



ニューズレター あすか

2007
8月号

通算 173号

2007年8月1日



口腔機能向上の体操を、みんなでしました

今年も恒例のあすか研修会を6月17日(日)西区民文化センター 大会議室で行いました。当日の出勤者を除く、約100人が参加し、1年間に取り組んだことについて発表しました。

今年のテーマは「積み重ねる」

これは、知識をつみ重ねる、技術をつみ重ねる、経験をつみ重ねる・・・私たちが仕事や学習を通じて得たものを個人として、また事業所としてしっかりと身につけ、その上につみ重ねて常にレベルアップを図ろうということです。発表の内容は以下のとおりです。

7
19

テーマ
「基礎を固めて積み重ね
固めて 重ねて つみ重ね」

19

【事業所報告】

平成18年度の品質目標の達成度・評価
平成19年度の品質目標の取り組み

【改善活動コンテスト】

【報告発表】

・シヨートの職員受け持ちフロアを
固定して

・生活リハビリのすすめ
・体力測定データの管理について
・フットケアの現状報告

・「つどいの家」新設後の経過
・事業所における食品の衛生管理

・「野ばらの」一日の過ごし方
・センター方式と認知症ケア

・口腔機能向上プログラムの実施状況
・「要支援者」に対するセルフケアプログラムについて

・禁煙外来の一年間の報告

【委員会報告】

【ISO 9001について】

【防災について】

【倫理・法令遵守・利用者のプライバシー
保護について】

今回で7回目ということもあり、パワーポイントを使つての発表も手馴れてきました。簡潔明瞭にそれぞれの持ち時間内に発表し、また会場からの質問も活発でスムーズに進行しました。教育委員全員が力を合わせ、多くのことを学ぶことができた研修会ができたことをうれしく思っています。

教育委員長 三原千春

【ページ】

【目次】

1. 研修会の報告.....2
2. おもしろきかな我が人生
～増田 武夫さん～.....3
3. あすか事業所だより.....4
4. あすか事業所だより.....5
5. 私たちが作りました！
6. 委員会だより6
7. つどいの家運営推進会議
8. あすか8月のロードショー
9. 若竹句会 6月作品抄7
10. あすか交流会のお知らせ.....8



念ずれば

花ひろく

書道参加のご利用者様作
カレンダー

「平成19年度 運動器の機能向上 実務者養成研修」について

作業療法士 藤井優子

5月12日(土)に南区の広島健康福祉センターで開催された「平成19年度 運動器の機能向上実務者養成研修」にリハビリ担当のまやるちよーく藤井、田村としゆりあちよーく松本、高垣の4名が参加しました。

実りのある研修内容だった為、6月21日(木)17時~18時30分あすかホールにてその伝達講習会を行いました。45名の職員が参加しました。その内容についてご報告します。

介護予防の基本

Key word 閉じこもり防止

外出する機会が増えることで、自分の身なりに気を配るようになり、「歯を磨こうかな」と口腔ケアを始めるきっかけにもなります。また、家や施設に閉じこもらない生活を送るには、「歩いて移動できる」「能力が必要でず。車椅子では、地域への外出に制限が生じる為、自宅や施設に閉じこもりになりやすいのです。」「歩いて移動できる」「能力を向上させるには、便利だからといって、車椅子に頼るのではなく、毎日散歩をする習慣をつける等、

「歩く練習」を積極的に取り入れていく必要があります。



『第7回ひろしま

転倒予防セミナー』に参加して

作業療法士 河野京子

7月1日(日)に広島医師会館で開催された『第7回ひろしま転倒セミナー』に安全委員から4名が参加し、他施設の転倒・転落防止の取り組みについて聞くことができました。

多くの施設で取り組んでいた事は

転倒しやすい利用者を把握する為に、転倒スコアアセスメントシートを活用する。
事故を未然に防ぐ為に職員の意識向上を図る。

迅速に対応するためにナースコール等を工夫する。

といった事でした。

また、転倒予防には次の2つの事の必要性も言われていました。

転倒しない筋力を作る事。
脳の働きが衰えると注意力が低下し、転びやすくなる為、脳力アップを行う事。

そこで今回のセミナーで発表された中から脳力アップの為のクルクル指体操をご紹介します。簡単な体操ですが、実際にMRIで脳が活動しているのを確認したそうです。

クルクル指体操

両手の指を全てくっつけたまま親指から順に指を回していく運動です。

目的 指の協調性と巧緻性を高めます



5本の指先を合わせましょう。手と手の間にドームができるように柔らかく合わせて下さい。



親指から順々に指をクルクル10回程度づつ回転させましょう。その際、他の指が離れないように注意して下さい。

©慶友脳倒骨折予防医学センター

脳の働きが衰えると注意力が低下し、体をコントロールすることも難しくなり転びやすくなります。また、日常生活を送る上でも脳の活動はとても重要です。運動は体だけではなく頭を働かせ認知症の予防効果も期待されます。

全身運動や手指の運動で脳力も鍛えましょう。

まやるちよーく
ますだ

増田

たけお
武夫さん



おもしろきかな我が人生



大正4年11月30日生まれ(91歳)

「備後名物『乳団子』
の菓子職人でした！」

お住まい...安佐南区緑井

趣味...昔は野球(現在は時代劇、
特に「水戸黄門」が大好き)

各地を転々とした戦時中

私は庄原市中心部で生まれ、父は警察官だったため、農業をすることはなかった。勉強も遊びも好きな子供だったよ。父の転勤で呉市に移り住み、私も呉の海軍工場に勤めていたが、戦時中だったもので召集がかかったり、その後国鉄に勤務したり...戦争で各地を転々と、仕事もあれこれ変わったよ。私は現在91歳じゃけえねー、50〜60年前のことはよう憶えとらんよ、ハハハ。

26歳、お見合い結婚

S16年26歳の頃、知人の紹介で...いわゆる見合いじゃの。あの当時はのー、相手のことをいいも悪いもなく、1回会っただけで結婚したもよ。子供が生まれてからじゃの、夫婦としての実感があつたのは、子供は5人儲けたよ。どんなお父さんだったかって?やさしいお父さんだったと思うが(笑)。厳しく叱ったりはせんかったような気がするねー。

「乳団子」の開発

戦後は庄原に戻って、和泉光和堂で菓子職人として働き始めたんよ。その前に岡山で修業をしていたこともあり、岡山のきび団子をヒントに新商品の開発にも取り組んだ。そして誕生したのが、備後名物の「乳団子」。牛乳を使用した団子で、当時は斬新だったかもしれんね。もちろん

乳団子だけじゃなく、饅頭なども製造していたから、節句などの繁忙期は徹夜することも珍しくなかった。忙しくて休みもあまり取れんかったけえねー旅行も近場しか行ったことがないよ。菓子職人として後半は、後輩の育成にも力を入れていた。職人を育てるのも大事な仕事じゃけえね。菓子作りは技術が必要で難しいんよー。何年やれば一人前というわけではなく、人それぞれ素質も違え、判断するのも難しい。気が付いたら70歳過ぎるまで、菓子職人ひと筋でやってきたよ。



▶50才頃、ダンディーな増田さん

広島での新生活

7年前に妻が他界し、その後私も病に倒れ入退院を繰り返していたが、2年前に庄原を離れ、緑井に住む長男夫婦と同居することにした。広島

での生活は戸惑うこともあるが、家族の勧めでまやるちよーくに通い始め、少しずつ慣れてきているよ。足腰も弱くなったけえ、まやるちよーくでは毎回リハビリを頑張っているよ。何度も言うがもう91歳じゃけえねー、100がそこまで見えとるよ(笑)。まあぼちぼちやっていこうかね。



▲80才頃、娘さんの自宅前で

いつも温和でニコニコ笑顔の増田さん。まやるちよーくのイベントでよく利用者代表の挨拶をしていただきますが、その時はキリリと精悍な顔つきになり、堂々とこなしてくださいませ。私も県北生まれですので、増田さんが乳団子の開発者として知り興奮しました。ふと思いついて食べたくなる、長く愛されているお菓子ですね!

まやるちよーく 富永さゆり

優勝のカラオケチーム



のび自慢大会

まやるちよーく

6/22



男らしかったで賞の高畑さん

チーム対抗の自慢大会！姉さんかぶりのリハビリチームは「茶摘み」、麦藁帽子のカラオケチームは「北国の春」、フットケアチームは笑顔で「草津節」、凛々しいハッピー姿のやるちゃんチームは「ドンパン節」をそれぞれ振り付けて、熱唱されました。緊張気味だった方々も、いざ本番となれば歌も振り付けも大成功に終り、大熱唱・大爆笑（??）で楽しいひと時を過ごす事ができました



おいしそうならし寿司！

つどいの家では、天気の良い日にはよく「近所を散歩します。地域の方に出会ったらこちらから挨拶をします。散歩をしていると、どの家も花や緑が多いことに気がきます。季節によって咲く花も違うので、いろんな景色を楽しむことができます。先日、昼食にちらし寿司を作りました。「私が人参をのせたらあなたに渡すけえね」などと、皆さん一緒になって盛り付けられました。はじめは酢飯だけだったお皿がだんだんと色鮮やかな、ちらし寿司に変わっていきます。自分たちで作ったお寿司は格別で、一層おいしくいただきました。

つどいの家



天気の良い日のお散歩は気持ちいい！

野ばら

野ばらでは、下肢の機能訓練と気分のリフレッシュを図るため近くの公園へ散歩に出かけます。「昔はシロツメグサを摘み首飾りを作ったり、四つ葉のクローバーを探したよね。」と、あまりの気持ちよさに「さけけは、ののめ、ののめ、ののむ、ののむ、なぐらうば」など踊りを踊りながら歌を歌ったり、夏も近づくと、八十八夜、トントンなど手遊びが始まったり、利用者オリジナル体操が始まったりと外でも、話しながら花が咲きます。

雨の日は、室内でゲームやりハビリ体操・ボール体操を行い、最近暑いので、外出は控え室内でストレッチを行っています。床からの立ち上がり・腰痛体操などご利用者様オリジナル体操など含め楽しみながら全体を動かしています。横になる気持ちよさでつつい...ウトウト...と眠りそうになるご利用者様も...



セーラー服姿の豊島様

カラオケ大会

ショート

6/24

カラオケ大会では、日頃のカラオケで練習した自慢のものを披露されました。「ふるさと」、「われは海の子」、「北国の春」、「天地越え」、「お富さん」、「天城越え」など聴きなれた曲には、皆さん自然と手拍子され大きな声で歌われていました。

また、普段のカラオケと一味違い、スタッフとご利用者様が仮装した「花嫁・女学生・にわとり」が登場し、みなさんの大爆笑をさそい会場を盛り上げました。最後に六月のジューン・プライドにちなんだ「瀬戸の花嫁」をご利用者様と共に熱唱し、楽しいひと時となりました。

のび自慢大会

団体は3組出られ、おそろいの帽子に手作り衣装で楽器を手に「うさぎとかめ」を歌われる園芸グループの皆さん。

リハビリグループは「あめふり」を歌われました。その歌に合わせて小芝居をするスタッフに「よっ！しゅりあの吉本！」などご利用者様から歓声が上がりました。

コーラスグループは、手持ちの歌詞に「赤いはまなすの花」、胸元には「白いはまなすの花」を飾り小竹先生のピアノ伴奏により「知床旅情」をしっとり歌われました。

出演者の皆さんは何日も前からこの日の為に猛練習！また、個人では4名の方が歌われ、朝の送迎車内で歌の練習をしたり、自分なりの演出の仕方を考えたりと意欲的に参加されていました。「恥ずかしい」と言いながらも、いざマイクを持つと、皆さん歌手顔負けの熱唱をされました。「ご利用者様からは「楽しかったわぁ！」「こっやって皆で頑張るのも良いもんだね」「また、次の時までにしっかり練習しておかなくちゃ！」などのうれしい声を頂きました。



▶ 「大井追っかけ音次郎」

▼ コーラスグループの皆様



アンパンマンシリーズを 私たちが 作りました!



吉田 フサコさん
...「食パンマン」



天野 田鶴子さん
...「ドキンちゃん」



山本 サカエさん
...「アンパンマン」「バイキンマン」「カレーパンマン」

まやるちよーくのタイルモザイクメンバーさんたちが制作した「アンパンマンシリーズ」。1作品につき約1ヵ月程度かけて、この度全作品が完成しました。細かい部分まで丁寧に、アニメ・アンパンマンのキャラクターたちが、可愛らしく仕上がりました。この作品は、当院小児科に飾らせていただく予定です。来院されるお子さん達の緊張感を、きっと和らげてくれることと思います。

委員会だより⑤

今月の委員会の紹介は

車両事故防止チームです

あすかではまやるちょーく、しゅりあちょーくのデイサービスをはじめ、シヨーステイやつどいの家でも自宅と施設の間の送迎を行っています。ご利用者様を安全にお送りできるようあすか職員全員で取り組んでいます。車両事故防止チームは事故を防止するよう活動しています。

職員全員で毎朝の朝礼で運転スローガンを唱和し、安全運転するよう緊張感を持って運転に発しています。合わせてマナーの良い運転をするようにしています。

ご利用者様が乗車中に急変された場合、迅速に対処出来るよう対応・連絡体制のマニュアルを整備しています。

毎日、運転前にはブレーキ・ウインカー・シートベルトが正常に機能するかの確認をしています。車内の掃除やワックスがけ、タイヤの溝やオイル量の点検を定期的に行っています。

冬季、積雪や凍結の恐れ等のある場合「雪の日の送迎手順」に従って安全な運転を心がけています。

今後も、事故防止に努め、安全でマナーの良い運転を継続できるように活動していきたいと思っています。

車両事故防止チームリーダー 向井 芳郎

第1回 つどいの家運営推進会議

5月25日(金)に「つどいの家運営推進会議」が開催されました。構成員は介護保険法に基づいて理事長が就任依頼された地域の民生委員、地域包括支援センターの職員、居宅介護に知見を有する方、ご利用者様、ご家族の計5名の方々です。あすかからは、理事長及びつどいの家管理者兼ケアマネージャーの向井、ケアスタッフが1名が参加しました。議題は、運営推進会議の設置目的・運営推進会議規程の案の説明があり承認されました。 つどいの家の運営報告 推進委員からの評価・要望・助言

「一般の老人施設は受身になっている。こんなふうには、家と同じようなことが出来るのはいいと思う。予防になると思う。また、仲間作りが出来ていいと思う。」という評価をいただきました。

あすか

8月のロードショー★ 【フラガール】



あらすじ

昭和40年代、福島県の炭鉱町に誕生した常磐ハワイアンセンターにまつわる実話を基に、フラダンスショーを成功させるために奮闘する人々の姿を描いた感動ドラマ。

この映画は しゅりあちょーくで8/3日(金)

シヨートステイで8/5(日)

まやるちょーくで8/6(月)・7(火) に上映します。

各事業所では上映する映画についてのアンケートを実施中です。皆様のご希望により新しい映画もどんどん上映していきます。各事業所のシアター開催曜日は下記の通りです。

しゅりあちょーく	まやるちょーく	シヨートステイ
毎週月・火・金曜日	毎週月・火・金・土曜日	毎週日曜日

若竹句会六月作品抄



信廣高陽 選 (平成十九年)

新緑に 若き青春 目に浮かぶ

山縣 龍三

〔寸評〕新緑は、語感の上からもさわやかな景色を連想させる言葉です。作者は明るい初夏のひかりの下、すべてがまさに夏来たるといふ思いから青春時代を思い出したのでしょう。

雲切れて 新緑映ゆる 四方の山

花北 乃里

〔寸評〕雲の切れ目の陽光と初夏の目覚めるような若葉の緑との調和をうまく詠み上げた一句。

筒や 一つのまにやら 背くらべ

河野 一枝

〔寸評〕一読して筒から若竹に成長する速度が極めて速いことを詠ったものと解ります。「背くらべ」の描写がうまい。

老いの身に 衣替出来 空は晴れ

常広 信枝

〔寸評〕歳を取っていると、冬より夏へ時節の衣服に替えることは大変なことです。でも作者は人並みにこれが出来たという。そして身も心も軽やかになったという二重の喜びが、下五の「空は晴れ」で遺憾なく發揮されています。その意味からも上五の「老いの身に」は、「人並に」としたい。

風薫る 田舎の空に 鯉泳ぐ 中谷 明子

〔寸評〕夏の南風が水の上、緑の上を渡って匂うような爽やかさを「風薫る」といいます。「鯉泳ぐ」は五月の鯉鱒ではなく、ダムなどに沢山の鯉鱒を結びつけて空中を泳がせる観光用のものとみました。ならば「鯉泳ぐ」は、鯉の列にした方が解り易いと思います。中七の場所ははっきりと特定した方が俳句が生きてきます。添削句「風薫るダムの空には鯉の列」



若葉して 権現山の 多宝塔

西 富枝

〔寸評〕しゅりあちよーくの窓から見た権現山の初夏の一景。若葉の緑と真赤な多宝塔とのとり合わせが成功。赤とか緑とかの色そのものを表現しないで、色を読者に塗りせる技法もよく使われます。

更衣 日々暖かく さわやかに

大北 政子

〔寸評〕冬服を夏物に替えるという気軽さも手伝って、更衣の快さをありのままに一句に仕上げたもの。

母の日や 宅急便の 桜鯛

粟根 年雄

〔寸評〕「桜鯛」は桜咲く頃、産卵のために集まる鯛のこと。瀬戸内海が名産。鯛は海魚の王者であり、桜は日本の代表的な花だから、この二つを結びつけた桜鯛は華麗豪華なもの代表者としての重みがあります。母の日の贈り物としてはこの上なく、宅急便に「ときも早く」という作者の気持ちも乗り移っているようです。「季重ね」は、母の日が重点としてはっきりしていますので許されると思います。

早春の 路地いっばいの 文字遊び

伊木 幹枝

〔寸評〕「早春」は立春後しばらくの間。何やら春めく感じをいだかせる万象の姿。作者は「路地いっばいの」「子どもの」「文字遊び」に早春をみつけたのです。一緒にあって手ほどきしたんじゃあないでしょうか。

選者 吟

すかんぼの 音は健在 背丈ほど

信廣 高陽

(中)「すかんぼ」は酸葉(仲春の季語)

第49回 あすか交流会のお知らせ

日時：平成19年7月21日(土) 13:00～15:00
 場所：あすかホール(神宮山壱番館2階)
 テーマ：「地域密着型サービス」について

第49回あすか交流会を7月21日(土)午後1時から、あすかホールで開催致します。主なテーマは「地域密着サービスについて」ですが、日常の介護に役立つ情報も盛りだくさんに紹介させていただきますので、皆様ぜひご参加ください。

前回のあすか交流会での皆様のご感想を一部ご紹介させていただきます

- ・参加していろいろな方の話を聞いて大変満足しました。
- ・皆様それぞれに介護されている状態が分かってよかったです。自分だけではなく、まだまだご苦労されている様子がお話し合いの上で分かり参考にさせていただきます。
- ・今後ともできる限り参加して事例の話聞いて介護の参考にしたい。
- ・初めて参加しました。いつも自分の都合で欠席ばかりしておりました。いろいろ気持ちが楽になることがあり、今後は優先的に参加していこうと思います。お互い胸に秘めて悩んでいることを口に出して言うと、気持ちがスーっとしました。

今回の交流会も交流の場を設けていますので、多くの方々のご参加を心よりお待ちしております。

CS委員長 今中峰三子



医療法人あすかの理念・3S

～当法人はISO9001の認証施設です～

1. **Specialist** (専門家): 職員は、医療、看護、介護の専門家(Specialist)としての誇りを持ち、実力を高めていくよう努力を続けます。
2. **Sympathy** (共感): 職員は、患者様と利用者様の人生全体を支えるためにその思いを共感し(Sympathy)必要なサービスを継続的に提供します。
3. **Safety** (安全): 職員は、患者様と利用者様の健康と安全(Safety)に対して細心の注意を払います。

【編集後記】

「私たちが作りました」ではタイルモザイクメンバーさんによるアンパンマンシリーズをご紹介しました。とても細かい仕上がりで是非、カラーページでかわいいアンパンマンの仲間達を皆様に見てもらいたいと思えました。小児科に受診されるお子さんたちにも喜ばれそうです。

のど自慢大会は、当日の熱唱ぶりをお伝えできたのでは?でも当日の晴れ晴れしい姿だけではなく、それまでの影の努力にも脱帽します。

発行元：医療法人あすか

(編集：浜本 正美・富永 さゆり)

住所：〒731-0103

広島市安佐南区緑井2丁目12-25

ご相談はお気軽に
 あすか居宅介護支援事業所
 082・830・5177
 高橋内科小児科医院
 082・879・3143
 あすか通所介護事業所 まやるちよーく
 082・870・3800
 あすか通所介護事業所 しゅりあちよーく
 082・830・0552
 あすか短期入所生活介護事業所
 082・870・6700
 あすか訪問介護事業所 みどりの木
 082・830・5177
 あすか福祉用具貸与事業所
 082・830・5177
 あすか小規模多機能型居宅介護事業所 つどいの家
 082・870・6704
 あすか通所介護事業所 野ばら
 082・830・0552

“ニューズレターあすか”は当法人のホームページ上でも見ることができます

<http://www.asuka-net.or.jp>

高齢者の在宅療養を支援します