

遠野長寿だより



思い出の一枚 ～ 長寿庵 和野ミナ様100歳を祝う会 ～ より



社会福祉法人とおの松寿会

○ URL ・ <http://www.t-chouju.jp>

○ E - mail ・ 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「恋は長生きの秘訣と魔法の言葉（ありがとう）」

今年の新年度挨拶のテーマは「恋は長生きの秘訣」と魔法の言葉「ありがとう」の二点を話したいと思います。

はじめに、「恋は長生きの秘訣」は実際にその場面を体験した医師の話です。大梅市の老人病院を経営している大塚信夫先生の話です。

大塚先生と阿川佐和子さんが対談の中に出ていましたので紹介します。この二人の対談を読んで、改めて恋の大切さを自覚しました。

私は、つい最近まで一般的に年を取れば、少しずつ恋愛等に関する事は徐々に薄れていくだろうと思っていました。

自分は、若い時と比べ恋に対する気持ちが薄れてきていますが、しかし、魅力的な女性を見ると密かに、こんな女性と恋をしたいものだと思いがします。この感情に対して、自分は少しおかしいのかと思っていました。

そんな心を持った私が、阿川佐和子さんの「看取る力」の中に「人は年を取っても恋をする」の項目を読んで、自分は救われた気がしました。これは、男女を問わず恋をするそうです。特に女性は四十代のイクメンを好む傾向にあるそうです。

その具体例を述べてみます。

大塚先生が経営している大梅市の病院の他に新たに「よみうりランドに慶友会病院」を開業した際、**美人看護師長**を異動する事になりました。すると男性患者さん、仮にAさんが自分も一緒に転院させてくれとお願いされました。何故そんなによみうりランドの方に行きたいかを問うと、「美人看護師長に死に水を取って頂きたいからだ」と述べたそうです。他に、看護師長さんを慕っているのが四人おり、その方たちは看護師長さんが異動してから三カ月以内に亡くなったそうです。そして、Aさんはその後十年間存命であったそうです。正に、看護師長さんのフェロモンの力だと、阿川さんは述べられています。

又、阿川さんには家族に認知症の叔母さんがいて心配なことから精神病院に入れていたそうです。ある時に、叔母さんに奇行が見られ病院からいつもと様子がおかしいと連絡が入り、ビックリして新幹線で駆けつけたところ、病院ドアのところで「うっす

な目」で立っており、話をしても全然反応せず、これが最期かと思ったそうです。

一週間後、改めて様子を見に行くと、叔母さんは元気になっており、隣の主治医を見て「おいくつ？」と顔を赤らめて聞いていました。「これは、絶対に、「先生のフェロモン」で元に戻ったと確信したそうです。この叔母は、その後、食堂に行く時は化粧して口紅までつけて「ルンルン」気分で行くそうです。

「会いたい人がいる、恋する人がいる」と言う事が、長生きの為に必要なのだと言えます。当施設でも、観察するとイクメン男性が好まれているように思います。恋も長生きの手助けになるようですので、皆さんもさりげなくサポートするのも介護の一助となるかと思えます。

次に、魔法の言葉「ありがとう」について述べてみたいと思います。

この間、回覧で、千人を看取った看護師のコラムがありました。気になり、最後まで読んで個人的に感動するところがありましたので、掻い摘まんで、述べてみたいと思います。

人は、何れ、誰もが死にます。普段語られた事は無いが、「死は人生を精一杯、生き抜いた先にあるもので誰も避けられない」私は、妻に対して、「ありがとう」を言えなかったので、後悔しています。そこで、お墓に「ありがとう」、「桜の花」、「陽光」を刻みました。

こんな経験のある私が、「看取りコミュニケーションター」の「後閑（こかん）恵美（めぐみ）さんの「後悔しない死に方」のコラムを読んで、改めて妻に対して気遣いの言葉を投げかけなかった事に後悔をしています。

「後閑」さんの、全てを帳消しにしてくれる「魔法の言葉、ありがとう」に感動しました。

事例として、六十代の「仮名 ケンイチさんは、脾臓がんを患い、かなり衰弱している。日常のほとんどを眠っており、呼吸も浅く、心臓が止まってしまふのではないかと思う程に衰弱していたそうです。そんなケンイチさんに、可愛らしい奥さんが、毎日見舞いに来ていたそうです。

そのケンイチさんが珍しく目を覚まされていた。後閑さんの経験上、もう直ぐに、しゃべられなくなる

状態であったそうです。

そこで、後閑さんは、奥さんのいる前で、「優しい奥さんですね、たまには、**ありがとう**を、伝えたい方がいいよ」と話すと、ケンイチさんは「解っているけど、まだ早いよ」と・・・奥さんは「亭主閑白でしたから、そんなことを言う人でないよ」と・・・、少し寂しそうに主人を見ていたそうです。

「まだ言いたくない」

「まだ聞きたくない」

「もっとそばにいたい」

そこに、二人の間に醸し出す、思いが流れていると思っただけです。

でも時間が無い、と心に呟（つぶや）き、いたたまれなくなり病室をとびだしたそうです。

次の日、ケンイチさんは意識をなくして、そのまま亡くなったそうです。後閑さんは最後のチャンスを逃がしたと思ったそうです。勇気を出せばよかったのに。ところがそうでなく、後日、奥さんが「あなたに言われて、私も**ありがとう**と言ったことが無かった」だから「ありがとう」と主人に伝えたら、主人は、ぼそっと、「ありがとう」と述べられたそうです。改めて、奥さんは、「この人と結婚して良かった」と思ったそうです。

魔法の言葉「ありがとう」は、ケンイチさんの脳裏に刻み込まれ「黄泉の里」に旅立つて行ったと思います。

私は、この二つの事例を読んで、年々いても「恋愛」をすることが大切な事であると学ぶ事ができました。入所者の方々も同じ気持ちではないのでしょうか？ 叶う事は出来無いでしょうが皆さんが何か手助け出来るものがあればサポートしてやる事もいいのではないかと思います。

又、魔法の言葉「ありがとう」は、誰もがいずれ死を迎える中で、お世話になった方に感謝の言葉として述べる事は大切な事だと思います。

「死は怖いけど、個々の人生で避けて通れない事で、受け入れなければならぬ」しかし、それを受け入れる気持ちになるに、自分には、あと何年かかるのかと混乱します。恐らく、入所者も同じ考えなのではないかと思えます。そんな入所者の不慣れを理解して介護されたらいいのかと思います。

それでは、今年度も皆様に幸、多き年であることを祈って、新年度の挨拶といたします。



社会福祉法人とおの

長寿の郷・長寿庵

施設長 菊池浩之

平成最後の年、四月一日から新しい年度が始まりました。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、感謝申し上げます。今年度もどうぞよろしくお願い致します。

さて、長寿の郷では長期入所百名、短期入所二十三名、デイサービス一日二十五名、生活支援ハウス十名（冬期間中心）の方々の生活の支援のほか居宅介護支援（ケアプラン作成）等を、常勤・パートを含め九十八名の職員が従事し、支援させて頂いております。職員は、利用されている方々の病気や身体状況、そしてご本人及びご家族のご意向など考慮しながら、日常生活をサポートし、看取り介護にも相談・ケアマネ・介護・看護・栄養・機能訓練等の各専門職種で連携して対応させて頂いております。

時に従事している職員は、利用者との関わりの中で知識や技術などの面でも壁にぶつかったり、思い悩んだりすることもあります。一緒に働く上司、同僚などと課題を共有しながら、継続して介護技術・知識など学び資質向上に努めています。その中で、多くの働いている職員は、高齢者支援の仕事にやりがい、楽しみを感じ、使命をもつて継続して従事しております。

働く人については、地域で介護の人材確保が課題としてあげられている中、当法人では、今年に入り中途採用で複数名働いて頂いておりましたが、新年度スタートの四月一日には新採用者ゼロ名となり、思う通りの採用が難しい

状況になっていきます。

介護の技術・知識を学び福祉を目指す人、高齢者の生活を支援する仕事に携わる人たちが増えてほしいと願っています。そのために私もこれからも介護の仕事の内容や魅力を地域へ発信していくことが、これからもますます必要と考えています。

さらにまた、今後は働く環境について、国を挙げて取り組んでいる「働き方改革」への対応や「外国人介護職」の話題も出ている中、職員が前向きに、楽しみをもって働ける環境をさらに整え、職員が自分で考え行動する「自律」を促せる職場環境の充実に努めることも大切だと思っています。

おわりに、利用者及びご家族の皆様には、お忙しい中かとは思いますが、引き続き事業所に足を運んで頂きたいとお願ひします。そしてまた、地域の皆様にはボランティアなど様々ななかたちで事業所にいらしてください。地域の身近な課題など地域の方々と一緒に考える機会を増やすことができればと思っています。長寿の郷も地域の社会資源の一つ、私どもも地域の一員です。地域の課題と一緒に考えていきたいと思います。

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、笑顔で過ごせるように、地域の中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。

長寿の森

施設長 遠藤利則

養護老人ホーム長寿の森吉祥園とデイサービスセンター長寿の森踊鹿が、平成16年に遠野市及び遠野市社協から移譲されてから16年目の春を迎えました。これもひとえに、遠野市の皆様を始め、多くの皆様のご支援、ご協力の賜物と厚く御礼申し上げます。

吉祥園の歴史を振り返ってみますと、昭和42年に松崎町白岩に施設が開設され、平成2年に現在の青笹町糠前に移転しました。実に、半世紀を超える長きに渡り、居宅での生活が困難な低所得高齢者の住まいとして、大きな使命を果たしてきました。

近年、暮らしの多様化により、養護老人ホームに類似した住まいも増えてきましたが、高齢者福祉の原点ともいえる養護老人ホームは、今後その存在意義を失うことなく、遠野市の大事な社会資源の一つとして活用されるものと願っております。

そんな吉祥園の建物も30年を経過し、かなり老朽化してきております。毎年どこかに不具合が生じ、修繕や設備の交換をしております。昨年は、畳部屋だった居室を改装し、ベッドや車イスでの生活がしやすいようにしました。また、食堂の冷暖房エアコンの交換もしております。今年度では、外にあるキュービクル（高圧受電設備）の交換を予定しておりますが、ボイラーや施設内の給湯配管の劣化も心配されるところです。

県内の養護老人ホームの建て替えもどんどん進んでおり、吉祥園も建て替えを検討する時期と言えますが、今後の養護老人ホームのあり方、利用者ニーズなども考えながら、検討していかなければならないと考えております。

ヘルパー長寿の森は、順調に利用者数を伸ばしております。在宅と吉祥園利用者の両方を担当しておりますので、在宅訪問できる職員は決して多くはありませんが、可能な限りご要望にお応えできるよう努めて参ります。

デイサービスセンター踊鹿は、ベッドで休まれる利用者が増えてきたことで場所が手狭になり、昨年4月から定員を5名減らして30名定員で営業してきました。一昨年から土曜日営業も始めたことから、利用者の分散利用にもつながり、ゆっくりと休める環境が整ったと思います。今年度は、更に年末の休業日を見直し、年越し前に入浴してお正月をも変えられるようにしていきたいと考えております。

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。

新しい年号となりましても、よろしく
お願いします。



特別養護老人ホーム 遠野長寿の郷



菖 蒲 町

菖蒲町の様子です。

暖かくなってきて、春の陽気を感じられるようになってきました。天気が良く暖かったので、利用者様を連れて中庭の桜を見に行ってきました。テレビでは桜の開花のニュースが流れていますが、ここの桜は、まだまだの様です。久しぶりのお散歩に、桜は咲いていないものの、楽しそうな表情をしていました。まだ咲かない桜の木を見上げながら「桜が咲いたら、また見に来ようね」と約束しました。きれいに咲いた頃にお花見をしたいと思います。

山 吹 町



山吹町の様子です。

2月に季節行事である節分を行ないました。「歳の数だけだからいっぱい食べれるね」と話される方や、鬼に向かって豆を投げずに手渡しで渡すといった姿が見られました。

3月には、ひし餅風ホットケーキを作りました。生地を作るところから焼くまで手際よく手伝って下さいました。3色の色の生地を見ると「綺麗だ」という声が上がっていました。

皆さん「美味しい美味しい」と言いながら完食されていました。



柑 子 町

柑子町の様子です。

柑子町では、2月にお馴染みの小豆みたらし団子を、3月に桜餅を作りました。桜餅作り際には、職員の覚束ない手つきを見かね、料理が得意な利用者さんが手際よくテキパキと手伝ってくださっていました。桜餅の淡いピンク色の生地が焼きあがると、「綺麗だなあ。」と感嘆の声が聞かれていました。出来上がった桜餅は、お茶と一緒に皆さん美味しく召し上がっていました。

一足早く春を感じたひと時でした。

紺 町

紺町の様子です。

2月にわらび餅作りを行いました。抹茶を飲みながらわらび餅を食べていただきました。抹茶を飲む際は作法を心得ている利用者さんがいていつもと違う様子を見る事ができました。

3月には餃子作りを行いました。普段食べない利用者さんも香ばしい匂いにそそられたように食べながら「美味しかった」と好評でした。



茅町 ショートステイ

2月28日に総合福祉センターに飾ってあるお雛様を見学しに行ってきました。利用者さんからの希望があり大変喜ばれていました。皆さん目を悔いるように真剣な眼差しでお雛様を見ていました。凄い！綺麗！上手に作るわねと感心されて、また来年も見たいねと話されていました。

最後に「職員さんありがとね」とお礼の言葉をいただきました。



凄い!! 綺麗ですね



上手に作るもんだわね



ミツさん！カメラ目線だね



素晴らしいわね

老人デイサービスセンター 長寿園

2月・3月のデイサービス長寿園では、様々な活動を行いました。遠野の恒例行事・吊るし雛見学や町屋のひな人形見学では綺麗なお雛様に歓声を上げ、節分週間には鬼に扮した職員に力の限り豆を投げつけました。毎月行っている作品作りですが、2月は手縫いの和風ストラップ、3月はマツボックリを材料に使ったふくろうの人形を作成しました。利用者様の作品はデイサービス前に展示しておりますので近くをお通りの際はぜひご覧ください！ また、その他にもひな饅頭をはじめとしたお菓子作りや、見たことも聞いたこともないようなニュースポーツで大変盛り上がりしました。

2月のイベント

吊るし雛見学 おやつ作り
作品作り(名前ストラップ)
節分豆まき

3月のイベント

ひな饅頭作り 大学芋作り
作品作り(マツボックリふくろう)
ニュースポーツ(ポッチャ・ストラックアウト・



こんなに可愛らしく
できあがりました



吊るし雛を見ると春の予感



ニュースポーツは楽しいね



お手製の名前入りストラップ



ひな饅頭ができました！

養護老人ホーム 長寿の森吉祥園

3月3日 皆でお茶会(〜♪)
【ひな祭り】



茶釜の準備も万端です♫



手際よくお茶を点てていきます！



ひな饅頭を愛でる利用者さん
(#^.^#)



彩とりどりのひな饅頭が
出来上がりました！



ひな人形と記念撮影♪📷!!



結構なお点前でした ^ ^

デイサービス 長寿の森 踊鹿 センター

2月・3月の
活動の様子



2月は18日～23日に総合福祉センターで行われた吊るし雛見学に行きました♪
今年も見事な吊るし雛に皆さん感動されていました(*^^*)



3月はひなまんじゅう作り。ホットプレートで桜餅作りを行いました！
男性利用者様も積極的に参加され、美味しいおやつタイムとなりました😊📺

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

和野ミナ様100歳を祝う会

祝百寿



平成31年3月27日(水)長寿庵1階にて、和野ミナ様の100歳を祝う会がおこなわれました。

当日はご家族様も大勢いらっしゃいました。遠野市飛内副市長様や健康長寿課課長様も来られ、ミナ様へ賞状や記念品の贈呈が行われました。会ではミナ様の利用中の様子を動画にまとめて上映したり、ミナ様が自宅で作成した鍋敷きを来賓の方々に手渡したりと長寿庵らしいお祝いができたと思います。他利用者様も参加され、長寿庵全体でミナ様をお祝いする事ができました。



和野ミナ様

大正8年3月27日 附馬牛生まれ
現在は子供、孫、玄孫含め48人おります。
趣味はチラシを用いての鍋敷きづくり。



2月・3月 長寿庵の様子

2月、3月の長寿庵の様子をご紹介します。

今年の冬は降雪が少なかったので、ドライブに行く機会が何度かありました。またひな祭りも行い、お抹茶やお菓子を食べてそれぞれのひな祭りがどうだったのかを話しました。

そして長寿庵から旅立つ職員のお別れ会もおこないました。長寿庵での経験を活かし頑張ってください。



長寿庵での勤務 お疲れ様でした。
次の職場でも頑張れ！

いわて子育てにやさしい 企業認証書 交付式

この度、当法人の子育て支援の取組が評価され「いわて子育てにやさしい企業」に認定されました。この認証は、仕事と子育ての両立支援など男女が共に働きやすい職場環境づくりに取り組む企業を認証ものであり、今までの実績から、遠野市では2番目速さでの認証となります。

今後、職員の福利厚生の一環として、引き続き職員の子育て支援に力を入れ、利用者様は住みやすく、職員は働きやすい法人を目指すので、どうぞよろしくお願いたします。



栄養士のタメになる話

今回のテーマ 「糖尿病は予防できる」

日本人では糖尿病患者さんの約95%が2型糖尿病といわれ、「ストレス」、「肥満」、「運動不足」、「暴飲暴食」などのライフスタイルのみだれがおもな原因となって起こります。食事療法の基本的な考え方は、カロリー（エネルギー）を必要以上にとらないようにすることです。今、糖尿病でない人にとっては、糖尿病の効果的な予防法にかかります。どんな食品でもとりすぎなければ体によいし（嗜好品は少量でもよくありません）、とりすぎればどんな食品でも体に悪いということです。

★ 食事のポイント

- ・基本は、朝・昼・晩の食事をきちんととることです。
- ・間食はごくごく控えて、コーヒーや紅茶にはなるべく砂糖は入れないようにしましょう。どうしても欲しい時は、代用となる人工甘味料を使用してもよいでしょう。
- ・外食をするときは、なるべく和食や和風の定食をとるように心がけましょう。
- ・料理の味つけが単調になりがちであれば、調味料や香辛料、ハーブ類などバリエーションをかけることで飽きのこない食事になります。



- 募集職種：介護職員
- 就業場所：法人が運営する介護保険事業所である
長寿の郷・長寿の森・長寿庵内のいずれか
- 就業形態：フルタイム
- 採用人数：若干名
- 仕事内容：要介護者の介護（食事・入浴・排泄・話し相手他）
リネン交換等の雑務など
- 賃 金：参考（高卒）138,100円～
（学歴・職歴等に応じて加算あり）
- その他：賞与年2回・各種手当・退職金等あり

平成31年4月現在

※ その他パート（時間は相談に応じます）も募集しています。
詳しくは右の連絡先より、お気軽にお問い合わせください。

求 人 情 報

当法人の求人情報のお知らせです。
介護職員を若干名募集しています。
ご興味のある方は、ぜひお気軽に
お問い合わせください。

お問い合わせ先

社会福祉法人とおの松寿会
TEL 0198 - 63 - 1770
事務部 琴畑 錦一

★ 目次 ★ 長寿だより 99号

○表紙

思い出の1枚

長寿庵 百歳を祝う会より

○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

二、三月の活動

○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

いわて子育てにやさしい
企業認定書交付式

栄養士より

求人情報
目次

8

7

6下

6上

5下

5上

4

3

1