

さくらだより

第20号

2012年1月25日

社会福祉法人京都老人福祉協会 京都市伏見区深草大亀谷東古御香町59番地・60番地 TEL.075-641-6622 FAX.075-641-6633
<http://kyoro.or.jp/>



特集
P4

日ごろの訓練から得ることの大切さ

少子高齢化が言われて久しい。1950年にはほぼ10人の現役世代で1人の高齢者を支えていた胴上げ型から、2000年には3人で1人を支える騎馬戦型へ、2050年には1人で1人を支える肩車型に変容してくと想定されている。こどもを産みにくい理由としては子育てや教育にお金がかかるという事をあげる人が最も多い。先進国政府の中でも日本は子育て関連に予算を割いていない国と言われている。社会保障関連費が、年金、医療、介護といった高齢者関係に割かれて子育てにはあまり割り振られていない。こども1人を育て上げるには平均2370万円かかるというデータもある。若者の10人に1人がニートという状況が示すように若者の経済状況は年々低下傾向にある。少子高齢化を食い止めるためには、社会全体の仕組みが変わっていく必要があるのではないかと思う。

今後の日本での子育て支援策の基本となる「子ども子育て新システム」が準備されている。すべての子どもの育ちを社会全体で支えようという高い理念を掲げており、ぜひ実効性のある仕組みに仕上げていってほしいものである。従来、多くの社会福祉関係者は消費税の逆累進性を指摘し増税に反対の立場を取ることが多かった。手をこまねいて何もしないという不作為は、今の大人の責任としてやはり禍根を残すような気がするのだがどうか？ 消費税の増税という苦い薬を国民も飲まなければならぬかもしれないが、弱者への配慮を十分に行なった上でならば可とするか：今岐路に立っている。

しとば

理事長 小山孝二郎



ハートで
ぬくもりと安心を
お届けします
京都老人福祉協会

事業所だより

深草エリア



うづら保育園では、各年齢に応じて、山登りを通して自然とのふれあいを大切にしています。

現地までは公共の乗り物を使っていきます。年中さん、年長さんは毎月一山、登っています。山の自然の中で、木のぼりや、崖滑りなど山でしか経験できない事を楽しんだり、子どもたちは色々な発見をしています。

いろんな出会いの中で

稲荷の家ほっこりでは、一昨年から季節にあわせた世代間交流イベントを開催しています。さらに昨年は、フラワーアレンジメントやクラフトなど少人数のサークル活動も始めました。地域の方もご参加いただき楽しい時間を過ごしています。また積極的に御高齢者のお部屋へ遊びに行かれる親子が増えたのも嬉しいことです。

これからも世代という枠組みを超えた交流を深めていきたいと思っています。



稲荷の家ほっこり

- 1階 小規模多機能型居宅介護
 - 2階 子育て支援活動センター
- 「つどいの広場」

子育て中のお母さんたちが集まって、いろんな出会いの中でお母さんや子どもたちに友達ができたらいいなと思っています。ぜひ親子で遊びに来てください。

対象者：京都市内の子育て中の親子
(0歳～3歳くらいまでの子どもさん)

開所日時：(火)～(土)午前10時～午後4時
休所日：日曜日及び月曜日、祝日
担い手：保育士3名

事業所だより

ホームパーティー

《京都老人ホーム誕生日会》

お料理を作る側の思い

特養は6つのフロアに分かれており、1つのフロア毎に1人の担当者がいるという形になっています。担当になった人は、ずっと同じフロアを担当していくので、思い入れもよりいっそう大きくなります。私が行事やイベントの中で、特に大切だと感じているのが、「誕生日会」です。

誕生日会は、1年に1回、利用者さんが生まれてきた事をお祝いする、とても大切な日です。普段は糖尿病等で、食事が制限されている方でも、この日は制限無く、食べたりできます。なので、私は、誕生日会では、出来るだけ誕生日の方全員のリクエストに応えたいと毎回考えています。

施設では、温蔵庫にいれるなどして、冷めないようにしていますが、フロアにもって行く間に、冷めてしまいます。なので、私は、誕生日会で、揚げ物や焼き物等があるときは、コンロや鍋を持って行き、皆さんの前で、揚げたり、焼いたり、熱々を食べてもらえるようにしています。(11月の誕生日会では、リクエストに餃子があったので、餃子をフロアで焼き、熱々を食べて頂きました。)

たくさん工夫して、食事を喜んでもらえたときは、とても嬉しいです。

でも、まだまだ料理を豪華に見せるテクニック(飾り切りや盛りつけ方)など、足りない部分がたくさんあるので、徐々にそれが出来るように頑張りたいと思います。

また、今は介護職員さんが、利用者さんにリクエストを聞いて、それをもとに何を作るか考える、という形ですが、利用者さんとお話をして、もっと距離を縮め、自分でもリクエストが聞けるようになることが、今の目標です。

養護のお祝いの様子

～おいしい料理と素敵な笑顔～



10月、11月生まれの方、合同で行いました。



特養で楽しいひととき

特養では2カ月に1回、誕生日会があります。その際どういった物をいつ提供するかなどを誕生日会担当に当たった職員がきっちんさくらと話し合い決めていきます。

本館3階のお誕生日会では、誕生月の利用者さん全員に食べたい物を聞き取り、きっちんさくらに希望を伝えて皆さんの希望が通るように努力しています。

11月の誕生日会では皆さんがリクエストされたメニュー(餃子やちらし寿司、デザートなど)が登場しました。1番人気は目の前で焼いてもらった熱々の餃子でした。日頃なかなかメニューにでない物を、特別な日なのできっちんさくらに依頼して提供すると普段は食が細い方もたくさん食べて下さいます。

口からお食事が摂れない方にも参加して頂き、きっちんさくらから花束を頂いたり、雰囲気を楽しんでもらっています。

これからはきっちんさくらと連携を取り、参加される皆さんに喜んで頂けるような誕生日会をしたいと思っています。

おしながき

- ・小鉢
- ・ごま豆腐
- ・栗しんじょう
- ・かきなます
- ・ジュース
- ・天ぷら(山芋、松茸)
- ・松茸と合鴨の鍋
- ・デザート

特集 日ごろの訓練から得ることの大切さ

災害についての意識が変わりつつある中、日ごろの訓練をレポートすることで、改めて「大切さ」を考えてみたいと思います。

京都老人ホームと災害協定

東日本大震災をうけて、大きな災害が起こったときの地域のつながりが改めて大切であると気付き、全国で災害協定が結ばれるようになりました。

京都老人ホームでも伏見消防署を通じて、地元の藤城安全委員会、藤城学区自主防災会と京都老人ホームで、災害に強い町づくりおよび安心が共有できる地域づくりを推進するため協定が結ばれました。協定の内容は、非常時に調理や入浴各設備、備蓄品などを地域住民に提供し、住民は入居者の搬送を手伝うというものです。



訓練大会は、市内各行政区の事業所自衛消防隊から選抜された36事業所が一堂に会し、日ごろの訓練の成果を披露します。



救命講習も取り扱い不慣れな職員をなくすため開催していますが、地域や家族の皆様にも参加の案内をさせていただきました。



設置しています自動体外除細動器(AED)は一部の職員だけが対応できるのではなく、職員全員が対応出来るようにすることが今後の課題です。



炊き出し開始	集合(打ち合わせ)
午前10:00	仕込み、場所設定
10:15	料理開始
11:00	飯炊き開始
11:45	配膳開始
12:30	終了
13:30	反省会
14:30	



炊き出し献立
豚汁/BBQ/サラダ/御飯



避難ロープは、これで全員を避難させるものではありません。例えば火災の発生に逃げ遅れた方にご利用いただくべきものです。滑り台形式の避難袋も設置されています。

地域の方々への提供を想定しての「炊き出し」を考慮して

災害時の場合、食材品数等がもっと少なくなると思われるので、炊き出しの内容について考えてみます。

- ・食材だけでなく、水やその他の資源の確保も必要です。
- ・献立内容についても、冬は温かい物、夏は衛生的な物など災害時対応の献立やマニュアルが必要と感じました。

消防署と連携をとりあい万が一の時に備えて

京都老人ホームでは年に2回、消防訓練があり、11月には夜間の火災を想定しての避難訓練を行いました。他にも消防大会に参加し伏見区内の消防署と連携をとりあい万が一の時に備えています。今年度大会に参加した職員に感想を聞くと「大会参加後は消防について意識が高まり、自然と消化器の場所などをチェックするようになりました。しかし参加した職員だけでなく、職員一人一人が日頃から消防に対する意識を高める必要が大事だと感じました」と教えて下さいました。

など利用者の状況に合わせて、緊急時にどのような誘導をするべきかなど、今よりも訓練の内容を踏み込んだものにしていく必要があるのではないかも今後の課題です。

「大丈夫ですか?」頭では「いいえ」分かっていても

小栗栖の家ほっこりでも救急救命講習を実施しました。夕方六時半からの開始でしたが、職員、パート、ご家族の方々と、二十名を越える参加となりました。「大丈夫ですか?」意識の確認をし応援を呼ぶ、胸骨圧迫、AED使用など…。文章で書くのは簡単ですが、頭では分かっていても…分かっていても、いざそのような場面になったら自分ができるだろうか、と考えてしまう方

も多いと思いますが、今回のような講習に参加し実際自分で身体を動かして体験する、ということとは文章で読むよりもはるかに身になることだと思います。講習が終わっても職員間や友達、家族と救命について話をする事も大事なことでないかと思えます。

・入所者250人分や地域の方々への提供を想定して、釜や備品等の準備が必要と思われる。非常食も用意はしているものの、ライフラインがストップになった時にどの食事形態の方にも対応出来るかと言えば、まだまだ準備不足です。

今後は、いろいろな状態を想定して炊き出しの対応を検討していきたい、経験を積み上げる事で迅速に対応出来ると思います。また、施設としてどう対応するかまたどう動くべきか等、いろいろな立場で議論し検討する必要があると思われれます。

不安を和らげる声掛けであったり心のケアだとして

深草センターほっこりでは避難袋と避難ロープを使用して2階から1階に降りるとい避難



利用者の皆さんに安全な生活を送っていただくことは大切なことです。安心を共有できる地域づくりも大切なことです。今後も地域ぐるみの防災訓練を行なっていきます。

訓練を行ないました。避難ロープは胴部にベルトを巻きロープを伝って1階に降りるのですが、身を乗り出した状態で2階から1階を見下ろした時は「本当に大丈夫なのか?」と怖さを感じました。結果的には無事に1階に降りる事が出来たのですが、「事前に説明がほしかった」と少し不快に思いました。

しかし、考えてみると実際に避難が必要となった場合、職員に求められるのは、たとえ説明する時間なくても少しでも利用者の不安を和らげる声掛けであったり心のケアだと感じました。

事業所だより



▲初詣でお邪魔します金札宮

伏見エリアは皆さまもご存じの通り、幕末の志士たちが活躍した地であり、今も町のあちこちに秘められた歴史が残っているところ
幕末の風雲児、坂本龍馬が新撰組に襲われた場所として知られる宿、寺田屋や柳並木のある宇治川を走る十石舟は特に有名でしょうか。
また、清らかな伏流水がある伏見は酒蔵が数多くあることでも知られています。
古風な建物の酒蔵が立ち並び、散歩をするだけで時代をタイムスリップしたかのようで、心が癒される町です。
そんな伏見の町は多くの神仏に囲まれている町でもあります。
御香宮や乃木神社、城南宮など皆さま一度は足を運ばれたことがあるのではないのでしょうか。

伏見エリア



東高瀬川センター

住み慣れた町でいつまでも暮らしていけるよう、地域の方々とも連携し、サービスや援助・支援を行なっています。東高瀬川ではすこやか学級、板橋の町家ほっこりではこいの場も実施しております。

介護相談、和喫茶さくらのご利用等、お気軽にお立ち寄り下さい。



板橋の町家ほっこり



毎年恒例鍋パーティー



歴史色濃く寺田屋



伏見センター



美味しいお酒が作られている酒蔵



地域の方と共に夏祭り

乾燥と寒さが厳しくなり、風邪やインフルエンザ、ノロウイルスなどの感染症が増える季節になりました。
高齢者は餅による窒息事故・積雪による転倒事故・乾燥による皮膚のトラブル・暖房器具による低温火傷など冬場はたくさんの病气や事故に遭うリスクが高まります。そこで今回は冬場に多い、高齢者の脳卒中と心筋梗塞について紹介したいと思います。

Q…どのような対策をすればいい？
A…生活の場はなるべく温度差がないように環境を整えましょう。

*お風呂場
水分は胃ではなく小腸で吸収されるので、入浴の30分前にコップ1杯の水分を取りましょう。
入浴前に脱衣所と浴室を暖め、温度差をなくしましょう。
湯船は熱すぎず、長風呂にならないように心がけましょう。
入浴後もコップ1杯の水分を取り、脱水を予防しましょう。

*寝室
血液のドロドロを予防するために、就寝前と起床時にはコップ1杯の水分を取りましょう。

*玄関先
寒い場所への移動時はしっかりと防寒しましょう。
外出時は首元や頭が冷えると、冷たくなった血液が脳に流れ、その刺激で血管が収縮し血圧が上昇することもあるので、マフラーや帽子をかぶり保温しましょう。
冬は体調を崩される方が多くなる時期です。バランスの良い食事と適度な運動、そして休息を十分とり、健康管理に留意し、寒い冬を元気に過ごしましょう。



川上麻美

事業所だより

春日丘センター

國井 幹正

春日丘センターでは毎年恒例の紅葉ドライブに出かけました。
例年より紅葉が遅れていましたが、それでもその日の天候と相談しながら、行き先は天ヶ瀬ダム経由の宇治方面へのドライブや、毘沙門堂など様々です。
ほとんどの場所が何度も行ってきた事がある利用者の方ばかりですが、毎年違った表情をしている木々や、山々に利用者の方も「飽きた！」と言われる声も無く、それぞれ秋を感じ満足して頂きました。
行き慣れた場所も良いのですが、今後は違った場所へも出かけてみたいと思っておりますので、醍醐、宇治方面でドライブに最適な紅葉スポットがあれば、是非教えてください！



醍醐の家ほっこり

和田 憲有

醍醐の家ほっこりは住宅街の中にあり、ご町内の方々の関わりは深く、会議や行事に参加して頂きます。そして、町内の夏祭りや子供行事などに参加しています。今年の区民運動会では、リレー選手として職員が力走しました。
また、ご近所にスーパーがあり、買い物に行く利用者様と共に「おやつは何にするか」を真剣に悩みます。先日、道の清掃をして、赤ちゃんの帽子を拾い、後日、落とし主に無事渡すことができ、職員一同とても嬉しかったです。
行ったり来たりの日々のちょっとした「ふれあい」をこれからも大切にすることで、地域で心の輪を広げていきたいと思っています。



醍醐エリア

- 春日丘センター
- 醍醐の家ほっこり
- 小栗栖の家ほっこり

新人紹介 (春日丘デイサービス)



永畑介護職員

入社当初は本当に右も左も解らない状態でした。利用者の方とどのようにコミュニケーションを取ればいいのか、介助すればいいのか、本当にそこからのスタートでしたが、先輩の手厚い指導もあり、少しずつ仕事にも慣れて来ています。



後呂介護職員

春日丘には自分の思いや気持ちを吐き出せる場所があり、疑問に思った事も愚痴もちゃんと聞いてもらえます。自分がミスした時には厳しく指導してくれます。慣れてきた今だからこそ自分たちの長所、短所を見つめなおして介護職員として、人として成長していきたいと思っています。

サークル紹介「ヨガサークル」

毎週火曜日の業務後にサークル仲間が集まり、ヨガのレッスンを受けています。講師は「ヨガルーム ガヤ・ツリー」の梅本先生です。仕事から離れ、自分の心と身体に向き合える貴重な時間を楽しんでいます。レッスン後にはスッキリ、リフレッシュできますヨ!!



醍醐の家ほっこりにて

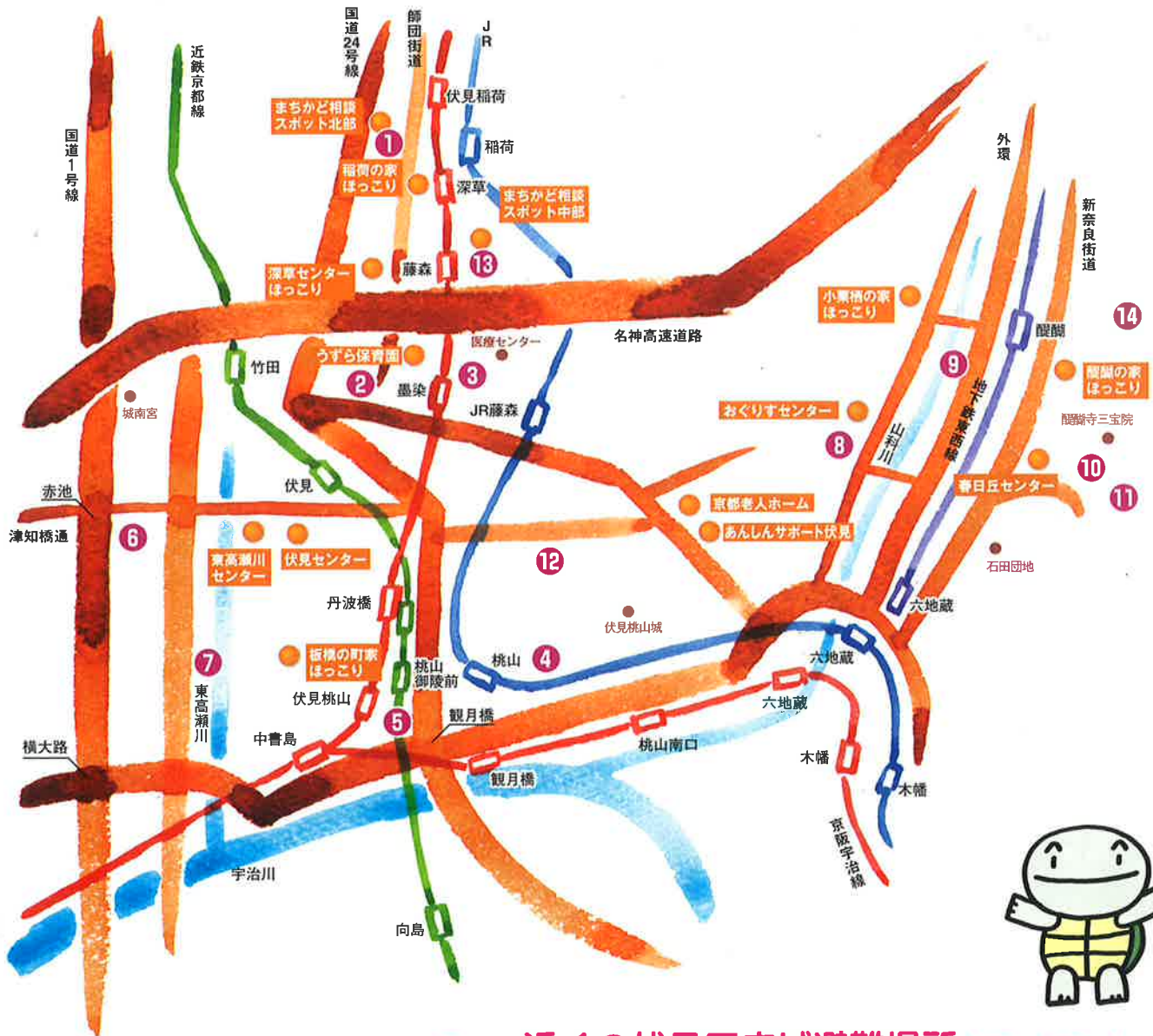
小栗栖の家ほっこり

宮本 真弓



小栗栖の家ほっこりは、毎週日曜日のお昼から喫茶店（カフェ エスクラ）を開いています。飲み物とプチ菓子のセットで1000円！（ちゃんと豆からです）
そんなに広くはないスペースなので閉店直後は満席ですが、面会に来られたご家族の方と一緒に、高専賞の利用者さん同士で、特養の利用者さんと一緒に、わいわいがやがやとにぎやかな時間が流れています。
しかし日曜開店なので職員の出勤が少ない時もあり、閉店することも時々あるので楽しみにされている方には申し訳ないですが...
いつかは利用者さんやご家族の方々が喫茶店を切り盛りして...楽しんでほしい！
ほんわかした雰囲気なので気軽に遊びに来てみてください。

社会福祉法人 京都老人福祉協会グループ



… 近くの伏見区広域避難場所 …

広域避難場所は、広域避難地域に指定する避難地で、地震に伴う大火災等の二次災害の危険から、地域住民の生命の安全を確保できる場所です。

■ 編集後記 ■

年4回発行のさくらだより、その都度どんな課題を取り上げたらよいか皆で話し合ってきました。今回は編集にあたり多くの事業所の参加となりました。また、特集では防災訓練を経験し職員の意識付けが高まったと思われます。

今後の課題としましては、より地域に根差したテーマを取り上げていきたいと思っております。

① 京都府警察学校グラウンド 龍谷大学構内 伏見区深草塚本町	⑥ 下鳥羽公園 伏見区下鳥羽西芹川町	⑪ 日野野外活動施設 伏見区日野船尾
② 京都教育大学附属高校 伏見区深草越後屋敷町	⑦ 三栖公園 伏見区下鳥羽六反長町	⑫ 伏見北堀公園 伏見区桃山町大蔵 (他)
③ 京都教育大学構内 伏見区深草藤森町	⑧ 小栗栖中学校グラウンド 小栗栖小学校グラウンド 伏見区石田川向 (他)	⑬ 聖母女学院大運動場・ 深草中学校グラウンド 伏見区深草西伊達町
④ 桃山御陵 伏見桃山城公園 伏見区桃山町古城山 (他)	⑨ 栗陵中学校グラウンド 池田小学校グラウンド 伏見区醍醐池田町 (他)	⑭ 東山高等学校総合グラウンド 伏見区醍醐内ヶ井戸 (他)
⑤ 伏見公園 (グラウンド) 伏見区桃陵町	⑩ 春日丘中学校グラウンド 日野小学校グラウンド 伏見区日野谷寺町 (他)	