

遠野長寿だより



思い出の一枚 ～長寿の森吉祥園 ひなまつり茶会 より～

→ 社会福祉法人とおの松寿会 →

○ URL ・ <http://www.t-chouju.jp>

○ E-mail ・ t-chouju@tonotv.com

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、地域と共に自らも持続発展していく。

- 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 理事長 松田功

28年度の始まりにあたり、一言ご挨拶申し上げます。

去年は、過去に例のない大幅な介護給付の減額があり、施設運営に関しては大変厳しい年でした。国は、全国の介護福祉施設は平均7%前後の利益率で、民間の3%より高いと述べられ大幅な減額が行われた訳です。しかし、これはカラクリがあって旧会計処理は、補助金を利益に乗せる会計処理をしたことから見かけの上の利益が計上され、高い利益率となっております。補助金を除けば1~1.5%程度の利益率で一般企業よりはるかに少ない物です。これは、明らかに福祉予算を減額するための意図と思います。

現在、当方人は新会計で処理していますが、平成27年度は処遇改善費等をいただいておりますが、残念ながら利益が少なく厳しい決算内容になっております。

従って、今後は厳しい中で生き残りを掛けた対策をしていかなければなりません。それを怠れば、将来は施設の廃業という厳しい現実が待っていると自覚しなければならないと思っています。

それではどんな手法で生き残りを掛けるかですが、

1点目は、太陽光エネルギー利用の給湯設備で大幅な燃料費の削減を行いたいと思います。

2点目は、施設内の照明をLED化にする事です。LED照明は電気代が58%程削減できるといわれています。この二つで年間約三百万円の削減を考えています。

3点目は、人海戦術といわれる介護職員の削減が必須事項だと思います。ただむやみに削減すればいいという事ではなく、更なるスキルアップで人を減らしても余裕を持って仕事ができる方法に変えなければなりません。その手助けになるのは介護職員の知恵の最近注目されている「介護ロボット」の活用です。今は、まだまだ改良される余地があると思いますが、既に、マッスルスーツなどは実用化されています。低廉な価格になったらぜひ採用をして、省力化を図りたいと思います。

4点目は、介護記録の自動化です。その手法として、最近「ICT」という言葉を聞くとありますが（情報通信技術）コンピューターとネットを活用したシステムを構築して介護現場での記録と請求が連動した処理を行えるようにしたい。

5点目は、当施設で既に活用している富士データシステムのソフトに利用者の日々の記録を活用して利用者の行動を事前に把握して予測したケアが出来るようにしたい。

この5点を実施できれば大幅なコストの削減が可能だと思いますので財務内容は相当改善され経営が安定してくると思います。

最後に、今年は、とおの松寿会は創立15周年を迎え皆様の協力で4月16日に「記念式典ならびに祝賀会」を盛大に行うことが出来ました。そして、記念式典時に長年、当法人の発展のためにご尽力された方々を表彰いたしました。皆様方には、改めて御礼を申し上げ、今後ともご支援をお願い申し上げます。

尚、当法人は3拠点12事業を運営する地域の中核施設となっており今後も地域の福祉に貢献し、市民に必要とされる施設運営を行ってまいりたいと思いますので、よろしくお願いします。

以上を持って新年度にあたっての挨拶といたします。

特別養護老人ホーム遠野長寿の郷 施設長 菊池浩之

新緑の季節、遠野にも春が訪れ、気持ちが良い季節となりました。皆様には、いつも温かいご支援ご指導を賜り心よりお礼申し上げます。

遠野長寿の郷は、新卒者2名が新しく仲間に加わり平成28年度スタートしています。施設内の雰囲気も少しフレッシュになったような気がしています。

介護の仕事は、多くの知識と経験が必要な仕事です。新任の介護職員がすぐに一人前になるには時間が必要ですが、先輩の職員の指導の下で力をつけていくかと思っています。ユニットに配属されておりますので、家族の皆様とお会いする機会があるかと思っています。先輩職員共々よろしくお願いします。

さて、今年度、遠野長寿の郷では、入所者の重度化が進み、今まで出来ていたことが不自由になったり、食べたいものが食べられなくなっている方々が増えていること等から「認知症ケア」、「看取り介護」、「口腔ケア」の3つのケアを改めて多職種協働で重点的に取り組んでいくこととしております。ご利用者の皆様の状態が、変化してきている中でも安心して、できる限り穏やかに過ごしていただけるように取り組んでまいります。

ご家族の皆様ほか地域の皆様にも一緒に「高齢化」や「人が老いていく」ことについて考えていただきたいと思います。私どもだけでは、力不足です。ご家族の皆さんの協力や地域の皆様の理解が必要となります。「今、何かできる?」「これから自分たちはどうする?」「老いにどう寄り添っていく?」など共に考えていただけることが大切だと考えています。私どもの方は、日常の介護の現場での実践内容を皆様に、情報提供したりできる機会

を作れないかなどを今、検討しているところです。

利用者の皆様が笑顔で過ごせるように職員一同努めてまいりますので、今年度も引き続き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。

養護老人ホーム長寿の森吉祥園 施設長 遠藤利則

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

さて、養護老人ホームを取り巻く大きな課題として措置控えと呼ばれるものがあります。以前なら養護老人ホームの対象と考えられる方を措置せず他法で支援する策を取るため、施設待機者がいないという状況のことを指します。岩手県内でも同様の問題が起こっていますが、遠野市は常に複数の待機者がおりました。しかし、この5年でこれまでにない多くの利用者が入れ替わり、現在実質的な待機者はゼロという状況にあります。このことから、年に2～3回開催される入所判定会議後、待機期間をほとんど置かずに入所するようになり、今後は空床が出る可能性が出てきています。

一方、施設入所を申請したいと思った時には要介護状態になっており、入所申請の対象外とされる方も少なからずあるようです。特養ホームの入所対象者が要介護3以上とされたこともあり、軽度要介護者の在宅支援が重要になってきました。しかし、支援策が少ないため施設入所に安心感を求める方もあります。待機者のいない施設（養護老人ホーム）がある一方で、入所したくても入れない方がいるという現実があります。

今後は、将来的に入所対象と考えられる方を行政に協力しながら在宅支援し、入所が必要になった時に安心して入所できるような体制が組織できると良いのではないかと考えております。

入所されている利用者については、一時重度化傾向に進み、より多くの支援を要する方が増えてきましたが、利用者の入れ替わりにより軽度者が多くなってきました。しかし、自分で行うよりも職員に頼もうとの意識が残っており、以前のような職員と一緒に考え、取り組むということが少なくなってきました。支援には自助・共助・互助・公助とあるように、ご自身で、そして利用者の皆さんが互いに助け合っていくような関係づくりに取り組んでいきたいと考えております。

その一方で、要介護度の高い方も存在します。体調不良から入退院を繰り返す傾向にあり、重度者介護のスキル、場合によっては看取りができる位の力を身に付けることも必要になってきています。

在宅サービスである通所介護と訪問介護は、29年度には要支援の方々が介護保険給付から外され、遠野市独自のサービス利用へと移行します。今年度はその準備期間ということになりますが、これまで私たちが担ってきたものの一部には、ボランティア団体等の新たな組織が低料金でサービス提供できるようになることから、デイ踊鹿とヘルパーステーション長寿の森は、適切なサービス提供によりそれらとの住み分けが必要になりそうです。

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。

地域密着型サービス拠点 施設長 山口恵美子

春光うらかな季節となりました。皆様には平素より一方ならぬお力添えに預かり、誠にありがとうございます。また、材木町自治会をはじめ、地域関係機関・市民の皆様には当事業所の運営に心温まるご支援・ご協力を頂きましたこと、心より感謝申し上げます。

さて、当事業所は長年住み慣れた地域を中心に、介護予防・生活支援を継続的に提供していくことを目的としており、地域社会とのつながりを欠くことの出来ないサービスです。今後ますます高齢化が進んでいくであろう遠野市において、その役割は多くの介護サービスの中でも特に重要な位置づけにあります。

さて、長寿庵ではご利用様の視点で心の居場所と、その人らしい生活が維持継続できるよう寄り添い支援していくためにも、ご利用様を取り巻く環境や、ご利用様及びご家族様が抱えている困難を把握し健康管理に留意すること、ご利用様の生活にハリを持たせ、心身ともに楽しい日々を過ごすことが重要と考えております。また、地域社会と関わり、交流していくことは社会生活を営む上で切り離すことの出来ないファクターでもあります。そこで、今年度の長寿庵では「ご利用様を知ること」「より充実した生活となるようなケア」「地域との連携強化」の3つを軸としたサービスの提供を重点的な目標といたしました。

人と人との関わりは、「誰が関わったか」「誰と関わったか」によって相対的に変化していくものです。そこで、全職員で情報を収集・共有し、ご利用様その人を包括的に知ること、ケアの質をより高めてまいります。

また、多くの高齢者は高齢化に伴い社会活動への参加が減少し、地域社会への帰属意識が希薄化する傾向にあります。そこで、長寿庵では介護のプロフェッショナルとして、地域と高齢者の双方向へのアプローチを考えております。具体的には、地域行事へ積極的に参加することでより多くの交流の場を設けること、地域住民を対象とした講話、認知症カフェの開催などを通して認知症の理解や正しい知識の普及啓発・情報発信を行っていくことなどを考えております。そして関係機関との情報共有、社会資源の発掘と実態把握に努めてまいります。

ご利用様の笑顔が絶えない施設となれるよう職員一同鋭意努力してまいりますので、本年度も皆様のご指導・ご鞭撻をよろしくお願いいたしまして、新年度の挨拶と代えさせていただきます。

特別養護老人ホーム 遠野長寿の郷



山吹町の様子です。3月に桜餅作りをしました。ピンク色に染めたお餅を桜の葉で巻いて、とても可愛らしく、美味しく出来上がりました。季節感ができました。みんなニコニコと笑顔で楽しい時間を過ごせました。



柑子町の様子です。3月生まれの誕生者の誕生会をしました。ケーキを食べ、恒例になったカラオケで盛り上がり、楽しい誕生会になりました。職員との記念写真もいい表情で撮れてますね☆



紺町の様子です。利用者の方々にカラオケを楽しんで頂きました。歌う方は「次は何を歌うかな～」と悩みながらも、張り切って歌っていました。途中から柑子町の利用者の方にも参加して頂き、皆さん掛け声をかけながら、楽しんでいました。

茅町 ショートステイ

田植え



福笑い

おやつ作り



ゲーム

老人デイサービスセンター長寿園

体を動かしてみたい...



デイサービス長寿園では、

☆☆3月の活動 ☆☆

- ◆輪投げ大会
 - ◆お楽しみ会(ボランティア来所)
 - ◆作品作り(春)
 - ◆団子週間(彼岸団子)と年間スライド
 - ◆作品作り カレンダー
- などを実施。

NPO法人ポノポノクラブの方3名が来所されました。

- ・レインボー健康体操(左写真)
 - ・マッサージの無料体験(右写真)
- 皆で体験してみました。



宝柳会の方々に踊って頂き、最後は皆で「まぬけ節」を踊りました。

右: 団子週間では「紅白饅頭」「おはぎ」「きりせんしょ」を作りました。
左: 月末はカレンダー作りをして楽しみました。

2月18日

1丁目お楽しみ会

おやつはパンケーキ^^

介護老人ホーム
長寿の森吉祥園

活動紹介



念入りにかき混ぜて...



イチゴのへたを取ります！



返してみましよう。



トッピングはご自由に。



上手くできましたよ。



いただきま〜す^^

3月1日

福祉車両お披露目式

新しい送迎車が納車しました！

ライサービスセンター
長寿の森踊鹿

活動紹介



この車両は、公益財団法人日本財団様からの助成金により購入の運びとなりました。



日産キャラバンチェアキャブ

車いす対応車10名乗り
(車いす2名)

総事業費 ￥3,609,340
助成金 ￥2,100,000

地域密着型サービス拠点 長寿庵

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



三月四日、小規模多機能長寿庵とグループホーム長寿庵にて、恒例となつてゐる春のお茶会を開催しました。今年は三人のボランティアの方をお迎えし、職員も二人が晴れ着に身を包みました。利用者様は楚々とした風情でお抹茶を喫し、和菓子に舌鼓を打っていました。



椿見学の犬船渡
三月七日、長寿庵では椿ドライブを開催しました。毎年伺つてゐる「世界の椿館・碁石」では、様々な種類の色鮮やかな椿を見たり、花の香りを嗅いで楽しみました。昼食はご当地名物の「サンマラーメン」をいただきました。椿をバックに写真を撮り、充実したドライブになりました。



2月・3月状況

○ボランティア

・長寿庵
泉沢恵子様・多田匡子様
山口侠子様(お茶)

○寄付品紹介

・長寿の郷
菊池フミヨ様
タオル50枚
菊池初枝様
濃厚流動食1箱、紙オムツ
及川緑様
オムツ(尿取りパット)1箱
木川田典彌様
ホタテ100枚
畑山トマ様
オムツ2袋

・長寿の森
ダスカジャパンクアウテモツク
チヨコレート436個

・長寿庵
青柳チエ様
横断幕
奥寺美代様
衣類・オムツ

ありがとうございました!



相談員の徒然草・・・(認知症について⑥)

みなさんがとても楽しみにしていた(そう思いたい(笑))「相談員の徒然草」も今回が最終回。フィナーレを飾るテーマは、「予防について」です。

現時点では残念ながら、「三つすれば認知症にならない」という方法はありません。しかし最近の研究から「どうすれば認知症になりにくいのか」ということが少しずつわかってきました。認知症を予防する対策は大きく分けて2つ。

ひとつは、日々認知症になりにくい「生活習慣」を行うこと。具体的な例でいうと・・・左図。

食生活	野菜・果物(ビタミンC・E・βカロチン)をよく食べる
	魚(DHA、EPA)をよく食べる
運動習慣	赤ワイン(ポリフェノール)を飲む
	週3日以上の有酸素運動をする
対人接触	人とお付き合いをする
知的行動習慣	文章を書く・読む、ゲームをする、博物館に行くなど
睡眠習慣	30分未満の昼寝 起床後2時間以内に太陽の光を浴びる

二つ目は、認知症で落ちる「3つの能力を簡単なトレーニングで鍛えること。認知症になる前段階で落ちる脳機能を集中的に鍛えることは、発症を遅らせるための効果的な方法であるということが分かってきました。認知症という病気に至る前の段階では、通常の老化とは異なる認知機能の低下がみられます。この時期に最初に低下する認知機能が、「エピソード記憶、注意分割機能、計画力」です。これらを意識して重点的に使い、その機能を鍛えることで認知機能の低下を予防します。具体的な例でいうと・・・左図。

エピソード記憶	・体験したことを記憶として思い出す	・2日遅れ、3日遅れの日記をつける ・レシートを見ないで、思い出して家計簿をつける
注意分割機能	・複数の事を同時に行う時、適切に注意を配る機能	・料理を作るときに、1度に何品か同時進行で作る ・人と話をするときに、相手の表情や気持ちに注意を向けながら話す。 ・仕事や計算をテキパキと行う
計画力	・新しいことをするとき、段取りを考えて実行する能力	・効率の良い買い物の計画を立てる ・旅行の計画を立てる ・頭を使うゲーム(囲碁・将棋・マージャン等)をする ・やり慣れたことでなく新しいことをする

以上のように、日常のちょっとした意識と行動で認知症を予防することができます。お試しあれ。

★ 目次 ★

長寿だより81号

○表紙

「長寿の森吉祥園

ひなまつり茶会」

・ 1

○特集コーナー

「とおの松寿会

新年度のご挨拶」

・ 2、3

○遠野長寿の郷

「山吹町・柑子町・紺町の様子」

・ 4

茅町(シヨートステイ)

「活動紹介」

・ 5上

デイサービス長寿園

「活動紹介」

・ 5下

○長寿の森

長寿の森吉祥園

「1丁目お楽しみ会」

・ 6上

デイサービス長寿の森踊鹿

「福祉車両お披露目式」

・ 6下

○長寿庵

「3月の長寿庵」

・ 7

○その他

「ボランティア・寄付品紹介」

「相談員の徒然草」

「目次」

・ 8