

自分らしくこの街で生きるあなたと光照苑を結ぶ

ふれあい通信

江戸川光照苑



30年秋号

ふれあい通信 83号

高齢者の保健事業と介護予防の 一体的実施について

高齢者の通いの場を中心とした介護予防・フレイル対策や生活習慣病等の疾病予防・重症化予防、就労・社会参加支援を都道府県と連携しつつ、市町村が一体的に実施する仕組みを検討するとともに、インセンティブを活用することにより、健康寿命の地域間格差を解消することを旨指すことが平成30年6月15日に閣議決定されました。

これを受けて、7月19日の社会保障審議会医療保険部会において、健康寿命延伸に向けた取組が議論されていますので、その一部をご紹介します。

健康寿命延伸に向けた取組

〔2つのアプローチ〕

①健康無関心層も含めた予防・健康づくりの推進

- ・多様な主体の連携により、無関心層も含めた予防・健康づくりを社会全体で推進。

②地域間格差の解消

- ・健康寿命には、大きな地域間格差。地域ぐるみで取組、格差を解消。

【重点取組分野3つの柱と2040年の姿】

①次世代の健やかな生活習慣形成等
(健やか親子施策)

- ・成育環境に関わらず、すべての子供が心身ともに健やかに育まれる。

②疾病予防・重症化予防

- (がん対策・生活習慣病対策等)
- ・個々人に応じた最適ながん治療が受けられる。

- ・所得水準や地域・職域等によらず、各種の健康指標の格差が解消される。

③介護・フレイル予防

(介護予防と保健事業の一体的実施)

- ・身近な地域で、生活機能低下防止と疾病予防・重症化予防のサービスが一体的に受けられる。

基盤整備として、

①見える化

②データヘルス

③研究開発

④社会全体での取組みを推進する。

我々介護サービス事業者もこれらの内容を把握し、今後の進捗状況を確認しながら、寄与できるよう、サービスの内容を考えていかななくてはならないと考えています。

巡る♪季節の中で

「子供太鼓見学」

開催当日に台風に見舞われたため、今年の納涼祭が中止となっていました。

そのため、少しでもお祭り気分を味わって頂こうと8月12日に施設内ホールで子供太鼓の演奏を見学しながら、かき氷やフランクフルトなどを召し上がっていただきました。子供たちが一生懸命太鼓をたたき姿にご利用者も元気ももらいました。



「敬老会」

9月16日に『笑顔いっぱい 長寿の祝い』が行われ、江戸川光照苑では6名の方が卒寿の年祝いを迎えられました。

今年のアトラクションは『えどがわインド・ダンサーズ』の皆様がインドダンスを披露していただきました。

ご利用者、ご家族の方々も素敵なダンスを見て、リズムに合わせて体を動かしたり、手拍子などをされ、楽しまれています。



日々の暮らしの中で

「介護体験学習の学生との交流」

江戸川光照苑に音楽大学の学生が実習にきました。5日間と短い期間で初めは緊張していましたが、徐々に施設の雰囲気にも慣れ、大学で勉強している歌曲を利用者に披露してくれました。素晴らしい歌声に皆さん聴き入っていました。

機会があれば、施設のホールを使用し、音楽鑑賞会を開催できたらと思います。



目次

- ② …… ●特集
「これからの高齢者福祉」
- ③ …… ●巡る♪季節の中で
●日々の暮らしの中で
- ④ …… ●かよいの『ふれあい』和気あいあい
- ⑤ …… ●やすらぎ『くつろぎ』明るい笑顔
- ⑥ …… ●ボランティア通信
●人『財』育成
- ⑦ …… ●おしえてケアマネさん
●あたまの体操
- ⑧ …… ●地域の窓
●ぶらり散策
- ⑨ …… ●ふれあいセンター光笑苑
●ふれあい配食サービス
- ⑩ …… ●事故等報告
●ボランティア芳名
- ⑪ …… ●行事等予定表
●クロスワード解答
●トピックス
- ⑫ …… ●管理栄養士の一口メモ
●お食事レシピ
- 編集後記

かよいの

『ふれあい』

和気あいあい



恒例、夏祭りを楽しみました

8月初旬に「夏祭り」が一週間かけて行われました。

毎年の恒例ということでもあり、ご利用者の皆さんも心待ちにされている行事の一つです。

今回は新たにカキ氷機を購入し、きめ細やかなカキ氷を提供し、より楽しんでいただけるように工夫しました。



やはり定番のいちご味が好評でしたが、利用者の中にはブルーハワイ味を選ばれる『通』な方もいらっしゃいました。

遊び物はヨーヨー釣りの他に射的をご用意しましたが、順番を待つ人が出るほどの盛況でした。皆さんよく狙いを定めて引き金を引き、該当の景品を持ち帰られました。

今回もボランティアの方にご協力頂き、模擬店の手伝いをしていただきました。

幼少期を思い出し笑顔いっぱい時間を過ごされたご様子でした。



江戸川 光照苑祭

日時：11/18(日) 10:30～14:00

場所：江戸川光照苑高齢者在宅サービスセンター棟

やすらぎ

『くつろぎ』

明るい笑顔



「かるた」で

脳を活性化させよう！

くつろぎコースでは、定期的に頭の健康体操を行っています。

その中でも「かるた」は皆様特に熱心に取組みられています。

読み手を職員とご利用者とで順番に行い、絵札を広げる、読み手の声を聞き、読まれた絵札を取る、取った枚数を数える、そして最



後に片づけをするという一連の活動が、脳の活性化、集中力を養う効果となっているようです。

これらは活動時間以外でも、昼休みや帰りのお送りする車を待つ間にも行っています。

絵札を取るのが苦手な方も職員がサポートしながら、皆様が平等に楽しめるように対応しています。

「ことわざ」「郷土」「昭和」シリーズの中からご利用者のご希望のかるたを選んでいきます。



もっと江戸川光照苑を知りたい方はこちらをご覧ください

社会福祉法人 光照園
江戸川光照苑

みなさんの笑顔のために、最高品質のサービスを提供します

〒133-0051 東京都江戸川区北小岩5-7-2
(代表) TEL03-5668-0051 FAX03-5668-0052
(地域包括支援センター) TEL03-5612-7193 FAX03-5612-7194

自分らしくこの街でいきるあなたと

江戸川光照苑は平成8年7月に生まれました。江戸川光照苑では、ご利用者お一人お一人と真摯に向き合い、心を大切にすることを職員の仕事の基本としています。下町情緒と人情の厚い北小岩の地にあることを誇りに思い、地域のみなが、江戸川光照苑があってよかった、と思って頂ける施設でありたいと願っております。江戸川光照苑のご利用者、ご家族、地域の皆様、そして苑に働く職員がこの地で自分らしく生きることを支援する施設運営を目指しています。

URL <http://www.e-kousyoen.or.jp>

ボランティア通信

く趣味を生かして

みませんか

江戸川光照苑では、利用者が日々の生活の中で、潤いや楽しみを持っていただけるよう支援をしています。

しかし、お一人お一人の希望に添っていくことは職員だけでは限りがあります。そのため、地域の皆様の手助けが必要です。



特養ってどんな所なのか、地域の皆さんに知って頂く為にもお友達とお誘い合わせて一度遊びにおいでください。

お話が好きなご利用者や折り紙が好きなご利用者、将棋が好きなご利用者などいろいろな方がいらっしやいます。地域の皆さんの趣味の範囲の中でお手伝いしていただけることがありますたらお力をお貸しください。

ボランティア活動に興味・関心のある方はお気軽に担当までご連絡ください。



お問い合わせ先
03(5668)0051
(担当：小倉、月岡、渡辺)

人“財”育成

く新人事考課制度に

向けて

昨年度より、「新人事考課制度」の実施に向けて、「人材育成委員会」が中心となり、「マニュアル・評価シート」の作成、評価の仕方、面接の方法などを検討してきました。

当初今年度からの実施を目指してきましたが、法人内で同じ基準で行うために、もう一つの施設である、王子光照苑との調整で少し時間を要しています。

何事も初めから完璧にできるわけではありません。できるだけ完成度を上げ、実施してみても改良をしなければいいと思っています。

職員募集

常勤 特養 介護職員・看護職員 若干名
地域包括支援センター 相談員 1名
非常勤 特養 介護職員 若干名
通所 介護職員 若干名
通所 機能訓練指導員 1名
地域包括支援センター 相談員 1名

※各職種、必要資格はお問い合わせください

- 交通費全額支給
 - 制服貸与
 - 休日4週8休
 - 従事者相互保険加入
 - 退職金制度有(常勤)
 - 中小企業退職金共済
 - 東社協従事者共済
 - 資格取得支援制度有
 - 自己啓発支援
- 給与、勤務時間等、詳細は面談にて

お問い合わせは

03(5668)0051

担当 葛西まで

おしえて!

ケアマネさん

このコーナーでは、皆さんが介護保険や福祉施策でわからないことや疑問に感じていることに対して、介護支援専門員（ケアマネジャー）がお答えします。

質問 其の一

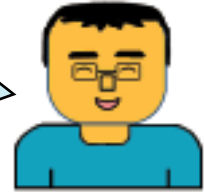


訪問リハビリって
どんなサービスなの？



理学療法士・作業療法士・言語聴覚士のリハビリ専門職種がご自宅を訪問し、日常生活の自立に向けた機能訓練を行い支援をします。

質問 其の二



医療保険での訪問マッサージを受けているが、訪問リハビリも利用出来ますか？



利用する事は可能です。訪問リハビリは介護保険での自立に向けた機能訓練を行います。訪問マッサージは医療保険にて按摩マッサージ等の有資格者が理学療法士からの指示を受け、全身の軽いマッサージや愁訴の強い局部の医療マッサージ等を行います。ただし、どちらのサービスも主治医の同意書が必要ですので詳細はお問い合わせ下さい。

あたまの体操

ヒントを頼りに、空欄を埋めてください。
最後に、A～Gマスに入った言葉を並べて
できる言葉は何でしょうか？

※前回の解答は11ページにあります。

タテのヒント

① 葉が色づき絶好のシーズンを迎えます。関東では栃木や群馬、関西では京都や奈良に名所が多いです。

② 古くから乳用・肉用・役用として改良され、現在はホルスタインやヘレフォード、褐毛種などの品種が普及。

③ カタカナで言うと「コビー」でしょうか。芸術作品などをそっくりそのまま写し取ることもこう言います。

④ 下駄を履かない今の子供に「下駄箱」と言っても伝わらないでしょう。現在は「○○箱」と言います。

⑤ 暑さ、寒さも「コ」まで。

⑥ 漢字で道化師と表現されます。また笑者になることを例えて「○○言」でも。

⑦ きょうだいの内で年下の女子。

⑧ 本来は生物が関わる前からあった物質のことですが、生命感のない場所や温かみのない人を揶揄してこう表現することもあります。

⑨ 口の悪い人は「食事を取く」を「飯を○○」。

⑩ オニユリなど食用の鱗茎を言い、茶碗蒸しなどに入っています。

⑪ 野球用語で地面を転がるボールのことです。

⑫ どんな人でも多少はあるものだと「○○○○○○」。

| | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 | | | D | C | |
| | | | | 9 | 10 |
| 11 | 12 | | 13 | | B |
| 14 | A | 15 | | | |
| | 16 | | | 17 | 18 |
| 19 | | | F | | E |

ヨコのヒント

- (1) 恋は常識や理性を失わせてしまう、の意。「恋は○○○○」
- (5) 富山県氷見市にある実際の地名『万尾(○○)』
- (7) アメリカ第一の大河。ミネソタ州のイタスカ湖を水源とした『○○○○川』
- (9) 秋の夜長、ご自宅のテレビでゆっくり○○○観賞も良いのでは…。
- (11) 人前でクチャクチャと噛んでいるのはマナー違反です。
- (13) 東京で言う『築地市場』のような場所。大阪中央区にある『○○○○市場』
- (14) わび茶(草庵の茶)の完成者として知られ、茶聖とも称せられる。『千○○○』
- (16) 幼児のココが青みがかっていることから、未熟で一人前でないことを「まだ○○が青い」
- (17) ガスコンロの部位のひとつ。やかんやフライパンなどを置くための金属製の台のこと。
- (19) 料理の表現などで「こんがり○○○○○になるまで火を通す」

地域の窓

～目配り訪問について～

熟年相談室では高齢者の皆さまが住みなれた地域で安心して暮らせるように、「目配り訪問」を行っています。

目配り訪問とは民生児童委員の協力のもと、今は無事に過ごせているけれども、今後の生活が不安で、地域の見守りが必要とされる方に対し、熟年相談室の職員が定期的に訪問や連絡を行う制度です。高齢者の皆さまが日々の生活を自分らしく、不安なく過ごされているかを確認



し、また必要に応じて介護認定申請手続きや情報提供を行いサービスに繋がってきます。

地域にお住いの皆さままで見守りが必要な方、または近所の高齢の方で気になる方をお見かけしたら熟年相談室にご相談下さい。



お問い合わせは

熟年相談室まで

03(5612)7193

又は

北小岩本室

03(6657)9186

西小岩分室

ぶらり散策

～「ぶらり散策」復活します～

過ごしやすい気候になり、皆様の健康づくりに力が入る季節となりました。

そこで健康づくりに一役買うために、江戸川区の散歩コースなどの情報発信をしていた『ぶらり散策』を次号よりコーナーとして復活します。

江戸川区は、緑あふれる自然やのどかな景色が各所で見られます。そんな素晴らしい江戸川区を知り健康づくりに散歩に出かけましょう！というコーナーです。散歩に興味がない方々にも紙面を通して、散歩しているような気分を味わってもらえればと思っています。



ふれあいセンター光笑苑

江戸川光照苑の機能訓練室で行っている「ふれあいセンター光笑苑」の活動をご紹介します。

4月に誕生したばかりですが、ご興味のある方、ご利用を希望される方はいつでも熟年相談室江戸川光照苑にお問い合わせください。

ふれあいサロン

「みんなで楽しく作って、楽しく食べるお食事会！」と題して、「チーム恋輪（こいわ）」の方々の応援で『手作りお食事会』が実現しました。

「自宅では調理はやらないわあ」「私は食べるだけの参加よ」という声もありましたが、皆さんいきいきとした表情で調理に取り組んでいました。



※歩行に不安があつて通うのが難しいと思われる方はご相談ください。
車での送迎も可能です。

いきいき運動教室

4月中旬より開始となりました「いきいき運動教室」も数か月が経過し、ご利用者も運動に慣れてきた今日この頃です。皆様頑張つて通われています。個々別々の訓練を実施しています。運動に興味のある方、興味はあるけど出来るか不安な方、お気軽に見学にいらして下さい。ご来苑お待ちしております。



ふれあい配食サービス

最善のサービスを実現するために

配食サービスでは配達職員がご利用者の状態、必要な介護の状況等を理解、把握することが重要と考えています。

例えば、配達に伺った際、所定の場所に弁当箱を置こうとすると、「あっちに置いて！」と言われるたら、その通りにしてしまいます。事前にご利用者の認知症などの状態を理解していれば、不快感がないように「言葉かけ」を行い、所定の場所に置く事が出来るはずです。

職員へは書面だけでなく、認知症の有無や、ご利用者の生活状況を説明し、理解、把握に努めています。



事故等報告 (平成30年6月16日～平成30年9月15日)

部署：特養、短期入所、通所介護、居宅介護、江戸川区委託事業（地域包括、配食等）

○ヒヤリハット

| 内訳 分類別 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 計 |
|-----------|----|----|------|------|----|----|--------|----|------|-----|---|
| | 転倒 | 転落 | 器物接触 | 体位交換 | 飲食 | 入浴 | 配置・使用上 | 仕組 | 特定困難 | その他 | |
| | 6 | | 7 | | | | | 4 | | 8 | |

ヒヤリハット件数をもっと増加させるために、書式を変更しました。事故につながる事例を速やかに報告でき、気づきを多くもってもらうために簡便なものにしました。

○事故

| 事故 分類別 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 計 |
|-----------|----|----|----|----|----|-----------|-----|------|-----|-----|---|
| | 骨折 | 出血 | 火傷 | 誤嚥 | 異食 | その他 けが | 誤与薬 | 無断外出 | その他 | 感染症 | |
| | 1 | 2 | | | | 2 | | 2 | 1 | | |

無断外出は同利用者(短期入所)のものです。事故には至っておりませんが、予防、発生対応を改めて見直す機会となったので、事故報告に加えています。

○苦情

| 苦情 | 介護 | 看護 | リハビリ | 生活相談 | 栄養 | ケアプラン | 外注 | マナー | その他 | 計 |
|----|----|----|------|------|----|-------|----|-----|-----|---|
| | 2 | | | | | | | 1 | 1 | |

苦情に関しては、通常できていると思っていた連絡・報告がきちんとできなかったことでの申出者からの苦情です。細かいことでも相手に連絡・報告することは当然のこととしなければなりません。

平成30年6月16日～平成30年9月15日

ボランティアの皆様、いつもありがとうございます
(複数の活動にご協力いただいた方は、主の活動にお名前を載せています)

- ★団体
- 小岩第三中学校
- 小岩第四中学校
- なでしこ保育園
- 北小岩おひさま保育園
- ひまわりサークル
- お互い様傾聴の会
- マジック二郎さん
- 小岩第二地区民生児童委員
- 小岩第四地区民生児童委員
- 六束子供太鼓
- えどがわインド・ダンス
- ★ホーム喫茶
- 伊藤秀子
- 村上エツ子
- 生井妙子
- 熊田和美
- 小玉和子
- ★リネン交換
- 杉森紀子
- 鈴木敬子
- 青木あさ子
- 高田照子
- 小野沢はるみ
- 中川紀子
- ★傾聴(特養)
- 田中博之
- ★見守り(特養)
- 大島由美子
- 小宮美穂
- ★繕い
- 中井健治
- 加納幸子
- 風間篤子
- 飯島妙子
- 野島統祥
- 田辺尋子
- ★音楽クラブ
- 白井祐子
- ★通所活動補助
- 藤田千枝子
- 岡本武
- 矢野貞子
- 山元絵津子
- 矢放幸子
- 江原正秀
- 田中優
- 岩楯久子
- 高橋豊子
- 寒竹香織
- ★熟年ふれあい
- 城野総江
- 大日向裕子
- ★介護サポーター
- 中根恵美
- 糠塚美智江
- 高橋良子
- 後藤富士子
- 中谷貴美子
- 桑原マツ子
- 船田友孝
- (順不同・敬称略)

お名前を載せたくない方はご連絡ください

行事等予定(11月～1月)

11月

- 特別養護老人ホーム
- ・善養寺菊見学
- デイサービス
- ・作品づくり、菊見学
- 地域包括支援センター
- ・介護者交流会
- 研修
- ・非常災害に備えて
- 防災
- ・北小岩保育園との
- 水害時避難訓練

12月

- 特別養護老人ホーム
- ・利用者忘年会
- デイサービス
- ・お楽しみ会
- 地域包括支援センター
- ・介護者交流会
- 研修
- ・事故発生防止
- 防災
- ・地域との総合防災訓練

1月

- 特別養護老人ホーム
- ・初詣
- ・餅つき大会
- デイサービス
- ・初詣
- 地域包括支援センター
- ・介護者交流会
- 研修
- ・看取り介護
- 防災
- ・火災時通報・避難訓練

平成30年10月現在の予定です。予定は変更されることもあります。



優良防火対象物認定証

優良防火対象物(優マーク)
 厳しい審査をクリアして、
 法令基準以上の防火の取組を
 行っていると認定されました。

| | | | | | | | | | |
|----|---|----|---|---|----|---|----|---|----|
| 1 | あ | 2 | が | 3 | お | 4 | ゆ | ば | E |
| | じ | | 5 | い | B | 6 | よ | う | |
| 7 | さ | 8 | い | ど | | 9 | ふ | だ | C |
| 10 | い | な | F | | 11 | と | か | ち | |
| | | 12 | び | よ | 13 | う | し | G | 14 |
| 15 | な | か | A | じ | き | | 16 | ぼ | D |
| 17 | は | り | | | 18 | び | ー | ち | |

かいだんばなし

30年夏号の答え

クロスワード解答

電話 / 03(5668)0051

所在地 / 東京都江戸川区

北小岩5-7-2

- 柴田 一佐哲
- 保田 浩一郎
- 澤田 祐太
- 小泉 幸江
- 大山 宇
- 清水 孝雄

発行元 / 社会福祉法人光照園
 編集部 / 江戸川光照苑
 広報委員会

ふれあい通信 30年秋年号
 平成30年10月20日発行
 年4回発行 通巻83号



管理栄養士の一口メモ

「カリフラワー」について

原産地は地中海沿岸、キャベツの仲間、和名は「花椰菜（はなやさい）」です。色々な品種があり通年収穫されます。秋から冬にかけてが旬ということになっています。

明治の初めに日本に入ってきましたが、食事の欧米化により、昭和40年頃から全国に広まったようです。

栄養はビタミンCがかなり多いのが特長です。同量のレモン果汁と同じ位のビタミンCが含まれるそうです。また芯の部分は蕾の部分より2倍のビタミンCが含まれると含まれるとことです。



「カリフラワーのマリネ」

家庭でできるやさしい 高齢者のお食事レシピ

【材料】

カリフラワー1/3～1/4株位、きゅうり1/2本、
ロースハム2枚、酢大さじ2、砂糖大さじ1、
塩一つまみ、サラダ油又はオリーブ油大さじ1

【作り方】

- ① カリフラワーは食べやすい大きさに切り分けます。きゅうりもやや厚めの輪切りか半月に切ります。ハムも同じ位の大きさに切りそろえます。
- ② 酢、砂糖、塩をよく混ぜてから火にかけます。沸騰しそうになったらカリフラワーを入れ再度沸騰しそうになったら火を止めます。
- ③ 荒熱が取れてからサラダ油、きゅうり、ハムを入れてよくかき混ぜます。しばらく置いて味がやさしみ込んだらできあがりです。



ONEポイント

ローズマリーなどの香草を入れても美味しいです。サラダ油を入れずに赤唐辛子の輪切りを入れて甘酢漬けにしてもいいです。

★編集後記★

日頃、人と人とのつながりの大切さを感じることがたくさんあります。

今号では、「子供太鼓の見学」「介護体験学習の学生との交流」の記事を掲載してありますが、これらの実現も、日頃、施設と地域のつながり、実習生と職員とのつながりが大切にされてきたからだと感じています。ご利用者にとってより良いサービスが提供できるのも、日々の人とのつながりが基本だと思っています。

今後も皆様のお役にたてるような広報誌を目指していこうと思います。

広報委員 保田 浩一郎

