

日和田 見聞録

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
身体障害者療護施設 南東北さくら館
通所事業所南東北さくら館
南東北日和田居宅介護支援事業所
日和田・西田地域包括支援センター(郡山市委託事業)

2010.1

すべては
利用者さんのために



ホームページ
随時更新中!

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

新年明けましておめでとうございます。
平成22年の新春を謹んでお慶び申し上げます。

社会福祉法人南東北福祉事業団に連なる総合南東北福祉センター内の各施設が、今年も無事新しい年を迎えることができましたことは、ひとえに皆様方の暖かいご支援、ご厚情の賜物であると、心よりお礼申し上げます。昨年、各施設とも多くの利用者様のご利用いただくことができました。また市民公開講座や福祉センターまつりを含めた各種行事にも、多くの利用者様やご家族様、地域の方々において頂くことができました。これもひとえに利用者様やご家族様、地域の方々からのご支援、ご協力を頂いた賜物であると深く感謝いたしております。また、勤務する関係スタッフの努力により、十分な福祉施設としての役割を担ったのではないかと自負いたしております。

伊達郡川俣町にある「総合南東北福祉センター川俣」並びに東京都中野区にある日本最大級の保健福祉センター「東京総合保健福祉センター江古田の森」も開設して2年9ヶ月が経過し、初年度の難問を突破し職員の能力が100%近く発揮され、順調な実績をあげております。

さて、昨年は激動の年でした。一昨年に引続き、アメリカ発のリーマンブラザーズ破綻にはじまる世界金融恐慌が吹き荒れる中、オバマ大統領の出現、世界最大の自動車産業GMの倒産など。そして今、この新大統領は次々と早いスピードで処理し最悪の経済状態を脱しておりアメリカ経済も上向いています。日本では昨年の総選挙で民主党が圧勝し、医療崩壊をなくすために、医療費を上げるといったものの財政難で0・19%しか上げられず、少子高齢化での医療費、介護費の財源の捻出は容易ではありません。このような経営環境の中で、私たちは「選ばれる施設」を目指し、今まで以上に利用者様の皆様へより良く満足していただけるようなサービスを提供していきます。

今年も総合南東北福祉センターは、「すべては利用者さんのために」の団是のもと、スタッフ一同引き続き尽力して参りますので、今後ともご指導ご鞭撻をよろしくお願い申し上げます。念頭のご挨拶とさせていただきます。

平成22年 元旦



社会福祉法人

南東北福祉事業団 顧問

橋本 静昌

新年明けましておめでとうございます。

皆様には、平成22年の輝かしい新春をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。当総合南東北福祉センターも皆様の温かいご支援、ご協力をいただき、つつがなく新年を迎えることが出来ました。ここにあらためまして心より感謝を申し上げます。

当福祉センターも開設10年を経過し、昨年はひとつの節目の年でもありました。ここに願いますと希望に燃えて入社した若いスタッフが一人一人の努力が今日の姿に結びついているものと思われまします。しかし、この陰には利用者さんや家族の皆様、それに関係者の方々や地元の方々など多くの皆様からの叱咤激励のあったことを忘れることはございません。

今年も社会の情勢は旧年に増して厳しい状況が伺われます。私達はそんな中、独自の創意工夫で従来以上のサービスの向上を心掛け、団是である「すべては利用者さんのために」を念頭に、これからも「安心、安全」をモットーに努めて参りますので、本年も変わらぬご支援、ご協力をお願い申し上げます。

おわりに皆様のご健勝をご祈念申し上げます。新年のご挨拶といたします。



社会福祉法人

南東北福祉事業団 常務理事

大森 正義



年を迎えております。

これも、偏に皆様のあたたかいご支援、ご協力の賜物と心から感謝と御礼を申し上げます。昨年は、戦後初めての本格的な政権交代が行われ、医療、福祉業界共に大いに期待しているところでもあります。

しかし、日本国内は世界同時不況からの最悪期は脱したものの、景気回復が遅々として進まない中、円高やデフレ等が加わり、所得不安、雇用不安等を抱えたままの年明けとなりました。又、新型インフルエンザの大流行も景気低迷に追い打ちを掛けております。

そう言う中であって、今年も介護職員の処遇改善交付金の支給が見込まれ、職員の定着化と士気の高揚等に繋がるものであります。

又、厚生労働省も介護分野での新たな対策の導入を予定し、離職防止や雇用のミスマッチ解消等に努め雇用創出、拡大による問題解決を目指しており、少子高齢化の進展を見据え、我々の果たすべき役割は大変重要であります。

従って、私共では団是である「すべては利用者さんのために」を基本として、信頼される施設、和やかで安心、安全な施設の更なる充実のため、福祉の質の向上に使命感と責任感を持って、誠心誠意取り組んで参ります。

尚一層のご指導とご支援、ご協力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、新年のご挨拶と致します。

新年あけましておめでとうございます。

皆様には健やかで希望に満ちた新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

当総合南東北福祉センターもお陰様で穏やかな新

特別養老ホーム 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 施設長
訪問介護 南東北日和田ホームヘルプステーション

坂井 貴子



謹んで新年のお喜びを申し上げます。

当福祉センターでは、今年も開設から掲げております「利用者さんのために」を団是とし、利用者様から安全で安心できる、そして信頼される施設作りを目標とし、職員一同一丸となり努力をしております。また、「地域に密着した福祉の拠点」としても活動を継続してまいります。

合言葉は、「日和田町及び西田町と中心として「介護のノンストップ」です。介護に関する相談から、サービスの提供までお任せくださいとお願い申し上げます。

さて、医療・福祉の問題は、国民の命や生活に直接関わる大きな問題です。在宅サービスや施設サービスの需要は年々増加してまいりますが、需要に対し供給は不十分で、その対策が重要検討事項となっております。

その原因の一つに介護職員の処遇問題があり、国は介護処遇改善交付金の交付を昨年決定しましたが、実際の運用等の課題については、今年に引き継がれました。その他にも介護報酬の問題や制度と現状の差等の問題は残されています。私達は、皆様よりいろいろな意見を頂戴し、利用者様の声と職員の声を「福祉・介護の現場の状況」として国に届けて参りたいと思っております。今後とも皆様からのご指導ご鞭撻を宜しくお願い申し上げますと共にご理解とご協力をお願い申し上げます。

身体障害者療養施設

南東北びくろ館 施設長

佐藤 智洋



明けましておめでとうございます。

旧年中は格別のご厚情を賜り、誠にありがとうございました。

おかげさまで当総合南東北福祉センターは昨年10周年を迎えることができました。

現在は、あらゆる業種の企業が非常に厳しい状況に直面しています。私たち職員一同も、「すべては利用者さんのために」という基本に立ちかえって、地道に、ひとつずつ、目の前のできることから取り組んで参りたいと存じます。

今年の干支は「庚寅」（かのえとら）。「庚」の字は更（あらたまる）で、草木の成長が行き詰まり、新たな形に変化しようとする状態を表し、「寅」の字は「動く」の意味で、春が来て草木が発生する状態をそれぞれ表しているようです。10年という一つの節目を経過し、新たな輝かしい未来への一年となることを祈念しながら、私どもの持てる力の限りを尽くして参ります。

今後皆様からのご指導ご鞭撻をよろしくお願い申し上げます。年頭のご挨拶にかえさせていただきます。



さくら館

小旅行

さくら館では、10月末にりんどう湖ファミリー牧場、11月上旬に二本松の菊人形展、中旬にアクアマリンふくしまへ……とさまざまな場所に出掛けました。小旅行は、利用者さんに行きた

い場所を1ヶ所選んでもらって、5〜8人といった少人数で出掛ける旅行です。年に1度の大きなイベントなので、利用者さん達は前から楽しみにされていました。

天気にも恵まれたりんどう湖ファミリー牧場では、馬などの動物と触れ合い、利用者さんはとても感激していました。二本松菊人形展では季節を感じ、大輪の菊の花に皆さん見とれたようです。アクアマリンふくしまでは様々な水槽の中の魚達に癒されてきたようでした。利用者さん達は「楽しかった」「また

行きたいな」と大満足で帰ってきました。

今後はグルメツアアを予定していて、また楽しい旅になれば良いなと思います。

パラリンピック

11月26日に交流ホールでパラリンピックを開催しました。毎年行っているパラリンピックですが、今年は一味違い、昼食時には自分たちで作った畑で取れた野菜を入れた豚汁も振舞われました。

競技の中では、パン食い競争、仮装リレーが、一番盛り上がりました。パン食い競争では、紐で吊るされているパンを口で取り、一目散にゴールを目指す利用者さんや、パンを取ったら「もう満足」とニコニコされている利用者さんもいました。

仮装リレーでは、「お題」に合わせたお面や衣装を身にまとい、ゴールを目指していました。お題の中身は様々で、動物や、一変変わった髪や眉毛を付けるものなど、アイデアに富んだものばかりでした。

のばかりでした。

お昼に食べた豚汁は格別で、「やっぱり運動の後のご飯は美味しいなあ」という声が多く聞かれました。運動の秋・食欲の秋を存分に満喫したようでした。



南東北ライフケア館

紅葉狩りツアー

11月4日(水)に紅葉狩りツアーを行いました。今回の行き先は藤沼湖とバーデン温泉。藤沼湖では「鮮やかに色づいた景色が最高に綺麗だ」と参加者の皆さ



んはとても喜ばれていました。また、すばらしい晴天のもと、湖の公園でお弁当を食べ、「とても気持ちが良い」との声が多く聞かれました。記念撮影のあと、周辺を散策しながら、談笑して過ごしていました。

紅葉を見た後はバーデン温泉に行き、ゆつくりと温泉につかりました。紅葉を見て気持ちも癒され「温泉で更に気持ちも良くなった」と、皆さん大満足の様子でした。帰りの車の中では「ローマの休日のような一日だった」との声が聞かれ、帰宅後は、参加者の皆さんから「よかったです」と拍手をいただき、大変好評だったようです。寒くなってくるこの季節、心と体共に暖まるツアーとなりました。



日和田アイサービスセンター

美術館へ

行きました

11月18日、19日に郡山市立美術館へ行ってきました。美術館に入ると、まず「ロシア」という大きなポスターが目に入りました。その迫力のあるポスターをじっくりと見ながら中へ進んで行くと、女性の美しい人物画や、四季折々の風景画がたくさん展示されていました。利用者さんは絵画を見て「素晴らしい絵だなー」「実際に風景を見ているようだ」と感激されていました。最後に皆さんで大きなポスターをバックに写真を撮りました。

帰りの車の中では「また見に



日和田アイサービスの

行事

12月の行事

7日～12日 足浴
18日・19日 忘年会
21日～26日 ゆず風呂
22日 クッキング

1月の行事

新年会
ひのき風呂
かるた取り



来たいなあー」「すごい迫力だった」など笑顔で話していました。

かりん風呂

11月23日～28日まで「かりん風呂」を行いました。湯船にかりんを浮かべていると、脱衣室までいい香りがしてきました。その香りを嗅いだ利用者さんは「今日は湯船に何が入ってるんだあ?」「何だかいい香りがするなあ!」など話していました。また、かりん風呂に入った利用者さんからは「体が暖まるなあ」「いい香りのお風呂に入れて最高だ」と喜ばれる声が聞かれました。

今後利用者さんに



苗から作る野菜は美味しいんだなあ」といつまでも笑顔で話されていました。

喜んでもらえるような行事風呂を行っていきたいと思います。

クッキングクラブ

11月26日に、クッキングクラブでさつまいもを使ったおやつを作りました。さつまいもは、アイサービスの庭で苗から育てたものを収穫し、調理しました。どのさつまいもも大きく成長しており、美味しそうに見えました。端を切り落として3cmぐらいの大きさに切ってお湯でゆでる、というシンプルな物で、切る作業は利用者さんに手伝わってもらい、盛り付けは職員が行いました。おやつを配ると、あちこちのテーブルから「美味しい!」「もっと食べたい!」「自分たちで苗から作る野菜は美味しいんだなあ」といつまでも笑顔で話されていました。

ノロウイルスとは

ノロウイルスは普通の細菌よりずっと小さく電子顕微鏡でなければ観察できないほどの小さなウイルスで、ウイルス粒子だけでは増えず、人間の生きた細胞の中でのみ増えます。

多く発生する期間

12月～3月頃

<潜伏期間>

- 24時間から48時間
(感染から発病までの時間)

<感染経路>

- 人から人への感染 (飛沫感染)
- 空気感染
- 食べ物による感染
- 貝類による感染
(カキ等の二枚貝、しじみ、ハマグリ、アサリ等)



<症状>

- 嘔吐、下痢、腹痛、発熱で、風邪に似た症状がでます。中には感染しても発症しない人が2～3割います。

<特徴>

- 子供や高齢者は抵抗力が弱いため、重症になりやすく、成人も微量のウイルスで感染するのが今年の特徴です。



<予防>

- ノロウイルスは消毒しても効果がないため、手洗い・うがいが大切です。
- 消毒は85℃以上で1分間以上の加熱が必要で、吐物、ふん便処理時は、使い捨ての手袋、エプロンを着用し、殺菌消毒剤(次亜塩素酸ナトリウム)による消毒を行います。



もし感染したら…

現在、ノロウイルスに効果のある予防薬はありません。対症療法として、脱水症状を起こさないように、水分補給をします。

脱水症状がひどい場合には、輸液を行うなどの対症療法もあります。



相談室より

<ケアハウス> ライフケア館について



12月号の「ケアハウスについて」に引き続き、今回はケアハウス南東北ライフケア館の特徴についてご説明致します。

買物や受診について

受診については、当館～南東北医療クリニックまで日曜祭日を除き、毎日1往復送迎しています。買物は、当館～ジャスコまでを毎週1回1往復送迎致します。その他に、当館に移動売店やパン屋が来所され、買物を楽しむ事ができます。

外出や外泊・内泊について

それぞれ届出をして頂きますが、期間等については特に制限はしておりません。お仕事に出かけることも可能です。ご家族やご友人の内泊も可能で、希望により、グートルームや寝具の貸し出し、お食事の提供も行っております。(有料サービスになります)

行事について

居酒屋など施設内で行われる行事の他、温泉ツアー、紅葉ツアー、グルメツアーなど外出行事も行っております。また、福祉センター全体の合同イベント(夏祭り・文化祭等)も実施しておりますので、他施設の利用者さんとの交流も可能です。

★お問い合わせはこちらまで

【ケアハウス 南東北ライフケア館】

福島県郡山市日和田町梅沢字丹波山3-2 TEL 024-968-1018 (直)

担当：横田(よこた)・小高(こたか)・杉山(すぎやま)

ワンポイントツバビツ

認知症シリーズ③ ～脳を鍛える方法～

今回は、「脳を鍛える」
いくつかの方法を
ご紹介します。



1、エピソード記憶を鍛える

エピソード記憶とは、「昨日の晩ご飯は〇〇を食べた」「おととい妹と〇〇を買いに行った」というように体験したことを記憶して思い出す機能です。



- 日記を書く
- 家計簿や小遣い帳の記入
- 家族団らんの時間に今日一日の出来事を話す

2、注意分割機能を鍛える

注意分割機能とは、2つ以上の事を同時に進行するときの、適切にそれらに注意を配る機能です。



- 歩きながら人と話す
- 料理を作りながら、洗い物も一緒にする

3、計画力を鍛える

計画力とは、新しい事をする時に、段取りを考えて行動する機能です。



- 新しい料理の献立を考える
- 効率良い買い物の順序を考える
- 将棋・囲碁・麻雀などの頭を使う余暇活動

えいようかんり から

～小正月は小豆粥で～

1月は正月が2回あり、1日以降を「大正月」と呼ぶのに対し、15日を第二の正月として「小正月」といいます。

小正月は旧暦の正月の満月の日の名残として、15日が小正月として残りました。

小正月の食べ物は小豆粥がメインで、小豆で厄除け、一年の無病息災を願い、お粥は正月のこちそうで疲れた胃腸を休めるために食べられるようになりました。

小豆は、東アジア原産でたんぱく質が20%を占め、赤い皮にはアントシアニン、ミネラル分も多く含んでいます。

小豆粥は、小豆を洗って、時間をかけてじっくりと煮て九分通り火を通します。

お粥は別に作り、そこに小豆汁を少し加え、煮ておいた小豆を加えて10分ほど煮ると出来上がりです。

みなさんも小正月にやさしい味わいの小豆粥で胃腸の疲れをとってはいかがでしょうか。



日和田見聞録

2010年1月号 / 2010年1月1日発行

発行 / (社)東北福祉事業団
総合東北福祉センター広報委員会
郡山市日和田町柳子丹波山3-2 ☎024(988)1010
E-mail: web@fukushi.or.jp

印刷 / 石井電算印刷株式会社



元気レシピ 大腸に効くレシピ

味わいみる たたきごぼう

効能

ごぼうは根菜の中でも**食物繊維**の含有量が高く、**大腸がん**や**動脈硬化**予防に効果を発揮します。また、ごぼうに含まれる**イヌリン**は**腎機能**を高め、**利尿効果**があるとも言われています。さらに**リグニン**と呼ばれる栄養素は消化吸収されずに便の量を増やして腸の蠕動運動を活発にするので**便秘**を防ぐ働きもあります。



★材料(4人分)★

ごぼう……………2本	} A	白ごま……………大さじ3	} B
だし……………1カップ		酢……………大さじ2	
砂糖……………小さじ2	}	しょうゆ……………小さじ2	}
塩……………少々		塩……………少々	
しょうゆ……………小さじ2			

★作り方★

- ①ごぼうは12cmに切り、酢(分量外)を加えた湯で7～8分ゆで湯をきる。
- ②軽くたたいてひびを入れ、3～4cmに切って手で食べやすい大きさにさく。
- ③なべにAと①を入れて、汁けがなくなるまで煮て冷ます。
- ④Bをまぜ、②を加えてあえる。
- ⑤できあがり!!

※ゆで時間は自分の好みの固さになるように時間を調節して下さい。

ごぼうは食べ物ではない!?

ごぼうを食用にしているのは韓国とわが国だけで、中国などでも食用ではなく**解毒**、**解熱**、**鎮咳**などの薬として使っている程度なのです。

ごぼうは皮と身の間に薬効成分やうまみを含んでいますので、むかずにタワシでこする程度にしましょう。また薬効成分は切り口に発生する性質があり表面が多くなる「**ささがき**」がおすすめです。