

遠野長寿だよ



思い出の一枚 ～遠野長寿の郷(ショートステイ) 節分豆まき 桃太郎編～より



社会福祉法人とおの松寿会

○ URL ・ <http://www.t-chouju.jp>

○ E - mail ・ [hjmutyo@t-chouju.jp](mailto:hjimutyo@t-chouju.jp)

社会福祉法人とおの松寿会 経営の基本理念

地域の高齢者が、安全で快適な生活が送れるよう事業目的に沿って以下を実現し、地域と共に自らも永続発展していく。

- 1 地域の一員として、地域に貢献する。
- 2 地域に開かれ、地域に信頼される。
- 3 利用者が尊厳を持ってその人らしい自立した生活が送れるよう支援する。
- 4 常に利用者の立場に立ち創意工夫して行動する。
- 5 対人援助業務を通じ、人間として成長する場を創ると共に、安定した雇用を創出する。

ミッションステートメント(職員の心構え)

私たちは、思いやりを持って、創造性豊かに行動することに、深い満足感を覚える。

- 1 私たちは、案じる気持ちを持って行動します。
- 1 私たちは、清潔を大切にします。
- 1 私たちは、創意・工夫をモットーに自己研鑽に努めます。

○特別養護老人ホーム遠野長寿の郷 老人短期入所施設遠野長寿の郷 老人デイサービスセンター長寿園
生活支援ハウス長寿園 居宅介護サポートセンター長寿園

〒028-0541 岩手県遠野市松崎町白岩18-7

TEL 0198-63-1770 FAX 0198-63-1815

TEL 0198-63-1816(デイサービスセンター長寿園)

TEL 0198-66-3211(居宅介護サポートセンター長寿園)

○養護老人ホーム長寿の森吉祥園 デイサービスセンター長寿の森踊鹿 ヘルパーステーション長寿の森

〒028-0501 岩手県遠野市青笹町糠前9-7-67

TEL 0198-62-2028(吉祥園) FAX 0198-62-0759

TEL 0198-62-0755(踊鹿)

○小規模多機能型居宅介護事業所長寿庵 グループホーム長寿庵 在宅介護支援センター遠野

〒028-0521 岩手県遠野市材木町2-22

TEL 0198-63-1328 FAX 0198-63-1338



とおの松寿会キャラクター
「まっとちゃん」

松寿会 新年度のご挨拶

社会福祉法人とおの松寿会

理事長 松田 功

今年は、犬年と言う事で、「ドックイヤー」を意識して企業経営に当たる年だろうと思います。特に福祉業界は変化が速いのでスピード感を持って取り組まなければならないと思います。何故なら、全国的に小規模施設は百数件の破綻が発生している厳しい状況です。これに対して国が本年度0.54%の増額を行いました、経営改善に寄与する数値ではありません。従って、厳しい経営環境の中で生き残りを賭けた取り組みをしなければなりません。

課題は、当法人の場合職員数が国の配置基準の2倍となっているので、これをスリム化しサービスを低下させないで国の基準に近づけなければなりません。

具体的にどんな事をすればいいのかですが私が注目しているのは、異業種であるけれども参考になる企業に「日本電産」と言う会社があります。この会社のやり方を採用したいと思います。

この会社を引っ張っているのは「永守重信」と言う経営者です。彼は、創業してから44年間に56社でM&Aを行い100%再建したと述べています。一般的に買収した企業を再建するのは難しく、成功しても30%が良いと言われていますので凄い経営者だと思います。

彼は「仕事の勝ち方」と言う本で「心を動かす言葉が100」あります。この本に書かれている内容を読んで圧倒されました。きめ細かい指導を、社長、自ら従業員の先頭に立って取り組んでいます。

彼の、基本コンセプトは、従業員に「やる気を起こす」事です。口だけではダメなので、徹底した社員教育で脳裏に植え付け、コスト削減に取り組んでいます。

具体的には今後、この書籍から抜粋して提案して参りたいと思います。幸いに、当法人はコスト削減の為に「プロジェクトチーム」を立ち上げていますので、これを核として進めたいと思います。又、社員教育システムを取り入れたいと思います。時には、外部講師を招聘いろいろな方々の考え方を取り入れて改革をしたいと思います。これには職員に協力をお願いしたいと思います。

最後に、私は、日本電産のやり方に感銘を受けましたが、人によっては異議のある人もいるのも事実なそうです。しかし、「企業はおのずと市場経済」の中にいます。闘い続けなければなりません。勝った者だけが生き残る社会にいる限りコスト競争に勝たなければなりません。とおの松寿会も同じで、「コスト競争」に勝たなければなりません。

「過剰な行動、深い考え方、確かな行動」の中に「とおの松寿会」の成長と生き残りが隠されていると思います。私の言葉に従って行動すれば、十年先に他の施設を圧倒する「とおの松寿会」が遠野市の福祉をリードしていると思います。

養護老人ホーム長寿の森吉祥園 施設長 遠藤 利則

30年度の始まりにあたり、一言ご挨拶申し上げます。

平素は、法人並びに長寿の森の運営に置かましては、ご理解とご協力を賜り、感謝申し上げます。

さて、今年度は介護報酬、診療報酬の同時改定の年に当たり、介護報酬はプラス0.54%と言われています。しかし、訪問介護の身体介護サービスは報酬がアップされたものの、生活援助サービスは減額。生活援助の利用が多いヘルパー長寿の森にとっては、厳しいものとなりました。

また、デイサービスは前回の改正同様、加算が算定できた場合に収入がプラスになる事には変わりがなく、今回は更にサービス提供時間の見直しを迫られ、これまでよりも前後30分ずつ拡大しての営業となっております。利用料はこれまでと変わりませんので、いろんな活動に参加しながらお過ごし頂きたいと思います。

総合事業に移行した介護予防訪問介護相当サービスと介護予防通所介護相当サービスは、10月に新しい料金となるようです。全国的には経営が厳しく、250市町村で事業所が撤退しているというニュースも耳にしていますが、遠野市で暮らす方々の生活を守るためには、事業の継続に力を入れていきたいと思います。

最後に、長寿の森の中核となる養護老人ホームの長寿の森吉祥園ですが、昨年度1年間で16名の方が入れ替わりました。年間数名の入れ替わりが通常ですから、大きな変化と言えます。持病の悪化や寿命と言ってしまうと止むを得ないことではありますが、利用者の皆さんに施設で長く暮らして頂けるよう看護体制を改め、土日看護職員が施設に勤務し、健康管理に務めて参ります。

今後とも長寿の森では、利用者一人一人が、それぞれの暮らしの場で、ご自身が望む暮らしが継続できるよう支援して参ります。どうぞよろしくお願い致します。



社会福祉法人とおの

特別養護老人ホーム遠野長寿の郷 施設長 菊池 浩之

春の柔らかさが風景を包み込み、遠野の地にも春が訪れ、良い季節となりました。
当事業所のご利用者様をはじめ、地域の方々、関係機関等の皆様には、日頃より当事業所の運営にご理解とご支援を頂きまして感謝申し上げます。

さて、現在の地域の状況は、高齢化がいつそう進み、福祉・介護サービスへのニーズが増大・多様化している中、福祉人材の安定的な確保が課題となっております。多くの介護事業所においても、なかなか思う通りの採用が難しい状況であると聞いています。

そんな中ではありますが、今年度は法人として4名（うち新卒者3名）の新しい仲間を迎えることが出来ました。介護の仕事は、幅広い知識と技術が必要な仕事であるので、先輩の職員の指導の下、一つ一つ経験を積み重ね成長していただきたいとフレッシュな新採用職員の方々に期待しているところです。

職場内での職員個々の成長を期待し、組織の成長を目指すために、今までも取り組んできましたが、今一度、職場研修の体制、取り組み状況を振り返り、調整しながら研修体系を再構築していきたいと考えています。福祉・介護サービスは、「生活の支援を必要とする人々に対する専門的サービス」であり、その担い手である職員の質によって、組織として提供されるサービスの質が決まるという特徴があります。組織やチームとしての活動を効率的に効果的に運営するためにも職員（個人）の成長を目指し取り組んでいきたいと思います。また、同時に多様化する地域のニーズへの対応時には、精神的なストレスも予想され、フォローも必要な職員も出てくると想定されることからメンタル面のサポート体制も並行して取り組んでいきます。人事におけるさまざまな課題が多くありますが、「人材育成が組織の発展に」という視点で人を育てる環境づくりに努めていきたいと思います。

そのほか、制度面に目を向けると今回の介護報酬の改正では、Ⅰ 地域包括ケアシステムの推進 Ⅱ 自立支援・重度化防止に資する質の高い介護サービスの実現 Ⅲ 多様な人材の確保と生産性の向上 Ⅳ 介護サービスの適正化・重点化を通じた制度の安定性・持続可能性の確保が示され、私ども長寿の郷の特別養護老人ホーム長期入所やショートステイ・デイサービス・居宅介護支援のサービス提供においても、中重度者を含め医療ニーズへの対応、医療機関との連携、リハビリテーションへ取り組んでいくことが求められています。長寿の郷においても制度改正の内容に適時対応し、各事業所で今年度の実践目標を掲げ取り組み始めております。

今年度も引き続き、利用されている方をはじめご家族そして地域の皆様が笑顔で過ごせるように、地域の中での、長寿の郷の役割を認識しながら、職員一同努めてまいります。あらためて、皆様にご支援ご協力をお願いしまして、新年度の挨拶とさせていただきます。

グループホーム長寿庵

施設長 山口 恵美子

春暖の頃となりました。日頃より運営・活動におきましては、材木町自治会・関係機関・市民のみな様にはご理解、ご支援、ご協力を賜り心より感謝申し上げます。

今年度、小規模多機能においては、職員の介護技術やケア力向上を図り、ご利用者様の状況を把握し、住み慣れた在宅生活を継続するために今必要な支援を職員全員で考え、通い・泊り訪問を臨機応変で柔軟な対応をしていきたいと考えております。

グループホームにおいては、1月にインフルエンザの蔓延がありました。感染症予防を徹底して安心して暮らせる環境作りに努めます。また地域との交流を大切にしながら、地域の一員として行事・イベントに積極的に参加し、「～したい」「～やりたい」の想いに寄り添い実現していきたいと考えております。

在介支援センターにおいては、独居・後期高齢者の実態を把握し、迅速で専門的な対応に努めます。住民主体による地域での支え合いの仕組みづくりでは、意向調査やワークショップを開催し、高齢者が自ら進んでできる介護予防の場作りに取り組みます。

グループホーム・小規模多機能・在介センターの職員が専門職として認知症の理解を広げ、住民の困りごとやニーズの掘り起こしを目的とした「庵コール」を継続することにしております。グループホーム・小規模多機能型サービスは地域密着型に位置付けられており、地域と連動しながら、高齢者が社会性を継続できるかに着目し、模索しながら、元気な高齢者も認知症の高齢者も支えていきたいと考え、また認知症に特化したサービスは、認知症は高齢者のみの病気ではないので若年性の方々への対応や居場所作りも考えてまいります。

ご利用者様が笑顔で過ごせますよう努力してまいりますので、今年度ご指導ご鞭撻よろしくお願い申し上げます。

特別養護老人ホーム 遠野長寿の郷

菖蒲町

佐々木一蔵 さん



菖蒲町の様子です。

今回は、菖蒲町の偉大な作家、佐々木一蔵さんを紹介します。

一蔵さんは、器用な手で、ビニールの紐を巧みに編み込み、たくさんの素敵な作品を作っております。

菖蒲町の至る所に飾っておりますので、ぜひ見にいらして下さい。

感激する事間違いなしです！



山吹町

山吹町の様子です。

節分の日に、皆さんで豆まきを行ないました。投げる人もいれば、拾うことに専念する方もいらっしゃいました。また、誕生日会では、皆さんでケーキを食べ、一緒に祝うことが出来ました。



柑子町



柑子町の様子です。

3月に、「お寿司ケーキ作り」を行いました。

「私には出来ね～」と言っていた方も、飾り付けが始まると真剣な表情になり、黙々と飾りつけをしていました。

出来上がったお寿司ケーキは、昼食時に皆さんで頂きました！「おいしい」と言って食べてくれました。

紺町の様子です。

2・3月は、おやつ作りを行ないました。写真は、フレンチトーストと、おしるこ作りをしています。

作れる人には手伝ってもらい、職員と一緒に楽しみながら行っています。

みなさんも出来上がりに満足されており、「おいしいおいしい」と話しながら食べられていました。



紺町



茅町 ショートステイ



2月3月の様子を紹介します。2月の節分には豆まきを行いました。今年は桃太郎が登場し、とても盛り上がりました。3月は雛飾りを観賞しながらお茶会を行いました。下旬には支援ハウスを利用の方々の送別会を行い、おやつを作って皆で食べました。



主役は桃太郎?!

ひな壇の前で一枚

ホットケーキを作ります

普段のレクリエーションの様子

デイサービス長寿園

2月・3月の活動の様子



ニュースポーツゲーム



おひな祭り見物



ニュースポーツゲームを行いました。
冬の間のなまった体を動かし、室内ゲームを行いました。



松崎地区センターにて、
「おひな祭り」を見てきました。

節分豆まき



節分には豆まきを行い、面白い鬼が登場しました。
男性利用者さんも鬼役をかって出てくれ、たいへん盛り上がりました。



2月2日

節分豆まき

養護老人ホーム
長寿の森吉祥園

活動紹介



今年の年男年女の皆さんと施設長。



みんなで鬼をやっつけよう！



鬼は外！福は内！の大合唱♪

2月22日

「車イス」を寄付していただきました。



富士ゼロックス岩手株式会社様より、車イスを1台寄付していただきました。富士ゼロックス岩手株式会社様は、社員お一人お一人の給料の中から100円未満の端数を募金する活動（富士ゼロックス岩手端数倶楽部）を行っており、それを積立てて県内の福祉施設等に車イスを寄贈されております。

2月下旬～3月上旬

艶やかに☆踊鹿のお雛様。

ひなまつり



デイサービスセンター
長寿の森踊鹿

活動紹介



市内のひな祭りを鑑賞してきました。遠野町家のひなまつりや、松崎地区センターに出掛けてきました🚌



女性の利用者さんは、綺麗なお化粧と着付けをしてお雛様に(＃^_^＃)

地域密着型サービス拠点 長寿庵

小規模多機能型事業所長寿庵 グループホーム長寿庵

節分のあとのお楽しみ



2月の長寿庵

2月はインフルエンザが猛威を振るい、我慢のひとつきになりましたが、そんな中でも利用者様と一緒に色々な事に取り組みました。

節分では、福を呼び邪を祓う為に豆をまきました。鬼に扮した職員に笑顔で優しく豆を投げていました。

その後は皆で美味しく豆を食べました。今年一年も良い事が起こりますように。体調にも気を付け元気に過ごしましょう。



雛祭り



3月の長寿庵

3月の長寿庵は華やかな行事でいっぱいでした。

3月3日の雛祭りでは、雛人形を利用者様と職員で飾り、利用者様も着物を着飾って写真を撮りました。どの利用者様も嬉しそう、恥ずかしそうな表情をされていました。女が主役の1日になりました。

3月12日は、大船渡の碁石海岸に出掛けてきました。風が若干ありましたが、天気が良く開放的な気分になり、終始笑顔が絶えない1日になりました。併設されている椿館では、世界の椿が一同に集められ綺麗に咲いていました。それを眺め、香りを楽しみました。お昼には「さんまラーメン」を皆で食べました。

「初めて食べたけど美味しいね」とペロリと食べられていました。

3月に誕生日を迎えた方の誕生会を開催しました。その中でも最年長は99歳！まだまだお元気なので一緒に頑張りましょう。

○ボランティア

2月・3月は、インフルエンザ流行の關係でボランティアの受入れを控えさせて頂いておりました。
現在は状況も改善し、受け入れを再開しておりますので、ボランティアのご希望がございましたら、各事業所までご連絡をよろしくお願い致します。

○寄付

- ・富士ゼロックス岩手(株)「車イス」
- ・太田英俊「寄付金」
- ・阿部エツ「うす型パンツ他」

様 様 様

とおの松寿会のホームページをご存知ですか！

ホームページでは、とおの松寿会各施設内の行事活動の様子や、お知らせ、求人情報などをご覧いただけます。



今月のテーマ「転倒予防について」



○高齢者は家庭内事故が多い

65歳以上の高齢者が最も怪我をしやすいの住宅で、事故時の場所をみると、「居室」45・0%、「階段」18・7%、「台所・食堂」17・0%となっています。居室や階段などでの転倒が原因で、そのまま寝たきりになってしまふことも少なくありません。大きな段差はなくても小さな段差でつまづいたり、電気コードやじゅうたんに足をとられるといったこともあります。高齢者の転倒の原因は様々で、加齢による視覚やバランス機能の変化、筋力低下、疾患や服薬状況などが考えられます。

○転倒予防に有効な3つ

- ①「骨粗しょう症」の予防と治療ガイドライン2015年度版では、転倒予防には以下の3つが有効とされています。
- ②運動（筋力増強訓練、バランス訓練、歩行訓練、柔軟訓練など）
- ③ビタミンDの補充

③ビタミンDは、食品からも摂れますが、日光（紫外線）を浴びることで皮膚で作られます。しかし屋外にいる時間が短くなり、高年齢者は、ビタミンDが不足しがちです。左のような食品からビタミンDを摂りつつ、1日10分でもできるだけ日光を浴びる時間をもつことが大切です。カルシウムやアミノ酸が不足なく摂れていても、ビタミンDが不足していると、転倒予防の効果も十分に出すことができません。

いわし丸干し かじき かつお 紅鮭
うなぎ きくらげ 干し椎茸 マイタケ



このような食品で栄養素を十分補給をしながら、少し日光を浴びてお散歩などの運動をすることで、リスクの軽減が期待できます。

栄養士SYK

★ 目次 ★

長寿だより 93号

○表紙

思い出の1枚

長寿の郷（ショートステイ）
「節分豆まき桃太郎編」より

○特集コーナー

理事長・郷・森・庵
新年度あいさつ

○遠野長寿の郷

活動紹介

○茅町（ショートステイ）

活動紹介

○老人デイサービス長寿園

「2月・3月の活動」

○長寿の森

長寿の森吉祥園 活動紹介

デイサービス踊鹿 活動紹介

○長寿庵

活動紹介

○その他

ボランティア

ホームページについて
栄養士より

目次