

2010

Vol. **9**

JAPANESE RED CROSS
SOCIETY FUKUOKA
PREFECTURAL CHAPTER
THE SPECIAL NURSING HOME
HOUJUN



豊かな樹・豊寿園





特集1 シリーズ

あなたと向き合った日々

ご家族様の介護体験を教えていただくため、今回は荒木介護長が直接インタビューを行いました。今回、インタビューに応じていただいたのは入所者ご家族様の後藤恵美子さんです。



インタビューに応じてくださった
後藤恵美子さん

荒木介護長（以下 荒木）：介護に携わるきっかけ等をお話いただけますか？

後藤さん（以下 FA）：母は90歳まで家事や犬の散歩をするほど元気だったのに、自宅の階段で転倒したんです。急性硬膜化血腫でした。病院に入院しましたが手術はしませんでした。リハビリを頑張ってもらったけど、歩ける様にはなりませんでした。

荒木：それから他の施設に入所されたんですね。

FA：家から往復4時間かけて通うのがとても大変でした。それと他の家族にも気を使いました。自分があんまり面会に行けないから…。その施設の職員にも気を使いました。母がベッド柵を抜いて投げたり、他の居室へ入ったりするんで…。

荒木：認知症の症状に戸惑いや苦労はありませんでしたか？

FA：知り合いの医者から教えてもらったり、知人とか地域の人達から話を聞いててね、面会も重ねるごとにすごい勉強になりました。

荒木：1人で不安を抱え込まないで、多くの方々と話ができたことで安心につながっていったんですね。

FA：皆、施設を誤解してると思います。姥捨て山みたいなイメージがあるみたい。入所することは恥ずかしいことなんか何もないのよ。私、母がその施設に入る前の3日間だけ面倒みたことがあるんです。もう大変！他に何にもできない！眠れないし…。自分達だけで面倒みようなんて無理ですよ。

荒木：お仕事をされながら、認知症のお年寄りを介護するのは難しいですよね…。

FA：私ね、「あなた4人も兄弟が居るのに面倒みれないの？」って、介護したこともない人に言われたことがあるんです。ものすごく悲しかった。だから私、豊寿園のパンフレットを持っていて、他の知人にも入所をすすめているんです。皆に教えてあげないとダメ。ほとんどの方が施設ってどういう所なのか知らないだもん。私、母を豊寿園に預けることができて本当に安心しています。

— 今回インタビューに応じていただいた後藤様は、当園に毎週面会に来られており、お母様の日常の変化や様々な情報を介護職員に提供して下さる等、ご本人様の介護に大変ご協力いただいています。 —

貴方の介護体験を教えてくださいませんか？

インタビューを受けても良いという方がいらっしゃいましたら豊寿園生活相談係までご連絡下さい。



今回の聴き手：荒木介護長





特集2 シリーズ

介護一口メモ

唾液の分泌で食欲増進！

食物が口の中に入ると、咀嚼（そしゃく=かむこと）運動とともに、唾液の分泌が始まります。唾液の作用はいろいろありますが、中でも大切な作用は「絶えず口の中を流れて、歯や粘膜の汚物を洗い流し、細菌の繁殖を抑え口腔内を清潔に保つ」ということです。

唾液が作られるところは、唾液腺（だえきせん）と呼ばれ、耳下腺（じかせん）、顎下腺（がっかせん）、舌下腺（ぜっかせん）という大きな唾液腺の他にも、口腔粘膜のあちこちに小さな分泌腺が分布しています。

今回の介護一口メモでは、咀嚼運動に欠かせない唾液の分泌を促すマッサージのポイントをお伝え致します。ご自宅で介護をしている方で「最近食事量が減っているな・・・」と感じた時などにお試し下さい。

じかせん
耳下腺



親指を耳の後ろに、残り4本の指を軽く閉じて手のひらをほほにあて、うしろから前にむかってまわす。

がっかせん
顎下腺



親指であごの骨の内側のやわらかい部分を、耳の下あたりからあごの下まで順番に押していく。

ぜっかせん
舌下腺



両手の親指をそろえて、あごの下から突き上げるように、ゆっくりグーッと押す。

資料提供：「お口の健康を守る！」<http://www.nao-2004.com/tankenkai/>



華麗なる川柳への道

読者であるご家族さまから川柳を投稿いただくこのコーナー、今回のお題は「秋」です。今回もたくさんの力作が寄せられました。見事大賞に輝いた方には豊寿園から記念品を贈呈いたします。

<p>大賞</p> <p>秋空も おんな心も わかりません 匿名希望</p>	<p>食べすぎも なんでもかんでも 秋のせい 匿名希望</p>	<p>秋探し お腹がなるなる 食介中 匿名希望</p>	<p>行楽季 ふところさみし 秋の風 匿名希望</p>	<p>ススキの穂 ひそかにゆれる 庭の中 利用者ご家族様</p>	<p>暑き秋 メランコリック 止めていく 利用者ご家族様</p>
---	---	---	---	--	--

食欲の秋と言いますが、今回の作品にも食に関するものが多く見受けられました。その中でも大賞の作品は猛暑が続いた今年の夏から秋にかけての季節の移ろいをおもしろおかしく表現していただきました。次回のお題は「年金」です。皆さんの力作をお待ちしております。投稿用紙は園内に設置しております。

豊寿園トビックス

豊寿園のホームページができました

この度、豊寿園のホームページが完成しました。目指したのは“老人ホームらしくないホームページにすること”。この広報誌「豊かな樹」とあわせて豊寿園の今をお伝えしていきます。是非一度アクセス下さい。

ホームページアドレス <http://nissekihoujuen.jp>

平成22年度第2期の特養入所申込締め切りが迫っています

平成22年12月1日～平成23年5月31日までの北九州市内特別養護老人ホーム利用申込の締め切りは10月31日までとなっています。お近くの方などで特別養護老人ホームへの入所を必要とされている方がいらっしゃいましたらお声かけ下さい。

特養ご入所者様のインフルエンザワクチン予防接種を行います

特養ご入所者様のインフルエンザワクチン予防接種を10月下旬頃から行います。接種同意書をご家族様へ郵送いたしますので、早急にご返信下さい。接種の意向確認がとれた方から嘱託医と相談の上、随時接種を行います。

実習生の受け入れを行います

【啓知高等学校 介護福祉科】

10/12～10/22、11/8～11/19 両日とも3名

介護職員の制服が変わりました！

ご面会の際にお気づきの方もいらっしゃるかと思いますが、この度介護職員の制服をリニューアルいたしました。

見た目も気持ちも心機一転して介護に取り組めます。

制服SNAP

さわやかな笑顔
Price ¥0

名札を文字が大きく、遠くからでも一目で分かるものに変更しました。
Price ¥500



ピンクの他に、グリーン、ホワイト、ブラックなど各種あります。
Price ¥6,900

kawaguchi aoi
職業 介護福祉士

ikura hiromi
職業 介護福祉士

資質向上に取り組んでいます！

豊寿園では、職員の資質とサービス向上のために職場内研修に力を入れています。今年度後期は下記のとおり研修を計画しています。

月	研修名	対象者
9月	緊急時の対応	介護職員
10月	感染症・食中毒	全職員
11月	介護保険	全職員
12月	身体拘束・虐待防止	介護職員
1月	リスクマネジメント	全職員
2月	プライバシー保護	全職員



救急法講習(4月)の様子



豊寿園アルバム

園内行事等の模様をお伝えしていくコーナーです。
今回は7月から9月までの園内行事です。

～ 短冊に願いをこめて ～



7月6日に新門司保育所の園児との七夕交流会が行われました。ショートステイやデイサービスのご利用者様も交え、園児達と楽しく笹に飾りつけをしました。園児達の『たなばたさま』のかわいい歌声に、笑顔があふれ、和やかな時間を過ごすことができました。

～ 幸せそうな笑顔で買い物 ～



7月21日に園内での買い物を行いました。パンやプリンの移動販売から、ご利用者様が商品を選び、ご自分で支払いを行いました。お店の方との会話も弾み、ご家族様へのおみやげを買われる方も多く、とても和やかなひと時が過ぎました。

～ 夏祭りを行いました ～



8月7日に夏祭りを行いました。猛暑にも関わらず多くのご家族様に参加していただきました。夕食会の後、カキ氷やヨーヨー釣りなどの出店、太鼓の演奏、そして最後にナイアガラの花火を楽しみました。ご利用者様、ご家族様から大きな拍手と笑顔をいただきました。

～ シルバー文化祭に参加しました ～



今年度も門司区社会福祉協議会が主催する「門司区シルバー文化祭」にご利用者様の作品を出展しました。今年度も渡邊機能訓練指導員と垣上CWが中心となり昨年を上回る作品が完成しました。



製作風景

また、開催当日にはバスハイクを兼ねて会場まで出展風景の見学に行きました。皆さんは他施設や地域の方々の作品を見て、「今度はこういうものを作ってみようかしら」と新たな創作意欲を掻き立てられたようでした。

～ 祝 敬老の日 ～

9月20日敬老の日にあわせて、「敬老の集い」を行いました。今年度は喜寿の方3名、米寿の方4名、100歳超の方1名に祝状の贈呈を行いました。また、家族会からはご利用者様お一人ずつに居室に飾るボードが贈られました。

式典の後には、“ピリアロハ”の皆さんによるフラダンスを楽しみました。

また、当日は地域交流イベントとして昨年度に引き続き「一日園長体験」を行いました。今年度は松ヶ江北小学校から3名の女兒に一日園長を務めていただき、祝状の贈呈や祝辞など行事の中心を担っていただきました。3名の一日園長さんからは「とても緊張したけど、良い体験ができました」との感想が聞かれ、最後に職員の前でこの体験を通じ感じた事をまとめた標語を発表してもらいました。これらの様子は翌日の毎日新聞にも掲載されました。



職員との記念写真

一日園長標語

- 咲いている 優しさの花 心の中に
 - ありがとう 明るい挨拶 いつまでも
 - 皆さんの 笑顔たくさん ありがとう
- 平成22年度一日園長 作



記念品を受け取られる様子



ピリアロハの皆さんによるフラダンス



もっと どっどクロス!計画

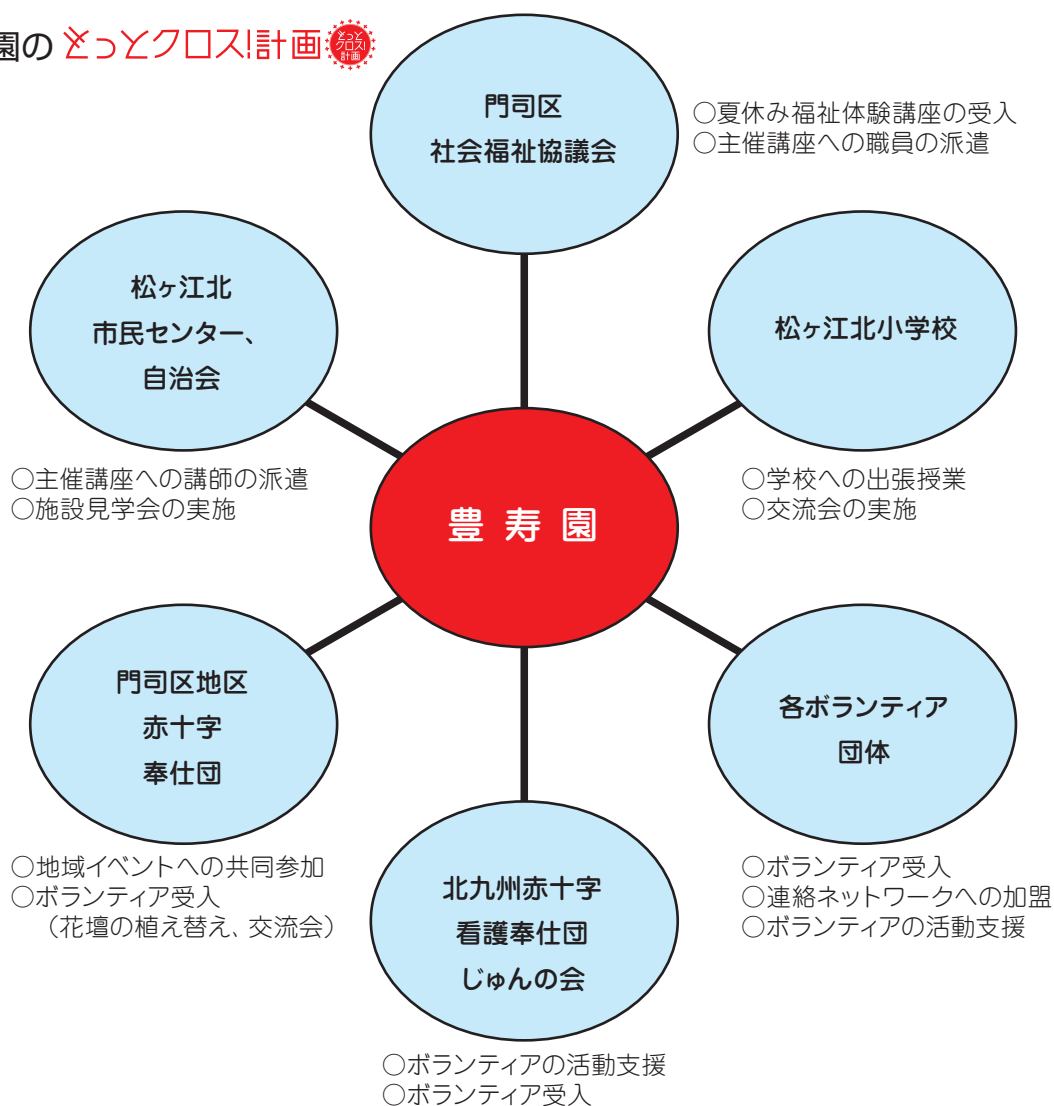
どっどクロス!計画とは？

“赤十字を**もっと**身近に感じてもらう”、“赤十字の活動を**もっと**多くの人に知ってもらう”という日本赤十字社の全社的な取り組みです。

日赤豊寿園におけるどっどクロス!計画とは？

赤十字として、その事業内容や取り組みを広くご理解いただくことを目的として、また、地域における福祉施設として地域の方々への貢献を目的として、赤十字・豊寿園のもつ様々な機能を活かした取り組みを行っていきたく考えています。つまり、地域における身近な赤十字、アンテナショップを目指しています。地域での研修や施設見学などをご検討の際には、是非、日赤豊寿園にお声かけ下さい。

日赤豊寿園のどっどクロス!計画





豊寿園の地域の方々との交流の様についてご紹介するこのコーナー。
今回はこれまでの取り組みも併せてご紹介いたします。

～ 夏休み福祉体験講座 ～



夏休み真っただ中の7月30日に小・中学生の子供たち39名が門司区社会福祉協議会が主催する福祉体験講座に参加するため豊寿園に集まりました。施設内の見学や、車椅子の操作、福祉用具に触れ驚きや関心の表情で一日を過ごしていました。また、レクリエーションに参加し、ご利用者様もかわいい子供たちにいつもより笑顔が多く見られました。今回で3回目の体験講座受入となりましたが今回は認知症サポーター養成講座キャラバン・メイトである秋山介護長より認知症の講座も行ない、参加者全員が認知症サポーターとなりました。この小さな手が、認知症の人を助ける日が来るはずです。

～ 第2回 松ヶ江北小学校交流事業 ～



7月21日松ヶ江北小学校にて認知症についての出張講座を行ないました。授業ではまず認知症の記憶障害など基本的な知識を学び、次に道に迷っている認知症高齢者を見かけたときにはどう対応するかについて高齢者に扮した当園職員とのロールプレイを通じて学んでいただきました。ロールプレイに参加した児童らは、照れながらもしっかりとおばあちゃんの手を握り、優しく話しかけながら家まで連れて帰るといった対応をしていました。当日はTV局の取材が2社来ており、当園の地域交流への取り組みを様々な方にお伝えできたと思います。

～ イキイキ健康講座 in 松ヶ江北市民センター ～



松ヶ江北市民センターの市民講座に豊寿園の職員が講師として出張しました。

第1回目は7月15日に長崎管理栄養士が「高血圧予防の食事」について講義を行ないました。調味料や食品に含まれる塩分量の知識を高め、薄味でも美味しく食べられるコツなどを説明しました。

第2回目は9月16日に川尻看護師長が「高血圧の原因と予防」について講義を行ないました。高血圧になる原因は食生活であること、その予防方法についてを詳しく説明し、肥満にならないために自分の適正体重を知ることの重要性を説明しました。

どちらの回も、松ヶ江北校区の福祉協力員など地域の方々にご参加いただきました。

～ “大里のばか力”に参加しました～



9月5日門司駅北口の赤レンガプレイスにて開催された大里フェスタ、通称『大里のばか力』に参加しました。豊寿園は門司区地区赤十字奉仕団の方と一緒に赤十字事業や活動の紹介、介護・健康に関する相談、骨の元気度チェックをしました。当日は晴天に恵まれ100名ほどの方が私達赤十字のブースにもお越し下さいました。また、職員手作りの献血キャラクター「けんけつちゃん」は「じ～も君」や「スナQ」とステージでのゲームコーナーで共演してイベントを盛り上げました。



特集③ シリーズ 豊寿園ブログ村

豊寿園に勤務する職員が私生活で感じたことなどを徒然に書き込む豊寿園ブログ村。

第2回は今年度6月より開設した日赤豊寿園ヘルパーステーションアプレでサービス提供責任者として勤務する磯崎伸子さんです。

9月に10日間の日程でケニアの電気もガスも水道もない小さな村へ訪問してきました。なんと、偶然にも赤十字広報特使の藤原紀香さんが同国を訪問した時と同じコーディネーターさんでした。

青く広い空、どこまでも続く地平線、たくさんの動物達、明るく朗らかなケニア人。決して裕福ではないですが、大人も子供もとても幸せそうな顔をしており、私の方がいっぱい元気と幸せをもらったように感じます。

まだまだ格差社会、医療問題、AIDS問題などがあるケニアですが、高齢者に関しては部族や親戚間で助け合っており、一昔前の日本のような習慣が残っていました。医療の未発達等の理由で平均寿命は54歳と短いですが、若く元気な高齢者も多く、若い世代が高齢者の方をととても大事にしている印象を受けました。

今後社会が発展するにしたいがい、高齢者問題なども出てくるかもしれませんが、その時にお手本にされるような高齢者福祉大国に日本がなっていることを願っています。

ケニアの皆様、Asante sana (どうもありがとう)!



豊寿園の藤原紀香??

次号の担当は看護師の安河内佳奈美さんです。



次号予告



お手軽クッキング

★豆乳とん汁

具沢山でお腹一杯になる汁物です。
豆乳を入れることでまろやかな味になりますよ。
是非お試しください。

管理栄養士 長崎 真紀子

【材料】 4人分

豚コマ肉	200g	油揚げ	1枚
にんじん	1/4本	万能ネギ	5.6本
たまねぎ	1/2本	味噌	大さじ4
さつまいも	1本		
れんこん	1/2節	A {	豆乳 2カップ
こんにゃく	1/4枚		

【作り方】

- ①にんじんは薄いいちょう切りにし、たまねぎは2cm角に切る。油揚げは2cmの角切りにする。こんにゃくは厚みを2等分にして薄切りにする。
- ②さつまいもは皮付きのまま2cmの厚さ、れんこんは7~8mmの厚さのいちょう切りにする。
- ③大きめの鍋にAを煮立てて、豚肉を入れてアクをすくいながら火をとおし①を入れて5分ほど煮て②を入れさつまいもがやわらかくなるまでコトコト煮る。
- ④③に味噌をとき混ぜて味付けし、2cmにカットした万能ネギをちらして出来上がり。

次号は1月発行予定です。

○特集

「あなたと向き合った日々」
「豊寿園ブログ村」

○豊寿園アルバム

「10月バスハイク(10/7実施予定)」
「10月運動会(10/7実施予定)」
「12月忘年会(予定日未定)」

などの様子をお伝えします。

○もっとクロス

「福祉体験講座(10/20実施予定)」
「施設見学会(10/28実施予定)」

などの様子をお伝えします。

○華麗なる川柳への道

お題「年金」です。皆さんの力作をお待ちしております。

○お手軽クッキング

冬の旬食材をつかった簡単レシピを紹介します。



編集後記

長く続いた今年の猛暑もようやく終わり、暦どおりの秋らしさを感じられるようになりました。秋といえば食欲の秋、読書の秋など様々ありますが、私にとってはお洒落の秋です。半袖ばかりだった服装が長袖に変わり、羽織物などが気になる季節です。「お洒落」の語源は「洒落」と同じく「戯れ(され)」が転じた言葉だそうです。「戯れること(されること)」は機転が利き、気が利いている、垢抜けていることでもあり、そこからおしゃれする意味の動詞「しゃれる」が生まれ、「お洒落」になったとのこと。私自身の体型の変化により腰周りがきつくなってきて、とても気が利いているとはいえなくなってきたタンスの肥やしを眺めながら、新たにお洒落な洋服の購入を妻に相談してみようかと思う今日この頃です。

平成22年度広報委員
生活相談係 主任 森 英樹

発行：平成22年10月15日
日本赤十字社福岡県支部
特別養護老人ホーム豊寿園
広報委員会
〒800-0112
北九州市門司区大字畑1808-5
TEL (093) 481-1121
FAX (093) 481-5678