。このような1年のスタートではありますが、みなさんが暖かなウールのセーターを着込んで過ごしているように、私自身がセーターのごとく、ご利用されている方々に温もりを伝えられるように頑張ります。また、今年は、社会保障費の見直しがあり、厳しい施設運営が予想されますが、社会福祉法人として、地域の皆様の要望にしっかりと応え、住み慣れた地域で安心してかつ安全に生活が送れますよう努力してまいりますのでご指導・ご鞭撻のほどお願い申し上げます。

平成27年1月吉日

障がい者支援施設
南東北さくら館施設長

佐藤 智洋



謹んで新年のご挨拶を申し上げます。昨年中は、当施設の運営に対し、格別のご理解とご協力をいただき、心から厚くお礼申し上げます。

さて、昨年を振り返りますと、集中豪雨や火山の噴火など記憶に残る自然災害が多かつた年のように感じます。

当南東北福祉事業団においては、準備を進めておりました「総合南東北福祉センター 八山田」が皆様のご協力もあり昨年11月に開設いたしました。高齢者と障がい者の方々にご利用できる複合施設でもあり、これまで当福祉センター（日和田）にあつた「日中一時支援事業所 さくらんぼ」も八山田へ移転、拡充されております。

また、今年度においては4月に介護保険分野において3年に1度の介護報酬改定が予定されております。障害施策においても同じく報酬改定が行なわれる予定となっております。

2040年頃には少子化と人口流出によって、若い女性の人口が半分以下になり消滅可能性都市とされている自治体が896にも及ぶと試算されているそうです。人口の急減・超高齢化の現実が改めて浮き彫りになり、今後ますます介護・福祉の重要性が増していくことは間違いありません。その中で、当施設におきましても、選ばれる施設となるべく、これまで以上にサービスの質の向上に取り組んでいかなくてはなりません。

今年、未年（ひつじ）です。「未」の字の成り立ちは、成長していく木の姿と言われています。まっすぐ大空に向かって勢いよく伸びていく木の姿のように、当施設もすべての利用者の方々が、元気に笑い、生き生きと利用できる施設を目指していきたいと思っております。

結びに、本年が皆様にとりまして健康で幸多き飛躍の年になりますよう、ますますのご発展をご祈念申し上げます。念頭のご挨拶といたします。

平成27年1月吉日

ケアハウス 南東北ライフケア館

介護予防教室

南東北ライフケア館では、西田ふれあいセンターで開催された介護予防教室に参加してきました。

日和田・西田地域包括支援センターと西田行政センター等の職員による劇を中心に、介護予防の情報をおもろく教えて頂きました。分かりやすく、笑いもでる内容で、緊急通報システムや配食サービス、介護サービス利用までの流れなど楽しく知ることができました。「おもしろかったね」と参加した利用者さん同士話



をしていました。

劇の後は、車椅子の移乗介助の方法や福祉用具の説明があり、福祉用具では機能

性に優れた車椅子や電動のベットの紹介され、「へえ、すごい」「便利だね」と声があがりました。万が一に備え、色々な情報を知ることができました。



南東北日和田デイサービスセンター

根菜を食べて元氣いっぱい!

通所介護 南東北日和田デイサービスセンターでは、クッキングで大根炒りを作りました。大根が美味しい季節です。大根の皮を剥き、千切りにしていきます。鍋で炒めて醤油や砂糖、味噌で味をつけていきます。

利用者さんからは「手伝うよ! 昔よく作ったの!」と話ながらカウンタに集まる姿も見られました。手際の良い作業で



美味しい大根炒りができました。「美味しいね。ちょうど良い甘じょっぱさ」と利用者さんたちは味付けに満足していました。

季節の野菜を食べると風邪を引きにくくなるとも言われていますので、根菜を食べてこの寒い冬を乗り切りましょう!



認知症対応型通所介護 南東北日和田デイサービスセンターでは、レクリエーションの時間にりんごの皮むきゲームを行いました。丸く同じ大きさに切った新聞紙を細く長くちぎっていくゲームです。簡単なゲームですが、みなさん集中して真剣に取り組んでいました。指先を動かすことで、脳の活性化に繋がります。

りんごの皮むきゲーム



障がい者支援施設 南東北さくら館

クッキングクラブ

障がい者支援施設 南東北さくら館ではクッキングクラブを行いました。今回は、今の季節にピッタリのカレー鍋です。食材はキャベツ、人参、シメジなどの野菜の他に、ソーセージと豚肉をたっぷり使い、とても食べ応えのある鍋となりました。

デイルームに広がったカレーの香りに待ちきれず、「美味しそうですね」と自らお玉を持ち積極的に味付けに参加した利用者さん



もいました。

完成したカレー鍋をみんなで食べ、「美味しいな」「いつもと違う鍋だがカレーも良いな」と利用者の方の皆さん大満足でした。

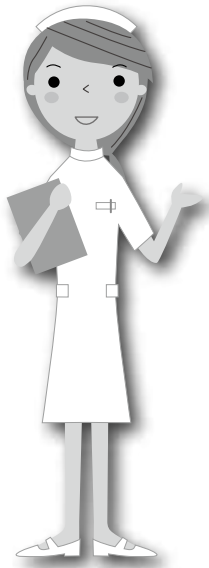


障がい者作品展

障がい者支援施設 南東北さくら館では昨年12月6日、利用者さん2名とビッグアイ6階で行われた「郡山市障がい者作品展」に行きました。同展には、南東北さくら館の利用者さんも絵画や手芸作品、ぬり絵など13点を出展しました。

利用者さんは、展示されている自分の作品を「良いですね」と満足そうに眺めていました。また、さくら館の他の利用者さんの作品を見て、とても感心したように何度も頷いていました。





看護部から

あんぼう 罨法

あんぼう 罨法とは？

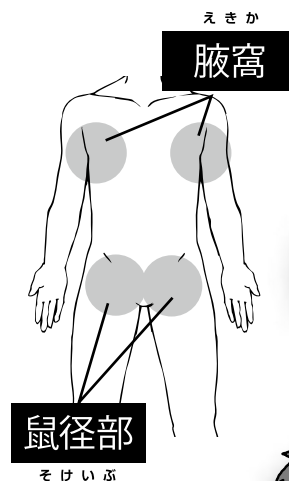
痛みなどの症状を軽減させるために患部を温めたり、冷やしたりする療法です。

えきかぶ そけいぶ 体温を下げる時、腋窩部や鼠径部を冷やすのはなぜ？

腋窩や鼠径部は、体表に近いところに太い動脈の表行があります。そこに氷のうなどを使用することで、より効果的に冷やすことができます。



腋窩の体表に走る太い動脈は、「鎖骨下動脈」から鎖骨と第一肋骨の間を通り、腋窩に進んでくる動脈のことで、「腋窩動脈」といいます。腋窩動脈はさらに、大胸筋下縁部から「上腕動脈」となり、上腕内側部ちゆうかを通って肘窩に至ります。鼠径部の体表に近いところを走る太い動脈は、「大腿動脈」をさします。「大腿動脈」は「腹大動脈」→「総腸骨動脈」→「外腸骨動脈」を経て、鼠径靭帯の下を通り、大腿部前面に出てくる動脈のことをいいます。



血管はなるべく危なくないところを走ります。そのため、体表に近い場所で太い動脈が走行しているところは少なく、腋窩と鼠径部は数少ない効果的に冷やすことができる場所といえます。

相談室より 南東北さくら館ショートステイよくあるQ&A

Q 予約はいつからできますか？

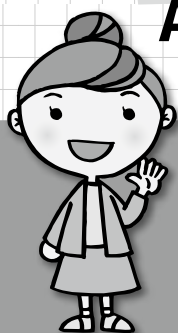
A 毎月15日から開始しています。2ヵ月先までのご予約となります。
(例: 1/15~3月の予約開始。)キャンセル等もございますので、随時お問合せ下さい。

Q 送迎はできますか？

A 送迎は行っておりません。ご家族送迎や福祉タクシーをご利用してください。

Q ショートステイ利用中に他のサービスは利用できるんですか？

A さくら館の短期入所ご利用中に日中活動系サービスを併用することが出来ます。
(生活介護、自立訓練、就労支援移行支援、就労継続支援)

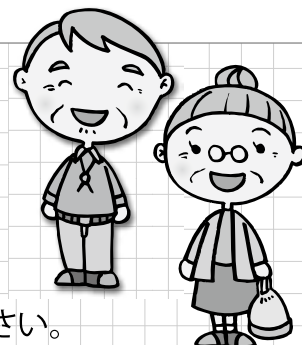


<お問合せ先>

障がい者支援施設 南東北さくら館
生活相談員: 遠藤 英里・会川 由美

Tel 024-968-1017 (生活相談員直通) 024-968-1010 (代表)

その他、ご不明な点・ご質問等
ございましたら、
お気軽にお問合せください。



ワンポイント リハビリ

ヒートショック ～室内温度差の対策～

ヒートショックとは、急激な温度変化により体
が受ける影響です。暖かいリビングから廊下、トイレ、脱衣室、浴室など、温度変化が激しい所
へ移動すると、体の温度変化に対して、血圧を急激に変化させたり、脈拍を速くしたりして対
応するため、脳卒中や心筋梗塞などにつながる恐れがあります。

冬の寒い時期に、暖房のきいた部屋から一歩出るとゾクゾクとした経験がありませんか。
これもヒートショックの一種です。



交通事故死亡者より多い？

ヒートショックで亡くなった人は推定で年間約14,000
人おり、交通事故死亡者より多いとされています。また高齢
者が家の中で亡くなる原因の4分の1を占めています。

ヒートショックの影響を受けやすい人は、65歳以上の高
齢者、高血圧症、糖尿病、動脈硬化症がある人です。肥満傾向
のある人、睡眠時無呼吸症候群のような呼吸に問題がある
人、不整脈がある人も注意が必要です。

また、日本の入浴中の急死者は諸外国に比べ高いとされ
ています。これは、特に日本の木造構造の住宅は、夏の暑さ、
湿気に対応しているため、甚だ冬の寒さには向いていないか
らです。また、タイル張りの浴室(トイレも)はタイルからの冷
気で温度が低くなっています。このような住宅事情もヒート
ショックの原因となっています。

ヒートショック対策は？

温度差が大きいことが原因ですので、できる限り住まい全
体の温度差がなくなるような工夫をしましょう。脱衣室、トイレ
に簡易暖房器具の設置をするとよいでしょう。最近では、す
ぐ暖まる小型の暖房器具も多く販売されています。この際、脱
衣室は温風式を避けましょう。温風による気化熱で体温が奪
われてしまいます。浴室は、浴室暖房の設置や、入浴前に浴槽
のふたを開けておくだけでも違います。

また、入浴の順番を考えるのも必要です。
高齢者や高血圧症等のリスクを持って
いる人はできるだけ一番風呂は避け
ましょう。



お知らせ

総合福祉施設 “総合南東北福祉センター八山田”



利用申込み受付中!

事業所名	定員	担当
特別養護老人ホーム 南東北グランプラス八山田		介護支援専門員: 宗像(一)
長期入所	60名	相談員: 安藤、永田
短期入所	10名	
通所介護 南東北デイサービスセンター八山田	20名	介護福祉士: 渡辺
就労継続支援事業所 ジョブステップ八山田	20名	介護福祉士: 清野
児童通所支援事業所 さくらんぼ		
児童発達支援	5名	介護福祉士: 宗像(悦)
放課後等デイサービス	15名	

お問い合わせは

お問い合わせ時間:8:30~17:00
毎週月曜日~金曜日(祝祭日を除く)

社会福祉法人 南東北福祉事業団
総合南東北福祉センター八山田

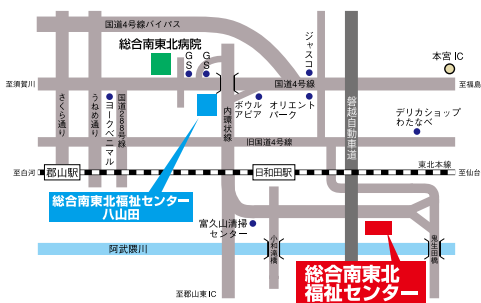
TEL:024-954-8501(代)
FAX:024-925-3288

郡山市富久山町八山田字土布池55-1
E-mail : yatsuyamada@mt.strins.or.jp

日和田見聞録 2015年1月1日発行

■ 発行 / (社福)南東北福祉事業団
総合南東北福祉センター広報委員会
郡山市日和田町梅沢字丹波山3-2 ☎024(968) 1010
E-mail: st.welfare@mt.strins.or.jp

■ 印刷 / 石井電算印刷株式会社



元気レシピ 胃腸の弱い方におすすめ

オールキャベツ



効用

- ・キャベツ特有の成分として**ビタミンU**(別名キャベジン)を含むのが大きな特徴で、**胃腸の粘膜の新陳代謝を活発にする働き**があります。そのため、胃腸のトラブルの強い味方となります。また、**ビタミンUは脂肪肝を予防する働き**があります。
- ・キャベツは**ビタミンC**も豊富です。ビタミンCは**抗菌作用があり、かぜ予防、疲労予防、肌荒れの解消に効果的**です。2~3枚を生で食べると、1日に必要なビタミンCの50%以上を摂取できます。

材料

- (4人分)
- キャベツ..... 450g
 - ひき肉..... 240g
 - 玉ねぎ..... 60g
 - ★ パン粉..... 12g
 - ★ 卵..... 20g
 - ★ こしょう..... 少々
 - ☆ コンソメ..... 2g
 - ☆ 塩..... 2g
 - ◆ トマトピューレ... 40g
 - ◆ バター..... 8g
 - ◆ 小麦粉..... 8g

作り方

- ①キャベツはゆでて冷ます。玉ねぎはみじん切りにして炒めておく。
- ②ひき肉に玉ねぎ、★を入れてよく混ぜる。
- ③キャベツに②をのせてきっちり包む。
- ④平鍋に③を並べ☆と水320mlを入れて煮込む。
- ⑤④の煮汁200mlと◆を合わせてソースを作る。
- ⑥器に④を盛り、⑤のソースをかけ、お好みでグリーンピースをちらす。

ひとくちメモ

~春キャベツと冬キャベツ~

春キャベツ...
葉の巻きがゆるく、葉質がやわらかい。生食が適している。



冬キャベツ...
何枚も重なった葉がしっかりと巻かれ、ずっしりと重い。煮込んでも崩れにくいので、煮込み料理に向いている。