

ふくふくだより

謹賀新年

今年の抱負

済生会貴船福祉ケアセンター
所長 政光 敏彦

皆様には新年のご挨拶を申し上げます。明けましておめでとございます。

さて、本年は、ケアセンター開設以来7年目を迎えます。お陰さまで特養、ショートステイ、デイサービスの施設利用の3事業は健全な事業運営を致しておりますし、居宅介護支援、訪問介護、訪問看護の各在宅事業においても次第に存在が認められて来ており、着実に利用者が増えてきて、業績も向上しております。このことは、職員の努力はもとより関係者のご理解・ご支援の賜です。特に、貴船町の皆さんやボランティアの皆さんには、いろいろな形で施設を支えて頂いておりますことを心より厚くお礼申し上げます。

私たちは、基本理念や基本方針に謳っているように、これからの地域の皆さんから愛され信頼される施設であるとともに地域の皆さんとの交流を大切にしていきたいです。また、ご利用者の意思を尊重し、ご利用者に満足して頂ける介護サービスの提供を目指して専門職としての知識と技術の向上に努めて参ります。

今年「龍」の如く力強く飛躍し、地域の高齢者福祉増進のために、職員一丸となってサービスの質の向上に努める所存です。今後ともより一層のご支援ご協力をお願い致しますと挨拶と致します。

元旦の風景



元旦の朝 みんなで記念撮影



←門松制作は元職員の坂口俊紀さんです



お屠蘇とは「古来の中国の風習が日本に根付いたもので、元旦に1年の邪気を祓い延命・無病息災を祈願して飲む薬酒」です



社会福祉法人 恩賜財団 済生会支部 山口県済生会
済生会貴船福祉ケアセンター
山口県下関市貴船町三丁目4番1号



基本理念

「救療済生」の精神に基づき、心のかような質の高い福祉を提供します

基本方針

- 1 利用者の意思や人格を尊重し、利用者の立場に立った福祉サービスを提供します
- 2 明るく笑顔と誠実な態度で接し、利用者や家族が住みなれた地域の中で、安心して生活できるよう支援します
- 3 一人ひとりが専門職としての倫理と誇りを持ち、常に知識・技術の向上のため研鑽に努めます
- 4 地域社会との連携を図り、地域とともに歩む施設を目指します

- 特別養護老人ホーム 貴船園
TEL (083)223-0261 FAX (083)223-0271
- 貴船園ヘルパーステーション
TEL (083)223-0263 FAX (083)223-0276
- 貴船園ショートステイ
TEL (083)223-0261 FAX (083)223-0271
- 貴船園居宅介護支援事業所
TEL (083)223-0275 FAX (083)223-0276
- 貴船園デイサービス
TEL (083)223-0265 FAX (083)223-0271
- 貴船園訪問看護ステーション
TEL (083)223-0262 FAX (083)223-0276

年男 年女

今年の抱負は？



やりたいことはいっぱいあるけど、旅行に行ってみると遊びたい。
ご利用者・大橋貞子さま・昭和3年生



まず、長生きすること。あとは、僕の家が金持ちになること。
ご利用者・江本美光さま・大正5年生



住吉神社に行きます！
ご利用者・井上清さま・昭和3年生



今年も地に足をつけて頑張っていきたい。
ご利用者・白石正光さま・昭和15年生



自分の望みが叶いますように。
ご利用者
上本義男さま
昭和3年生



平穏なる日々を過ごせますように。
デイサービス看護主任
松尾真由美・昭和39年生



健康で楽しく過ごしたい。
ご利用者・山根和子さま・昭和3年生



長寿日本ーを目指して頑張ります！！
ご利用者・山田里留さま・大正5年生



2年目！笑顔忘れず頑張ります(^_^)/
管理栄養士・原絵利子・昭和63年生



学びの年にしたい。
感謝の気持ちを忘れず、笑顔で過ごせる1年にしたいです。
事務職員・柳井英美
昭和51年生



今年は、貴船園に入社して11年目の年です。初心を忘れず、お客様の笑顔のために一生懸命動きます!!
デーサービス介護職リーダー・林直人
昭和51年生



今年は、一段と技術・知識を向上させます。
特養介護職リーダー・石田修睦
昭和51年生



元気な赤ちゃんを産みます♥
特養介護職員・谷本絵里菜・昭和63年生

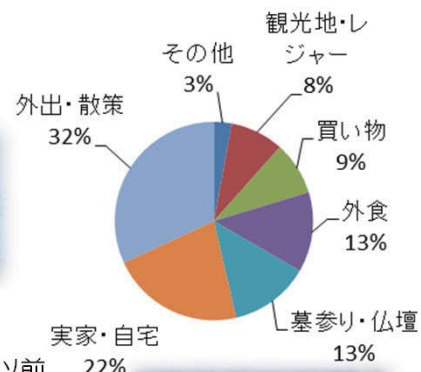
100人に聞きました!



「老人ホームに入ったらどこにも出かけられない…」 「老人ホームの中での暮らしに慣れないと…」 そんなことはありません! 園で暮らしている皆さんだからこそ行きたいところはあるはず。貴船園ではできるだけ利用者様の希望に添えるような場所に、個別で外出できるよう支援しています。

今年も特養利用者100人を対象に行ってみたい場所をお聞きしました。回答のあった中から行先を大きく分類してみると右下のグラフのような結果になりました。皆様の声には次のようなものがありました。

- ・海の風と匂いを感じられる所に夫婦でいきたい。
- ・明円寺(小月町)に行きたい。昔、世話役をしていたお寺。
- ・大丸の中や喫茶店でコーヒーとケーキを食べたい。
- ・喫茶店またはスワン美容室(長崎本町)
- ・豊前田の家か赤岸通りに行きたい。
- ・桃太郎のうどんが食べたい。



- ・唐戸市場に行きたい。
- ・家に帰って庭を見たい。
- ・孫の家に行ってみいたい。
- ・「あのね、水族館」

その他少数意見ではありますが「競艇に行き、船券を買って勝負する」という方、「以前習っていた日本舞踊を見に行きたい」などさまざまな希望が挙がっていました。

利用者の皆様には行きたい時に行きたいところへ行けるよう、ごはんをたくさん食べて体力をつけ、元気でいてもらえたらと思います。



松村ユキ子様 ご自宅前でご家族と



原哥子様 世話役をしていたお寺にて (園最高齢107歳)



中野セモ様 お孫さんの家にて



12月27日、昨日までの寒さとは打って変わり晴天の朝、年末恒例の餅つきを行いました。昔とった杵柄で「手返し」をしてくださる利用者、職員と一緒に杵を持つ利用者、つきあがった餅で各事業所に飾る8組の鏡餅を作ってくださいました。ボランティアさんと、皆さまのご協力で今年も無事にお正月を迎える準備ができました。

皆さま 良いお年を!!



できあがった鏡餅



貴船園ボランティアの皆さま♪いつもありがとうございます

貴船園ボランティアの皆さま、
新年あけましておめでとうございます。

昨年は、たくさんのボランティアの皆さまにお力添えをいただき、ご利用者様にとっても素晴らしい一年になったと思います。今年もご利用者様に楽しんでいただけるよう、さまざまな催しものを計画しています。

さっそく新年早々の「どんど焼き」にも、多数お手伝いいただく予定です。皆さまと一緒に素晴らしい一年の始まりを迎えられますことを感謝するとともに、本年も皆さまのご健勝をお祈り申し上げます。



布切りの皆さま

月に2回、利用者様のために使う布を切るボランティアをしていただいております

ボランティア活動の風景



芋ほりやバラ園見学など園内外行事には、お年寄りの付添いなどとして活動いただいております。



貴船園誕生会の風景

毎月1回の貴船園誕生会ではさまざまなグループや団体の方々にお越しいただき、素晴らしい舞台を披露してくださっております。



懐かしの歌声喫茶
若狭彰様



山根徹さま



下関老人大学友の会演芸部のみなさま



すすきの会のみなさま



若草流若草会のみなさま



絃照会のみなさま

お礼とお詫び
残念ながら
今回ご紹介
できなかったボ
ランティアの
皆さま、次回
以降で掲載さ
せていただき
たいと思いま
す。
ご了承のほ
ど、お願い申
上げます。



シャローム会の皆さま

月に一度、利用者様のための裁縫や布切りをしていただいております



生け花クラブの皆さま

ご利用者が参加される生花クラブの先生をしていただいております



天理教の皆さま

月に一度、園内外の環境整備などを
していただいております



楽しい!美味しい! クリスマス & お節料理



お節のメニュー

・重詰め煮物(里芋、海老、ねじり梅、湯葉玉、木の葉南瓜)、口取り寒天ゼリー、きんかん、おたふく豆、甘鯛の黄金焼き、紅白生酢ゆず釜入り、伊達巻、いちご、干支かまぼこ、手まり寿司、赤飯

12月24日の夕食はクリスマス特別メニューでした。ポテトグラタンや手作りりんごパイ、かわいい苺のサンタがのったオードブルに加え、メインのローストチキンを用意しました。鶏の丸焼きが出た瞬間、フロアは歓声と驚きの声に包まれ、チキンはあっという間に骨と化しました・・・。

昔ながらの縁起物の詰まった「お節のお重」。もちろん手作りですが、時代の変遷を感じ、特に今年は、嚙下困難の方にもお正月気分を味わって頂けるよう、お節のソフト食にこだわってみました。普通食を食べられない方にも違和感のないお節料理を楽しんで頂けて、私達も感激しました。



ソフト食のお節料理

デイサービススタンプラリー

毎日、盛り上がるじゃんけん大会「最初はグー!じゃんけんポン!」



今年の7月より貴船園デイサービスでは、利用者様にもっと楽しく過ごして頂けるようにと、スタンプラリーを始めました。

貴船園流スタンプラリーとは・・・

利用者様がアクティビティや行事に参加された時にスタンプカードにスタンプを1個押します。ゲームに勝てば、さらにスタンプがもらえます。朝、全員がそろってするジャンケン大会でも、勝った人にはスタンプが1個もらえます。そして、スタンプが30個たまるとドリンクメニューの中から好きなドリンクを選んで、好きな時に飲んで頂けます。このようなルールで行っています。



ジャンケン大会は、いつも盛り上がり、「今日は何を出す?」と、皆様が勝つことに燃えています。サービス週間では、「あいこ」でもスタンプがもらえます。利用者様から「じゃんけんでは絶対勝ちたい」とか「スタンプがたまるのが楽しみ」という声も聞かれ、午後からのグループごとのアクティビティでは団体戦になり、「絶対勝つよ!」などの掛け声があがり、スタンプ獲得に協力体制バッチリです。一番多い方でポイントカード5枚目です。

朝、デイサービスよりにぎやかな声が聞こえた際には、是非お立ち寄りください。



スタンプがたくさん貯まっています



「いつもスタンプラリー楽しみにしています」ドリンクメニューよりコーヒーを選びました

仕事はね、正直に頑張れば 良い事があるんよ

なかむら まさこ

中村 正子様 89歳

ご主人が経営していた(株)中岩商会にて経理を担当されていた中村正子様にお話を伺いました。

「生まれは徳山でね、実家は桃やらミカンを作ってたよ。大きな山があつてね、畑に人が入れんようにスギの木で囲ってたね。桃が一番おいしいよ。

結婚する前か、後かは忘れたけどその頃から下関に来て、中岩商会で経理の仕事をしよったんよ、仕事が楽しくてね。

株式会社ってのは、1人2人ではできんよ。7人ぐらいで仕事しよったよ。帳面がね私の仕事よ、売り上げや仕入れを書くんよ。夜は仕事がしやすいね、静かだから主に夜に仕事しよったよ。男の人はドンッと構えとかんとね、私が主人のかわりに頑張ったよ。(笑)

お得意さんでも女だから話しやすかったんやろうね、男より私の方が話しを聞けたよ(笑)お酒はよく飲めんけど1、2杯は付き合いよったんよ。仕事でキツかったことなんか一度もないね。今思えば、あの時が楽しかったね。近所の子供3人ぐらいにも帳面を教えよったね、懐かしいね」

最後に、仕事に対し心掛けていたことを伺うと「仕事はね、正直に頑張れば良いことがあるんよ」と素敵な笑顔で話されていました。

*ご家族のお話によりますと、中村さんは10年ぐらい前まで仕事をされていたそうです。



セピア色の 風景



澄みきった秋空の下、園外に出かけてみました♪



みかん狩り

11月14日、総勢49人で吉母へみかん狩りに行きました。当日は天気恵まれ、絶好の外出日和でした。みかんも大豊作とのこと、甘く美味しいみかんを全員が堪能しました。いつもは介護職任せの方がご自分で皮をむいて食べられたとか、5個も食べた方もいたとか、帰りのバスの中は楽しい話題でいっぱいでした。



紅葉狩り

11月29日、秋晴れの中、長府の功山寺へ52人で紅葉を見に行きました。今年は紅葉が遅いと聞いていましたが、功山寺はちょうど紅葉真っ盛りで、利用者から「いいものをみせてもらった」「本当にきれい」という声が聞けました。



第16回貴船町自治連合会大運動会

11月3日に貴船園より利用者7名、職員8名で参加し、みんなでたくさん汗をかき、いっぱい賞品をもらって帰りました!





『家を購入して』

済生会貴船福祉ケアセンター 事務長 三輪 昇



昨年の6月に中古ですが家を購入しました。元々実家は萩だし、住んでいた県営住宅は間取りの割りに格安の家賃だったので、「家は子供にお金が必要なくなってから、まだまだ先に考えればいいや」ぐらいにしか考えていませんでした。

しかし、父親が病気になり、入院も長期にはできないということで、家の購入の話が急遽湧き上がってきました。時間もあまりなかったので、不動産屋に行ったその日に丁度気に入った物件もあり仮押さえしてしまいました。それからの手続きをできるだけ早く進めて、6月4日に引越し、翌週の11日には萩から父親も引っ越してきました。残念ながら9月に父親は他界してしまいましたが、わずか3ヶ月ですが一緒に生活できて、この家での楽しい思い出も残すことができました。とりあえず、父親が生活した部屋は「じいちゃんの部屋」という名称で今後も我が家では呼ばれ続けていくことと思います。ローンはまだまだこれからだし、先のことを考えると「余り考えずにこの家買ったけど良かったのかな…」と思う日もありますが、「台所は広くなったし、子供達も自分の部屋ができて喜んでるし、風呂も足が伸ばせるし」と、これで良かったんだと納得しています。



工作中的の三輪事務長

ただ贅沢ではあるのですが、一軒家はアパートに比べて寒いのと、階段を上るのが少々きついのが残念です。それと、萩の実家にあった神棚をもってきたのと、仏壇もできたので、神をかえたり、線香をあげたりと、今までが全くそうゆう事に縁がなかったので、ちょっと生活スタイルが変わって戸惑っています。

萩の家から花が咲きました



父親は山草が好きで、萩の庭には鉢やら何やら一杯あったのですが、何とか枯れずに生き残っていた鉢を持って帰って世話を始めました。世話といっても何も知識がないので水やりくらいしかできなくて、どれが本命の山草で、どれが雑草なのかわからなくなった鉢が多く、途方に促されています。でも気づくと花が咲き始めて見事に開花した鉢もあって、全く草木に興味のなかった自分には新鮮な思いでした。



ジャンボ苺「大きく育ってね。」

少し調子によって店で花や野菜の苗を買ってみて、家庭菜園らしきものにもチャレンジしてみました。苺の苗もあったので、どうせなら「ジャンボ苺」というのを買ってみました。肥料もなにをやってよいのかわからず、あるもので適当にやってみてしまっ、二つ買った内ひとつの苗は完全に枯れてしまいましたが、もうひとつはまだ何とか成長しています。このままでは、今からの寒い時期を乗り切るのは困難だとは思いますが、今年はぜひ我が家の苺を食べて見たいものです。

ご結婚おめでとうございます

平成23年9月23日、坂本大樹介護職員の結婚式が行われ、当施設から所長、副所長をはじめ12名の職員が出席致しました。

ぴったりと寄り添いながら終始笑顔のお二人、本当に仲睦まじいご夫婦でした。きっと感動あふれる1日となったことでしょう。末永くお幸せに～。



「みなさんのおかげで、とても楽しい時間を過ごす事ができました」(大樹、涼子)

2つの海を駆け抜けよう!!

下関海響マラソン2011

平成23年11月6日(日)に開催された瀬戸内海と日本海沿岸を走るフルマラソンに、鴻矢職員が出場しました!

『雨天に加え気温は例年より高くて走りにくいものでしたが、無事に完走してゴールした瞬間の達成感は言葉では言い表せないほどでした。家族や友人、応援に来てくださった方々、ボランティアの人達への感謝の気持ち、よくやったという自分を褒める気持ち、自然の過酷さを敬う気持ち…本当に色々な気持ちが一つになった最高の瞬間となりました。』



感動のフィニッシュ!



関門医療センター付近にて 撮影 橋副所長・阿波井職員

私は練習嫌いですが(苦笑)、この瞬間を味わいたから走ったようなものです。もし、マラソンを始めようか迷っているあなた!思いきってやってみましょう。迷っている時間はもったいないですよ!』



知りたい!聞きたい!答えます!!



Q.

最近、うちの爺ちゃんが食事の時にムセ込むことが多くなってきました。今後、喉に詰まったりしないか心配です。

少しでもムセ込みなく安全に、食事ができるようになるにはどうしたら良いか教えてください!

A.

口の周りの筋肉は加齢と共に衰えます。口の周りの筋肉を積極的に動かすことにより、唾液の分泌が促進され、咀嚼・嚥下、発音機能を維持・改善します。

口を動かす動作は、脳にも刺激を与え、顔の表情が豊かになります。ゲーム感覚で行える、口腔ケアトレーニングを紹介します。

口腔ケアトレーニング

①姿勢

リラックスして腰かけた姿勢をとります。



②深呼吸

お腹に手をあててゆっくり深呼吸します。

③首の体操



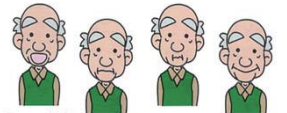
ゆっくり後ろを振り返る。ゆっくりと左右とも行う。
首を左右にゆがゆがと1回ずつ回す。
耳が肩につくようにゆっくりと首を左右に倒す。

④肩の体操



両手を頭上に挙げ、左右にゆがゆがとおろす。肩をゆがゆがと上げてからストンと落とす。肩を前から後ろ、後ろから前へ2回ずつ回す。

⑤口の体操



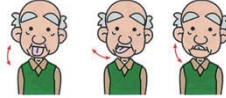
口を大きく開ける。口をとして歯をしっかりと咬みあわせるを繰り返す。
口をすぼめたり、横に引いたりする。

⑥頬の体操



頬をふくらませたりすぼめたりする。

⑦舌の体操



舌をべーと出す。口の両端を舌の奥のほうへ引く。
口の両端をなめる。
鼻の下、顎の先をさわるようにする。

⑧発音練習



「パ・ピ・フ・ベ・ボ
パ・タ・カ・ラ」
を繰り返す。

⑨咳ばらい



お腹を押さえてエヘンと咳ばらいをする。

⑩手の準備体操



食事の前に軽い準備運動として肘を曲げたり伸ばしたり、指を曲げたり伸ばしたりすると、手を動かしやすく、食事がしやすくなります。

事務管理部より



～省エネの取組み～

昨年12月、冬期も夏季同様に節電に資するべく、全職員を対象に“省エネに関する標語”を募集したところ、35個の標語がよせられ、その中から職員の投票により選ばれた下記の4つの標語が当センターの各箇所に掲示されました。

職員一同、利用者様の体調を第一に考えながらも、日々節電に取り組んでいます。

- 夏から冬へ 省エネのタスキを つなげよう (永尾職員)
- 寒い朝 支える手のひら あったかい (頃末主任)
- 風邪ひかぬよう 体調管理で 節電だ (政光所長)
- ありがとう 言葉が伝えた あたたかさ (新田職員)

掲示標語に採用された新田介護職員



省エネ診断

今年の1月、経済産業省 資源エネルギー庁 の補助事業である、『**ビルの省エネルギー診断サービス**』を受けることになりました。これは、(財)省エネルギーセンター が実施するもので、当施設の省エネへの今後の取組みが期待されています。

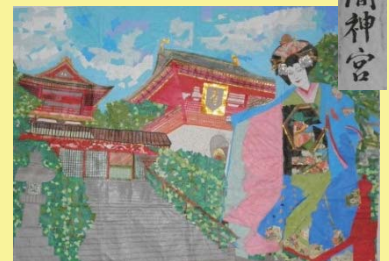


ご利用者の作品

「大作の はり絵 完成！」

壁画

赤間神宮



季節のたびに作られるテイサービスの壁画は見ごたえ満点!

第三者評価事業について

今年度平成23年11月に第三者評価事業を受審しました。現在の場所に移転し、5年を経過したこともあって施設の評価を改めて審査してもらうために、今年度行いました。内容としましては、利用者サービスから施設の運営、職場環境など多岐に亘り、高い評価を受けたものもあった一方で、見直しが必要な部分も見えてきました。今後も可能な限り、定期的な受審をしたいと思います。



行事予定

1月1日(元旦) 正月のお屠蘇	2月2日(木) 曙(1F)入居者懇談会	2月8日(水) 針灸養・昴(5F)入居者懇談会
1月2日(月) 書き初め	2月3日(金) 節分・銀河(2F)入居者懇談会	3月3日(土) ひな祭り
1月4日(水) 初詣(忌宮神社)	2月6日(月) 茜(3F)入居者懇談会	3月4日(日) 家族会総会
1月13日(金) どんど焼き	2月7日(火) 北斗(4F)入居者懇談会	3月13日(火) ボランティア懇談会



編集後記

当施設では、利用者様から「ここは行事が多くていいね」と評判で、年間を通して楽しんで頂ける行事がたくさんあります。しかし、当施設の職員だけでは対応が難しく、ボランティア様のご協力で支えられているのが現状です。今回は、いつもお世話になっていますボランティア様の特集を組んでみました。皆様一人一人のご協力に改めて感謝致します。

さて、今年も明るい話題がお届けできるように広報委員一同頑張っております! よろしくお願致します。

