

社会福祉法人 楽友会

おおぞら

広報紙 2013 年 1 月号

〒206-0042

東京都多摩市山王下1-18-2

TEL : 042-374-4649

FAX : 042-371-1562



もくじ・・・

表紙 (写真)・・・2013 年施設から望む初日の出

理事長・白楽荘施設長・偕楽荘施設長の新年のごあいさつ・・・

楽友会の防災対策・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P2、3

特別養護老人ホーム白楽荘・・・・・・・・・・・・・・・・P4、5

白楽荘在宅サービス部門・・・・・・・・・・・・・・・・P6、7

軽費老人ホーム偕楽荘・・・・・・・・・・・・・・・・P8、9

楽友会かわら版・耳より情報館・・・・・・・・・・・・・・・・P10、11

謹賀新年



理事長 中村 勝政

新年明けましておめでとうございます。

希望に満ちた素晴らしい新春をお迎えのことと、心よりの喜び申し上げます。さて、高齢者福祉に関わる施策の推移は介護保険制度を含めめまぐるしいものがあります。その流れは、今年も継続していくものと考えられます。利用者の皆様をはじめ、ご家族・関係者の皆様へ安全・安心を提供していくのが何にも増して法人の使命です。

今年も法人・職員一丸となって頑張っていきましょう。

皆様にとりまして、本年も素晴らしい年となりますよう心より祈念いたします。



白楽荘施設長 藤尾 誠

あけましておめでとうございます。

年齢を重ねるほどに時間が速く過ぎて行くということはよく言われることです。自分自身の体感や自覚からも間違いなくそれは事実のように思います。実際には自身の時間密度が間延びしているだけなのかもしれませんが、逆に言えば人生の壮年期がいかに大事か、とも言えるわけです。高齢の方と若い職員はそういう意味では両極に近い存在。両者がそういう微妙に違う「時間」の中で生きていながらベストミックスな関係を築いて行くのは難しい。介護の「プロ」を目指すお仕事とは、その難しい関係の良好な構築のために、「想像力」に通ずるような豊かな「シンパシー（同感や共感）」能力を育くんで行くことにあるのではないかと。

年頭にあたりふとそんな事を考えてみました



偕楽荘施設長 鶴岡 哲也

昨年中は偕楽荘の運営にご理解とご協力をいただきありがとうございました。皆さまのご支援をいただき無事に新年を迎えることができました。この場をお借りして厚くお礼を申し上げます。

時が経つのは早いもので、偕楽荘の施設長として2回目のお正月を迎えることになりました。新年最初の行事でもある「偕楽荘新年祝賀会」も無事に終了し、先日はご利用者の方と一緒に高幡不動へ初詣に行っていました。短い時間ではありましたが、ご利用者と出店を覗いたり甘酒を味わったりと境内を散策しつつ、しっかりと今年1年の無事を祈念いたしてきたところです。

今年も職員一同、ご利用者やご家族をはじめ地域の皆様に少しでも安心と安全をお届けできるよう取り組んでまいりますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。



防災対策



火災現場に急行！！

自衛消防操法大会

10月18日（木）、東京都中央卸売市場 多摩ニュータウン市場において開催されました。大会には、多摩市消防署管内の病院、高齢者施設、ホテル、公共施設等、計37事業所44チームの自衛消防隊が参加し、1号消火栓と2号消火栓に分かれ行いました。操法大会とは、火災の発見から非常放送による避難誘導、消火器による初期消火、屋内消火栓の操作、放水して標的を倒すまでの所要タイムなど、火災時に必要となる日頃の訓練内容について、迅速性や正確さ、そしてチームワークを競い合うものです。今年度はさらに、地震発生時の初動措置を加え、日頃の訓練成果を競い合いました。結果、楽友会は敢闘賞を受賞しました。今後も更に災害に対し万全の体制を備え、地域防災に貢献していきます。

～楽友会の取り組み～

備蓄の試食です。



総合防災訓練

10月25日（木）、楽友会にて、地元自治会との相互防災応援協定に基づく楽友会総合防災訓練を、多摩市山王下自治会、多摩市中組自治会、多摩消防署の協力のもと実施しました。夜間、白楽荘5階から火災が発生した想定で、職員が初期消火活動の後、自治会の応援、協力によりご利用者が避難するという現実にも似た訓練でした。地元自治会からは、たくさんの皆様の参加があり、自治会全体の防災意識の高さを強く感じました。

避難訓練終了後、多摩消防署消防車による放水訓練がありました。また、楽友会で備蓄している非常時食用食糧の一部を紹介すると共に、多摩市から提供された非常食を、自治会の方々と一緒に試食会を行いました。

この訓練で、私達職員は相互協力の大切さを痛感しました。常に高い危機意識を持って防災訓練を重ね、ご利用者が安全、安心に過ごせるように努めてまいります。

ご家庭に消火器を備えていても、使い方がわからない方やうまく使える自信のない方は多いようです。いざという時のために消火器の正しい使い方を身につけておきましょう



◆◆◆消火器の使用方法◆◆◆

- ①安全ピンに指をかけ、上に引き抜く
- ②ホースをはずして火元に向ける。
- ③レバーを強く握って噴射する。

◆◆◆消火器のかまえ方◆◆◆

- ①屋外で使用する場合、風上から消火する。
- ②低い姿勢で熱や炎を避けるようにして、徐々に近づく。
- ③炎や煙にまどわされずに火元にノズルを向け、火元を掃くように左右に振り消火する。

特別養護老人ホーム 白楽荘

電話：042-376-1811

◆◆施設見学随時受付中◆◆

ドキュメント「福島への里帰り」

白楽荘ご利用者の鈴木様は東日本大震災があった日は福島で入院されていました。その後、茨城県の病院に転院され、同年10月に白楽荘に入荘されました。昨年9月、長女様から担当ワーカーの私に「父に福島の家をみせてあげたい。」との話がありました。鈴木様はワーカーに「木戸(福島県楡葉町)に帰りたい。」などと言うことがあり、「福島の家をみせてあげたい。木戸に帰りたい。」という娘様と鈴木様お二人のご希望を叶えたいと思いました。そのため、職員間や上司と話し合い、10月12日に介護タクシーを利用して、娘様、担当ワーカーの私と3人で福島県の実家と奥様が現在お暮らしになっている仮設住宅へ行く



ことになりました。

車内では「これから木戸に行くんだ。木戸は良いところだ。」と何度も話される笑顔が印象的でした。楡葉町に車が入ると「おっ、懐かしいな。」と目に涙を浮かべ車内から楡葉町を眺めていました。自宅前には奥様、ご長男ご夫婦、二女様が待っていて、鈴木様は「何だ来てたのか。」と恥ずかしそうに話されていました。鈴木様はご自宅に入る際、靴を脱いであがろうとされていましたが家の除染作業がされていない事もあり車椅子のまま畳の上にあがりました。以前のように靴を脱いで上がれないこともあってか、表情はどこか寂しそでしたが、家の中を懐かしむように見渡している姿も見えました。その後、奥様の住む仮設住宅へと移動しました。移動中「木戸駅」の前を通り、鈴木様の話す木戸へ一緒に来られたことを嬉しく思いました。鈴木様も「やっぱり木戸はいいな。」と言って嬉しそでした。

奥様の仮設住宅は楡葉町の方が多く住んでいるところでした。奥様が、「〇〇さんはあそこに住んでいて、〇〇さんがあそこ。」と説明していました。楡葉から離れた場所で暮らす奥様の周りには昔知る人が大勢いて安心したと思います。しかし福島の自宅に奥様と住めない現状を知ってか、口数が減ってしまった気がしました。東京に向う車中では、口数も少なく、話されることの多くが「どうして帰れないんだ。東京にどうして泊まるんだ」と静かに話されていました。娘様が「父さんには私がついているからね。」と声をかけているのを聞いて、よりいっそう安心していただけるようなケアをしていきたいと思いました。

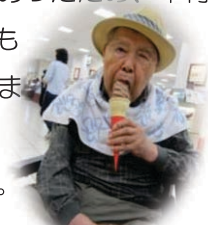
帰荘した時に「ここかぁ…」と話された為、福島に帰れなかったことで寂しい思いをしているんだなぁと思いました。しかしワーカーに見せてくれる笑顔を見て、鈴木様は白楽荘も自分の家と認めていてくれると私は思いました。鈴木様のことは、奥様や長女様から聞いて以前の様子は知っていましたが、実際に住んでいた家を見る事で、以前の生活スタイルなども知ることができたため、今後のケアに生かしていきたいです。



ケアワーカー 上 蘭 智代

My wish plan

Vol. 3



佐藤 ミヨ様
これからモノレールに乗ります。

以前ご本人とご家族の会話の中で「昔、友達と動物園に何度か行った事がある」と話が盛り上がり、多摩動物園に行く事を計画していましたが、当日の天候が予想以上に良く、高温注意報も出ていたため、体調面を考慮した結果、急きょモノレールに乗って立川のデパート散策に変更となりました。お二人ともはじめての多摩モノレールでしたが、バリアフリーであったため、車椅子でも安心して乗車することができました。デパートの地下では美味しそうなものがたくさんあり、実際に見たり、おいしい匂いを感じる事が出来たかと思えます。アイスクリームはお二人ともあっという間に召し上がっていました。(´▽`)

昼食は天ぷらを食べにお店に入り、林様は大好きなお酒も一緒に飲まれ、ご満悦の様子でした。普段とは違った雰囲気でご家族、ご利用者の方とゆっくり関わる事ができ、職員も楽しい時間を過ごす事が出来ました。

林 通様

10

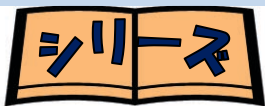
21 バザー開催報告！！



10月21日(日)白楽荘家族会主催によるバザーが開催されました。当日は晴天に恵まれ、近隣住民の皆さま、ご家族の皆さま、偕楽荘、白楽荘入居者の皆さま、職員と大勢の来客がありました。初めての事だったため、比較はできませんが、売上も27万3千円と予想以上に収益を上げる事ができました。この収益金は、今後、家族会の中で、ご利用者のためになるよう、使い道を話し合っていきます。

8月から商品集め、値札貼り、前日準備、当日の売り子等、家族会役員の皆さま、

本当にお疲れ様でした。また商品を提供していただきました皆さまに、改めて御礼申し上げます。



ナースのお仕事！？

下痢症状を伴うノロウイルスに注意してください。
嘔吐がなくても、油断禁物！！

予防・・・基本は手洗い！！



ノロウイルスは乾燥すると舞い上がり、口に入ると感染することがあるので速やかな処理が肝心

☆☆☆処理手順☆☆☆

- ①マスク・手袋・エプロンを着用
- ②窓を開け、嘔吐物はペーパータオルで静かにまとめる様に拭き取る
- ③嘔吐物には次亜塩素酸ナトリウム0.1溶液(キッチンハイター等)をかける
- ④床も次亜塩素酸ナトリウム0.1溶液で浸すように消毒

多摩市白楽荘在宅サービスセンター 白楽荘居宅介護支援事業所

多摩センター地域包括支援センター

通所介護部門 (☎042-376-2942)

週間 年忘れ

さる12月17日(月)～19日(水)まで、毎年恒例「白楽荘在宅サービスセンター年忘れ週間」を開催いたしました。初日にはコーラグループ「青い鳥」、最終日には「リラの会の」コーラス演奏、18日(火)は「新レクリエーション体操クリスマスバージョン」がありました。



また、今年も白楽サタからのプレゼントとして、平成25年の干支である巳の土鈴が贈られました。白楽荘のご利用が長い方は、既に6個以上お持ちでいらっしゃいます。

今年も皆様へ土鈴がお渡し出来るよう、職員一同、頑張っておりますので、よろしくお願いいたします。

素晴らしい歌声に聞き惚れてしまいました！

ご協力いただいた皆様、ありがとうございます!! (相談員 高田)

今年はケーキバイキングを行ってみました。ショートケーキの他にもう一種類が選べる形で、チョコレート、レアチーズ、ティラミス、プリンタルト etc...美味しそうなケーキを前に、皆様、楽しそうに選んでいました！

徒然日誌

昨年一年間、いきがいデイサービスでは色々な製作や運動、勉強会等おこなってまいりました。食事会では各曜日利用者がお互いに交流出来る機会となりました。

年末は外出活動を通して、ご自分の手で材料を収穫しクリスマスリース製作をして頂きました。手作り作品には趣があります。

外に出ての活動は、皆様いつも生きいきとされています。

昨年は至らない点もあったかと思いますが、職員一同、精一杯頑張りますので、今年もよろしくお願いいたします。



多摩センター地域包括支援センター<多摩市委託事業>

地域包括支援センターは高齢者の方のために設置した、公的な総合相談窓口です。多摩市には6か所の地域包括支援センターがあり、それぞれ担当地区が分かれています。

5つの仕事!!

- 1、総合相談支援業務（身体のことや介護のことなど、暮らしの中の困りごとの相談）
- 2、権利擁護業務（高齢者虐待の防止や早期発見・対応、消費者被害対応など）
- 3、包括的・継続的ケアマネジメント支援業務（地域の様々な機関との関係づくり、ケアマネジャーの支援など）
- 4、介護予防ケアマネジメント業務（介護予防に関する事業・サービスのプラン作成や評価など）

基本的には皆様のご自宅に伺ってご相談を受けているため、事務所を留守にしていることが多いです。お困り事がありましたら、まずはお電話でご連絡ください。

相談無料、秘密は厳守いたします。

☎042-376-2941



お役立ち情報
Q&A

介護が必要になったらどうしたらいいですか？
介護サービスを利用するためには？

A

市役所に要介護認定申請書を提出します。認定調査等、必要な手続きを経て介護保険証が郵送にて交付されます。要介護1～5の認定の場合は居宅介護支援事業者を選び、契約を取り交わした後、担当ケアマネジャーがケアプラン（居宅サービス計画書）を作成し、その方に必要な介護サービスが利用出来ます。

このコーナーは、皆様から寄せられたご意見、ご質問にお答えするものです。高齢者に関わる日常的な疑問、ご意見をEメールで募集しています。

Eメール：kouhou@rakuyuukai.com

白楽荘居宅介護支援事業所

☎042-376-4968

知っ得
コーナー

シャワーポトルとは・・・

ベッド上でおむつ交換時や洗髪を行う際に、汚れを拭きとるだけでなく、洗い流すことが出来るため、スッキリ清潔を保つことが出来る介護用品のひとつです。

♪家にある物で作れる便利な介護用品♪

作り方

- ①ハットポトルを良く洗い、乾かします。
- ②ハットポトルの刃に刃で何箇所か穴を開けます。
⇒ハットポトルに取り付けることが出来るジョイントの先が100円ショップに売っています。（より便利です）

使用方法

- ①シャワーポトルの中に37～38度位のぬるま湯を入れる。
⇒熱いお湯を入れるとハットポトルが変形してしまうので注意が必要です。
- ②シャワーポトルのお湯を使用して汚れをきれい洗い流す。
⇒洗った後は水分を良く拭き取って下さい。
- ③使用後は中のお湯を捨て、良く洗って乾かします。

手軽に作れてご本人もスッキリ!!是非お試しください。

訪問介護部門

☎042-376-1866

軽費老人ホーム

偕楽荘

電話：042-376-1711

◆◆施設見学随時受付中◆◆

アクティブ福祉 in 東京'12 研究発表



- 1、主催 社会福祉法人 東京都社会福祉協議会
高齢者施設福祉部会・センター部会
- 2、開催日 平成24年9月26日(水)
場所 京王プラザホテル
(新宿区西新宿2-2-1)
- 3、研究テーマ 地域住民と自立型高齢者施設との関わりについて
～地域住民との交流に必要な4つの取り組み～
- 4、発表者 ケアワーカー 久野 千鶴
- 5、共同研究者 相談員 岡 靖晃 ケアワーカー 宮地 紀子
- 6、報告内容 地域住民とのつながりを推進することで、利用者の生活の幅の向上と、地域の方の理解と将来の不安の解消などを報告

～アクティブ福祉 in 東京'12とは～
日頃の介護現場での取り組みや実践、施設全体での研究や個人・グループによる研究などなど、小さな発見から大きな実践まで施設での様々な取り組みを発表する場として、第7回高齢者福祉研究大会「アクティブ福祉 in 東京'12」が位置付けられています。



トピックス 食事！

アラカルトメニュー



平成24年10月よりスタート！！

自分でトッピングし日々の食事に一工夫を可能とする1品60円のアラカルトメニューを行なっています。ご利用の仕方、利用者様によって工夫され、麺類の時に温泉卵を入れたり、冷や奴の時にキムチをトッピングしたりと楽しまれている様子です。



～MENU～

納豆



キムチ

温泉卵



ヨーグルト



メニューは変更・拡大します。

10 / 24 旅行

◆◆ 行程 ◆◆

偕楽荘→東名高速道路→秩父宮記念公園→
ホテル鐘山苑（昼食）→久保田一竹美術館
→偕楽荘



ホテル鐘山苑にて

12 / 21 クリスマス・忘年会



見事宝くじを当たりました！！

男性職員によるダンス。
大好評？でした。

毎年恒例のクリスマス・忘年会を開催しました。クラブ発表やご利用者・職員の出し物などを行い盛り上がりました。



11 / 9・10 文化祭



両日とも天気に恵まれ今年も偕楽荘文化祭が開催されました。

ご利用者・地域の方の作品展示、喫茶コーナーと大盛況でした。



共同作品：パ・パ・クリツク

12 / 26 餅つき大会

今年は餅つきを行いました。職員の慣れない手つきに比べ利用者の皆様は頼りになりました！来年もよろしくお願いします！！



つきたてのおもちはおいしい！！

2013 1 / 1

新年祝賀会



あけましておめでとうございます。毎年恒例の新年祝賀会を1日に行いました。おいしいお節にお酒と楽しみました。今年も良い年になりますように！



栄養士'Sキッチン 「豚肉と昆布の炒め物」

食物繊維やカルシウムも取れる、かんぴょうを使ったレシピです！！



材 料

A：豚肉スライス	40g	B：だし汁	80g
乾燥かんぴょう	7g	醤油	5g
キザミ昆布	2g	みりん	2g
生シイタケ	10g	砂糖	2g
板こんにゃく	30g	酒	1g
赤ピーマン	15g	サラダ油	少々

作り方

- 1、かんぴょう、キザミ昆布は水で良く戻すかんぴょうは、戻した後に塩もみをしてから茹でると軟らかく仕上がります。
- 2、豚肉一口サイズ、かんぴょう2～3cm、シイタケ1cm、椎茸、赤ピーマンは短冊、キザミ昆布は食べやすい長さにします。
- 3、豚肉に火が入ったら、他の具材を入れます。
- 4、最後に調味料Bで味を付ける

楽友会 かから版

新入職員の紹介

～ 質 問 ～

- ①氏名 ②職種 ③趣味
- ④皆様にひとこと



- ①渡部 翼
- ②白楽荘ケアワーカー
- ③アウトドア（キャンプ、バーベキュー等）
スポーツ（何でもやります）。
- ④介護の仕事は初めてではありま
すが、精一杯、まごころをもって
利用者様と接して行きたいと思
います。



- ①丹羽 礼
- ②白楽荘ケアワーカー
- ③マンガ大好きです。音楽も何
でも聞きます。洋服を見たり買
うことも好きです。
- ④不慣れ、不手際ございます
が、ガンバッテ行きます。よろ
しくお願いします。しっかり利
用者様と向き合う様に丁寧な
ケアを心がけたいと思ってい
ます。

WELCOME!

ちょっと休憩

チャレンジ

やってみよう！
脳内トレーニング！！

脳内トレーニングとは・・・？
脳力を回復するための頭の体操です。
脳トレを行うことにより、脳を活性化
させ物忘れ防止と記録力の向上、集中
力のアップが期待されます。

それでは問題です！！

問題1

$$5 \square 7 = 12$$

問題2

$$13 \square 9 = 4$$

問題3

$$4 + 5 \square 10 = 19$$

問題4

$$3 + 3 \square 4 = 15$$

問題5（難問です）

$$15 + 10 \square (7 - 5) = 20$$

《解答》

問題1：+ 問題2：- 問題3：+ 問題4：× 問題5：÷

今号ピックアップ オンブズマン



～オンブズマンとは??～
もともと「権限を与えられた代理人、弁護人」を意味します。ご利用者、ご家族、その他の方に代わってサービス活動を調査しご意見や苦情の処理を行っている機関です。

オンブズマンの小林と申します。この場を借りて、オンブズマンについて簡単に説明したいと思います。オンブズマンとは、みなさんの苦情や不満・相談などを聞いて施設長に改善を求める人です。月1回、楽友会に来て、相談室を設けてお話を聞いています。ご存知でしょうか？

まだ来たことがない方は、一度のそいてみてください。そして、困ったこと、悩んでいること、不満に思っていることなんでも構いません。お話しください。お待ちしております。

オンブズマン 小林 哲也

ホップ ステップ ジャンプ! 職員研修



楽友会には「職員の資質の向上に努める」という理念と「利用者の皆さまは専門的・高品質のサービスを受ける権利を有します」という宣言があります。楽友会では、職員が正しい知識を得て、適切なサービスが提供できるように、毎年法人荘内研修を計画し実施しています。内容は様々で、職員同士でのディスカッションや外部講師を招いての講義などを開催しています。

◆◆◆今年度実施した研修◆◆◆

5月	AEDと心肺蘇生
6月	サービスマナー研修
7月	リスクマネジメント研修
8月	口腔ケアと感染症研修



職員も研修を受けることで知識を確認したり深めたり、また自分自身の介護方法を見直す良い機会になっています。





◆ 電車でお越しの方へ

京王相模原線『京王多摩センター』駅下車 中央口改札より徒歩約 15 分

小田急多摩線『小田急多摩センター』駅下車 西改札口より徒歩約 15 分

多摩都市モノレール『多摩センター』駅下車 改札より徒歩約 15 分

※ 各駅より当施設まで約 1 キロの距離です。ニュータウン通り側職員駐車场内通用口からエレベーターをご利用ください

◆ バスをご利用の場合

多摩センター駅バスターミナル④番乗場から『聖蹟桜ヶ丘行き』に乗車。

『松が谷南』もしくは『松が谷』下車 徒歩約5分

※ 東中野公園側施設正面玄関からお入りください

～編集後記～

私は主に、白楽荘部門の編集をしております。今回は個別支援として、福島へ里帰りしたご利用者について、同行した職員の間を通して感じたことをそのまま掲載しました。今後もこのように職員が感じた事やご利用者が感じた事など現場の生の声を、皆様にお伝えしたいと思っております。

広報委員 蛭子 誠子

☆取材・編集：楽友会 広報委員会

- 大野 稔 <<楽友会総務課>>
- 蛭子 誠子 <<特別養護老人ホーム白楽荘>>
- 堺 佳代 <<訪問介護事業所>>
- 長谷川美緒子 <<居宅介護支援事業所>>
- 田辺 保雄 <<楽友会栄養課>>
- 岡 靖晃 <<軽費老人ホーム偕楽荘>>

☆監修

- 鶴岡 哲也 <<軽費老人ホーム偕楽荘>>

○本誌に関するご意見、ご要望をご連絡ください

楽 社会福祉法人 楽友会

〒206-0042 東京都多摩市山王下 1-18-2

TEL:042-374-4649(代)FAX:042-371-1562

◆特別養護老人ホーム 白楽荘

TEL:042-376-1811 FAX:042-371-1562

◆多摩市白楽荘在宅サービスセンター

【指定通所介護】 TEL:042-376-2942

FAX:042-376-4962

【指定訪問介護】 TEL:042-376-1866

FAX:042-376-4962

◆白楽荘居宅介護支援事業所

TEL:042-376-4968 FAX:042-376-4962

◆多摩市多摩センター地域包括支援センター

TEL:042-376-2941 FAX:042-376-4962

◆軽費老人ホーム(A型)偕楽荘

TEL:042-376-1711 FAX:042-337-0327

ホームページ：<http://www.rakuyuukai.com/>もしくは『社会福祉法人 楽友会』と入力してください。