

さくらだより

第5号

2006年1月1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.075-641-6746

訪ね来てひととき睦み合う義母の
背を擦る手にためらいの垂し

気がつけば義母の寝顔は幼にも似て
吾の手握りておりぬ

老人ホームへ面会に来られたご家族（介護者）の作品



養護老人ホーム入居者の作品

ことば

京都老人福祉協会 理事
京都老人ホーム 施設長 羽賀 進

新年明けましておめでとございます。
旧年中は、なにかと当法人の事業運営にご協力を賜り、誠にありがとうございました。

さて近年、若い子供たちの命が奪われたり、高齢者や障害者を意図的に狙った犯罪の多発など、一昔前では考えられないような社会現象が私たちの心を痛めます。それは、誰でもやり方次第で一山当てられるような風潮や、「能力」がある者が勝って当然とする価値観、そしてそれを助長する競争社会の徹底の流れと無縁ではないような気がしてなりません。やせ細ってゆく、人と人との連帯や地域社会の結束。思いやりや優しさが意味を失い、曖昧さや寛容さの価値が否定され、白黒はっきりの「勝ち組」と「負け組」社会が、本当に人間としての幸せな社会の実現につながるのか、考えさせられます。

人間としての生活を大切にしながら、個々人の個性や可能性を保障したり発展させる事を目的とする社会福祉の仕事は、そうした風潮と対向する部分があります。しかし、構造改革と小さな政府への流れは、福祉を民間委託させ市場原理の中に投げ込み、利用者負担も応能負担から応益負担へと大きく転換させられ、福祉本来の目的の達成に大きな影を落しているように思います。人間らしい生活を落し、それを可能とする社会システムの確立、またセイフティネットとしての福祉・医療・教育・年金制度の重要性から鑑みて、それらを国や自治体の責任による公的制度として再確立させる方向こそが模索されるべきではないかと、そのようなことを年頭に当たって考えさせられています。

本年もどうぞよろしく申し上げます。



ハートで
ぬくもりと安心を
お届けします

京都老人福祉協会のマーク

新しい事業展開について

京都老人福祉協会 事業本部

介護保険法が施行されて五年が過ぎ、この制度が有効に機能している部分と充分には機能していない部分とが徐々に明らかになって参りました。また、我が国の二〇一五年の高齢者介護の姿をビジョンとして、昨年、介護保険法の一部改正がなされ、《地域支援事業》を大きく位置付けて「介護予防」や「地域包括支援事業」が市町村によって実施されることとなりました。

私達、社会福祉法人「京都老人福祉協会」は設立以来の基本的理念を踏まえて、その人に障害があれば高齢であれば、その人が望む暮らし方を最も尊重して施設ケアと在宅サービスの一體的な提供・支援をモットーにこの伏見区全域を中心に老人ホーム運営やホームヘルパー派遣やデイサービス・ショートステイ事業などさまざまなサービス提供の実践を展開して参りました。

従来よりもお施設ではなく、在宅で地域で高齢者が健康に、またはその人の状態に応じて、住み慣れた家やあるいは自分の家の近くで社会サービスを受けながら住み続けることを強調した「地域密着型サービス」という新しいサービスが複数の内容で市町村の指定のもとに新年度から誕生致します。

そして本年は法人設立四九年を迎えます。五〇年という大きな節目を目前にして地域の高齢者・障害者・ご家族方にとって本当に有効なサービス提供の方向を模索しながら、これまでの経験と反省をもとに、私達は次の新規事業に着手して一層の事業拡大をはかり、地域の一員として皆様と共に福祉社会の発展をめ

ざします。詳細は未確定の部分があります。決まり次第お知らせいたしますので、ご支援ご協力の程、よろしくお願い申し上げます。

◆伏見区役所深草支所管内と伏見本庁管内
◆京都府・京都市の指導と指定を受けて、「地域包括支援センター」を二カ所で運営します。

◆「小規模多機能型居宅介護」の家（民家改修型）を二カ所で設置運営します。

◆仮称・伏見京町家ほっこり
◆仮称・稲荷の家ほっこり
◆「ホームヘルプ（訪問介護事業）・新センター」の設置を計画しています。

◆仮称・稲荷センター
◆醍醐地域・新センター

*これらの新規事業はいずれも京都市・京都府のご指導のもとに現在進行中ですが、詳細はまだ決定されていませんので、現時点では項目のみのご紹介とさせていただきます。

元気に長生きする 10カ条

- 一、気心の知れた人との交流で
- 二、役割や趣味を持って生き生き
- 三、学んで脳に刺激を与え
- 四、何でもいつでも医師や保健師に相談し
- 五、食生活ゆとり、しっかりと食べる
- 六、煙はごめんと、縁を切り禁煙
- 七、転ばぬ先のリハビリテーション
- 八、運動を続けて貯筋を増やし筋力向上
- 九、地域のつながり大切に
- 十、自分の体をチェック検診して

健康長寿を目指しましょう
養護老人ホーム「サークルサロン」
(入居者の自主活動の会)

醍醐の「こもれび」

「こもれび」と「ひだまり」

醍醐の家ほっこりのデイサービスは平成一七年の一月から、これまで一五名だった定員が二ユニット【二部屋】で最大三〇名までの利用が可能になりました。一部屋の最大利用人数は一五名と今までと変わりなく、ゆつくりと過ごしていただくことができました。

分の好きなことをして、自分の時間を大切にしたいとゆつたりとした時間を過ごしてもらっています。利用者さんにとってどちらの部屋が過ごしやすく楽しい時間を過ごしていただけるかを考え、どちらの部屋も醍醐の家らしい、ゆつたりとした雰囲気を出していければと思っています。

この二部屋に、木々の中から光をいっぱいいただき明るい楽しい雰囲気「こもれび」とほかほかとあたたかな雰囲気「ひだまり」という思いで「ひだまり」と名前を付けました。それぞれ違った特徴や雰囲気をもたせようというので、「こもれび」のほうは、その時々によってグループに分かれ、様々なゲームやお話をされ、にぎやかな楽しい時間を過ごしてもらっています。「ひだまり」のほうは、ひとりひとりの利用者さんに寄り添い、お話を中心に興味や自



レク中の「ひだまり」



お話し中の「こもれび」

地元小学生との交流会を開催

春回センター

醍醐地区にある春日丘デイサービスセンターでは、一月の八日(火)、九日(水)及び一日(金)の三日間、近くにある春日野小学校の三年生児童三六名をお迎えして交流会を開催しました。

初めに、子供たちから歌や朗読を披露していただき、利用者みなさんもよくご存知の唱歌では大合唱になりました。

続いて、子供たちが持参したおはじき、けん玉、めんこ、綾取りなどを用いての遊びの交流を行いました。コンピュータゲームは得意の子供たちも、昔からの伝統的な遊びに最初は少しとまどった様子でしたが、利用者みなさんの熱心な指導により次第に熱中するようになり、予定時間を過ぎてもなかなかやめようとしないうれしげな様子。利用者みなさんも童心に返って昔懐かしい遊びを楽しんでいた。子供たちに「また来てや」と声をかけるなど、大変ご好評をいただきました。また、子供たちが丹精こめ



おはじきに夢中



子供たちと唱歌を熱唱



京都老人ホーム入居者 のご家族の皆さまへ



ご家族の皆さま、こんにちは!!

家族会世話人会から皆さまに、初めてお手紙を致します。生まれてやつと二年目の半ばを歩いている家族会ですが、施設の大きいご協力を得ながら、少しずつ少しずつ体裁も整いつつあり、第一回総会以後、八坂祭り、納涼祭、家族会主催喫茶会、一回目の大掃除、運動会、等の行事に、お忙しい中、たくさんご参加下さり、入所者の方々と親しい時間を持つ事が出来ました。

月一回の世話人会では、「入所している家族が安らかなよい一日一日が過ごせるように」と、おひとりでも多くのご家族さまからの様々な声を集めて活かしたい!! と、色々暗中模索の繰り返しで、ご意見箱を作ったり、掲示板

にポスターや「お知らせ」を貼り出したりしてはいますが、常にホームにおいて下さるご家族さまは約30%、行事にご参加下さるご家族さまは全体の5%〜10%であります。

世話人会としては、様々な事情でお越しになれないご家族さまの声なき声に耳を傾けなければ、と、この度お手紙を差し上げる次第です。家族会は、ご家族の方が入所されている方への様々な想いを形にするお手伝いが出来るように、又、施設側が施設をよりよくしていこうと努力を必要だと思えます。

現在、家族の立場である私達がいつの日か入所する側になるかも知れません。様々な意味で、施設に関心を持っていきましよう。

たとえば……

*入所者がお元気な方は……

ご本人がお好きなサークルのプログラムに参加出来ます。

ご家族さまは、家族喫茶の日には是非ご同伴下さり、ご一緒にお楽しみ下さい。

*入所者が一人で動けなくても、お食事を楽しんでいただける方は……

納涼大会では日頃味わえない屋台の味が、夜風に当たりながら楽しめます。

施設のご近所の方々も参加されとても賑わいます。

*入所者が一人で動けなくても、又、お食事も十分に楽しめる方は……

クリスマスにはサンタクロース、お正月には獅子



子舞がお部屋にやつてきます。二カ月に一度のお誕生会もあります。



☆9月には敬老式典がありま

す。お一人で歩かれる方、又はご家族の方などが引いたり車椅子を押して、会場

の中央に敷かれた赤じゅうたんのの上を進まれます。

☆2月頃には演芸会があり、家族会発足後は家族会からも出演し、入所者の方々と楽しい時を過ごします。☆介護保険更新時は入所者の状態がよく判るチャンスです。又、看護士さんやケアマネージャーさんとゆつくりお話出来る時でもあります。施設まかせにせず、立ち会ってみられたらいかがでしょうか。

おねがい

★短歌、和歌、俳句、川柳など、ホームの廊下には、入所者の方々のとても素敵な作品がありますが、家族会の中から作って下さった作品を発表出来れば、入所者と家族の想いが、おのおのに伝わるのではないのでしょうか?

★年末行事「おもちつき」に入所者を助けて、杵をついたり臼どりをして下さると助かります。毎年、年の瀬には、家族会の行事として参加します。皆さんふるってご参加ください。ホーム



のお餅つきは、昔ながらの杵と臼で賑やかな大家族の年末らしい情緒が楽しめますし、厨房職員さん達の心尽くしの、大根

おろし餅・あんこ餅・お雑煮等が皆さんと一緒にご馳走になれます。

★演芸会でギター・ピアノ・お琴・三味線・歌・躍りなどご披露してください。方はいらつしゃいませんか? また入所者のお孫さんやひ孫さんが壇上に立って下さったら、どんなに、嬉しい事かと思えます。今年の二月の演芸会に御出演して下さい。方は、一月末日迄に施設の相談員さんに申し出て下さい。

★使い古しの、歯ブラシ(掃除用)・メリヤス肌着などの木綿布(オムツ替え時に拭き取る使い捨て用)、が

おありの方は、来訪時に受付へ、または郵送などで家族宛にお送り下さい。遠方のご家族さま、多忙でとても行事にご参加頂けないご家族さま、お身体のご不自由なご家族さまにも、家族会のささやかな活動や、行事の様子などをお知らせ出来るように、又、家族会主体の行

事・催事をもっと増やす努力や、掲示板以外の場所にも(廊下、エレベーターなど)様々な案内が貼り出せるように、と考えています。

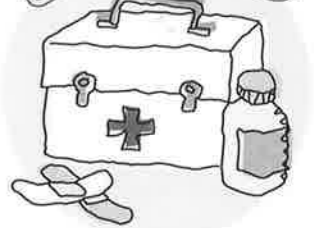
皆さまの下働き役でもある世話人会では、皆さまからのご意見、ご要望、お便りなど、ホーム内のご意見箱に入れて頂くか、「ホーム内 家族会宛」にお手紙頂けると嬉しく思います。少しでも前進の為にキッカケになるのでは、と、念じています。

寒さに向かう折から、御家族一同様のご健康をお祈り申し上げます。

京都老人ホーム家族会・世話人一同



医務室から



風邪を予防 しましょう



- 風邪の原因の約9割はウイルス感染です。
- 風邪を寄せつけないポイントは2つ「栄養」と「休養」です。
 栄養…たんぱく質…基本的な体力をつける
 ビタミンA…鼻やのどの粘膜を強くする
 ビタミンC…免疫力を強くする
 休養…体が疲れて体力が落ちるとウイルスが体の中に入り易い。ストレスをためない(ストレスは自律神経を弱め、免疫力・抵抗力が低下する)

基本的な予防

- 手洗い(ウイルスは人の手を伝って感染しやすい)
- うがい(ウイルスは空気中をとんでいて鼻や口から入ってくる)
- マスクをつける
- 部屋の温度は18~22度が適当
- 部屋の湿度は50~70%が目安(乾燥しきった室内はウイルスが繁殖しやすい)
- 口呼吸をしない(のどの乾燥を防ぐため)
- 禁煙(のどの粘膜に対し刺激が強いため)

風邪には治療法がない!



風邪には医学的な治療方法というのはいない。細菌に感染しての風邪の場合は、抗生物質の投与などがあるが、風邪の9割はウイルス性。そのウイルスを殺せる治療法はない。結局は「きちんと休み」自分自身の身体がウイルスに打ち勝ってくれるのを待つ・応援するのが一番の「治し方」なのだ。そして日頃から免疫力のつく生活づくりをすることが、風邪にかからない・かかっても軽く済んだり、早く治せる方法となる。

深草センター

深草センターは、ほっこりデイサービスでは、一月一〇日と一七日に洛南ジャスコに出かけました(八人参加)。久しぶりのおでかけ企画で、みなさんとても楽しみにされていました。昼食はジャスコの中のお店で選んで頂き、それぞれ好みの物をおいしそうに食べられました。お好み焼きを食べられた方、御寿司や定食を食べられた方等様々でした。普段より皆さん沢山食べられていたように思います。食事のあとは、お買い物タイム! 事前に買いたいものを決めておられる方もあれば、その時選んで買われる方もおられました。お天気にも恵まれ、無事終了! 行き先は、どこにでもあるショッピングセンターなのですが、デイサービス御利用での馴染みの方のひとときは、また少し違った楽しさがあると利用者さんにとっても好評でした。今後も馴染みの関係を大切に楽し



く過ごせるような行き先を御利用者の方と共に考え、実現していきたいなあと思います。



!!犬や暮らして!!

「ただ今」玄関を入ると愛犬ゴン太の猛烈な出迎えをうけます。

私達家族と愛犬は、今の住所へ引っ越してきて五年になります。

ゴン太は、九歳四カ月のミニチュアシナウザーの男の子で、同居の ちぢ、ばばは、六十代後半にして大亀谷に参りました。毎日のお散歩を通して、ゴン太も含め、ばばもたくさんのお友達が出来ました。ずっと以前から住んでいる様な気分、ここに住んで良かったと喜んでいます。

時々、散歩中に農家の方からキャベツ、ブロッコリー等頂戴し、地域の中でもアイドルであったり、セラピードッグでもあったりします。家の中では、私達食事の時や、ティタイムの時は、フルーツ、コーヒー、ココアを少しだけあげますと納得します。ゴン太に、「今度生まれてくる時



A・S

は人間で生まれなさい、そうすると何でもご馳走が食べられるから、」とおしゃべりします。大人ばかりの家の中でも、孫がいる様な賑わいで、我が家では孫的存在です。でも良いときばかりでもなく、病気や各種予防接種で動物病院に通います。一才半で、わけあって息子の所から私共の家に来ました。始めは家の中で一緒に暮らすのは大層抵抗を憶えましたが、今はこの子が来てくれて、ほんとうにありがたうと感謝しております。今年、ゴン太の干支です。又、良い年であります様に祈っております。

東高瀬川センター

「お年寄りの生活の一部を体験する!」

東高瀬川センターシヨートステイでは毎日三〇名弱の利用者さんに利用していただいています。

シヨートステイでの利用者さんの一日は、食事や入浴以外は、居室で休まれている方、フロアで体操やレクに参加されている方、職員や利用者さんとお話している方など様々です。しかしフロアでレクを担当している職員は一名で、他は排泄介助や入浴介助、清掃などの業務に追われている現状です。そんな中で利用者さんにもっと快適に過ごして頂くためにどうしたらよいかを考え「利用者さんの生活の一部を体験する!」研修を行う事にしました。

体験内容は(1)フロアで二時間オムツを当て人工肛門ストマーを付けて車椅子に座っている体験 (2)居室で同じ体位で二時間寝ている体験の二パターンにしました。ほんの一部にすぎませんが、利用者さんの生活を体験する中で、介助を受ける気持ちを知り、今後の介護サービ

ス提供に少しでも生かせたらとの思いでスタートしました。

結果は…フロアで二時間座っているのはとにかく腰が痛い。誰とも話さないと退屈、さみしさを感じ、ほんのささいな職員の一言が嬉しく感じる事がわかりました。

居室で一時間寝る体験では、ずっと同じ体位というのがポイント! ご自分で体位交換できない方を想定していますが、同じ体位で二時間寝ているのは足がしびれる、身体よじれていいる所が痛くなってくる。時間が経つにつれ身体にかなりの苦痛を感じます。そして見えるのは天井、カーテン。カーテンを少し開け外が見えるようにするだけでも気が晴れると気づきました。

最後になりましたが、今回この体験を通して感じたこと気付いたことを今後の介護サービス提供に生かし、ご利用者さんに満足して頂けるようつとめていきたいと思っておりますので、今後ともよろしくお願い致します。



SAKURA NEWS

「第9回地域福祉祭り」のご報告

実行委員長 鈴木太一

藤城学区社会福祉協議会と京都老人ホームの共催で毎年恒例の「地域福祉祭り」が11月6日(日)に開催されました。

今回は、吉本興業をまねくことや、子供コーナーを充実させることで、幅広い世代に参加してもらいたいという趣旨でした。参加者数は、282人。当日はあいにくの雨でしたが、老若男女、多くの方にご

参加いただいて、「祭り」を大いに成功させることが出来ました。

吉本興業の公演には開始前から来場者がいっぱい。「バザー」には、われさき

にと来場者が殺到し、入場制限が必要になるほど。屋台コーナーにも来場者がいっぱい、売り切れるコーナーもありうれしい悲鳴をあげました。ヘルパーさんたちによる「踊り」は、普段とはちがう楽しい姿に、利用者のみなさんは笑顔でした。



楽しく盛り上がった「祭り」ですが、来年度はホームの改修や事業展開にかかわって、これまでと同じ形での開催は物理的に難しくなるかもしれません。

しかし、これまで築いてきた地域のみなさんとの関係を継承・発展させるために、「まつり」の形は変わるかもしれませんが、より良い仕組みや方法を私たちからも提案していきたいと思っています。



京都老人福祉協会全体のボランティア交流会 今年は大合同で開催予定 3月12日、京都老人ホームに集いましょう

大亀谷の京都老人ホームにて、この一年間続けて活動を続けて下さったボランティアの皆さんに、お礼と労いの意味を込めて交流会と給食部の力作手料理による昼食会を毎年実施しています。今年は東高瀬川・春日丘・深草・醍醐等各事業者で活動をして下さっているボランティアの皆さんにも一堂に会していただいて、法人全体で感謝と慰労の意を表し、ボランティアさん同士の交流と励ましあう場として、さらに今後の事業展開にかかわっていただける新しいお仲間を迎える場にもしたいと存じます。詳しくは、各事業所を通じて後日、ご案内申し上げます。どうぞその節には多数ご参加下さい。

障害者支援費制度のご利用者さん方の交流会 ホームヘルパーも大集合 「新年お楽しみ会」

1月7日(土)に83名参加予定、準備中。

当法人のホームヘルパー部門のなかの障害者支援費制度の事業の一環として、児童・成年・高齢者等のご利用者さん方と、そのご家族さんと私達ヘルパーが集まって楽しい交流会を、今年度もパセオダイゴロー（京都市交流会館）にて開催します。

昨年はクリスマス会をなごやかにいきなり行い大好評でした。今年は、お正月をみんなでお祝いして交流をさらに広げ強めていきたいと思っています。4月から障害者自立支援法により、支援する仕組みが変わりますが、引き続き皆様の応援をして参りますので、今後もよろしくお願い申し上げます。

社会福祉法人
京都老人福祉協会グループ



京都老人ホーム TEL.075-641-6622
春日丘センター TEL.075-574-0610
東高瀬川センター TEL.075-602-3071

深草センターほっこり TEL.075-647-9720
醍醐の家ほっこり TEL.075-575-3888
介護情報センターおおすじ TEL.075-605-8331