

“はあと”をつなぐ情報誌



月刊 はあとふるあたご

第66号
【発行】
2011年2月

【発行元】株式会社はあとふるあたご 〒951-8051 新潟県新潟市中央区新島町通三ノ町2284番地
電話 025(228)5000 FAX 025(228)4000 【発行者】木村 淳



中村 楓 選手【MF・23】 笠井 香織 選手【DF・3】

諏訪 江利乃 選手【GK・21】

山崎 円美 選手【MF・18】

アルビレックス新潟レディースのみなさんと
デイサービスセンター松浜にて

目次

エコリフォーム、しませんか？・・・2	木陰亭昔語り 第19回・・・8
ホスピタリティ向上委員より・・・4	波田野先生のコラム 第20回・・・11
バッハ先生のひとりごと 第8回・・・5	お手軽レシピ/食彩委員会だより 12

わたしたち はあとふるあたご は、“人” を一番大切にします。

はあとふるあたご からの ほっこりお得な お知らせ

住宅のエコリフォームでエコポイントが発行されます！

ぜひ、この機会にエコポイントを利用して、おうちを暖かくしませんか？

住宅エコポイントとは・・・

高い省エネ効果を有するエコ住宅のリフォームをされた方に対して、
様々な商品・サービスと交換可能なエコポイントを取得いただける制度です。

平成 22 年 1 月 1 日～平成 23 年 12 月 31 日に着手した工事が対象です。

※工事着手とは、ポイント対象工事を含むリフォーム工事全体の着手をいいます。



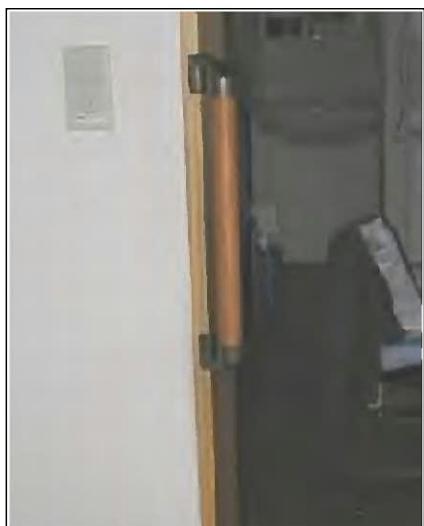
▼ポイントの発行対象となるエコリフォーム

窓の断熱改修	内窓設置	大(2.8 m ² 以上)	中(1.6 m ² 以上 2.8 m ² 未満)	小(0.2 m ² 以上 1.6 m ² 未満)	
	外窓交換	18,000 ポイント	12,000 ポイント	7,000 ポイント	
ガラス交換	大(1.4 m ² 以上)	中(0.8 m ² 以上 1.4 m ² 未満)	小(0.1 m ² 以上 0.8 m ² 未満)		
	7,000 ポイント	4,000 ポイント	2,000 ポイント		
外壁、屋根・天井、床の 断熱改修	外壁	屋根・天井	床		
	100,000 ポイント	30,000 ポイント	50,000 ポイント		
バリアフリー改修 (50,000 ポイントを限界とします) ※上記の工事と一緒に実施した場合	手すりの設置	段差解消	廊下幅等の拡張		
	5,000 ポイント	5,000 ポイント	25,000 ポイント		

※ポイント申請期限は、平成 24 年 3 月 31 日までとなります。

※ポイント交換期限は、平成 26 年 3 月 31 日までとなります。

ぜひ、お気軽にご相談ください。



手すりの設置



段差解消スロープの設置



手すりの設置



窓の断熱改修



床下断熱工事



壁の断熱工事

ご相談・お問い合わせはお気軽にどうぞ

はあとふるあたご

福祉用具課 柳都大橋

〒951-8051 新潟市中央区新島町通三ノ町2284番地

TEL (025) 228-5002 |

FAX
(025) 228-4000

デイサービスセンターさかえ

●楽しかった～

“デイサービスさかえ”に、活弁師の池上様が、ボランティアで来て下さいました。

今回は、全3部に分けてお見せ頂きました。

第1部では、活弁を披露して下さいました。お客様はとても懐かしかったご様子で、興味深々に見入っていました。



第2部は、マジックショー。お客様も私達職員も、飛び出して来る花々に驚き、目を丸くしていました。

そして最後、第3部は大道芸！皿回しをご披露くださいました。お客様と職員も、皿回しに初挑戦！『よつと！』

皆さまは、「楽しかった～。また見たい！」と喜ばれ、とても盛り上がりました。

池上様、楽しい時間ありがとうございます。

デイサービスセンターさかえ 大橋 栄美
電話 0256-45-7735 FAX 0256-45-7739

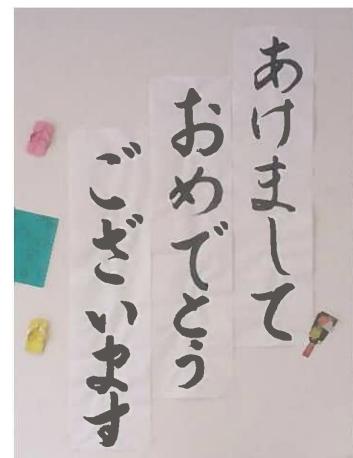
デイサービスセンター横越

●2011年突入!!

1年なんて、あっという間ですね。今年も、兎のようにピョンピョンピョンと過ぎてしまうのでしょうか？

さて、その卯年の新春風景をご紹介します。

右の習字は、当センターのお客様が書いてくださいました。あまりの達筆に、誰もがうっとり。入り口にも飾らせていただきました。



お正月と言えば……。福笑い!! やっぱり、何度も大爆笑です♪

今年も、お客様を一番大切に、安心・安全をご支援させて頂きます。そして、皆様を笑いの世界へご案内致します☆

デイサービスセンター横越 小澤 淳貴
電話 025-383-2235 FAX 025-383-2236

ホスピタリティ向上委員より

こんにちは！！！ ホスピタリティ向上委員会の斎藤です。(^0^)／

皆さんに“ホスピタリティ”を身边に感じていただきたいと考え、「月刊はあとふるあたご」をジャックさせていただきました。これから当委員が、入れ替わり立ちかわりお邪魔いたしますので、よろしくお願ひいたします。

“ホスピタリティ（接遇）”とは、「おもいやり」「心からのおもてなし」という意味です。

ホスピタリティ向上委員会は、お客様に満足して頂くにはどうしたらよ

いか、お客様に選んでいただくにはどうするべきか、そして、一緒に働く職員がどうしたら楽しく仕事が出来るかを、常に考えています。

ここでひとつ、私の身近な体験談を……、と言いたいところですが、次回以降のお題をとっておかないと、続く委員が書くことに困ってしまうといけないので、今回は委員長としてのご挨拶までにしたいと思います。

委員一同、職員と共に成長していくよう、今後とも努力してまいりますので、よろしくお願ひいたします。



ホスピタリティ向上委員会 委員長 斎藤 智子

水原多機能施設

●素敵なお年賀状♪

水原多機能施設に、とっても手先が器用なお客様がい



らっしゃいます!!

毎年、手書きの年賀状を送って下さい
ます。絵も、筆で書
かれた字も、とても
お上手なんです
(*^_^*)

今年は、可愛らしいうさぎを描いて下さいました。

毎年30枚くらいの年賀状を手書きされていて、2~3日で書
き終えてしまうのだそうですφ(..)



これからも、素敵なお年賀状を披露して下さいね♡

デイサービスセンター水原

山口 綾香

電話 0250-62-8888(デイ)／0250-62-8886(ショート)／0250-63-1222(小規模多機能ホーム)

FAX 0250-62-8887(共通)

ハドッハ先生のひとにごと 第8回

～介護ベッドによる事故～

新潟大学工学部福祉人間工学科 教授 工学博士／歯学博士 林 豊彦



2007年、消費生活用製品安全法が改正され、骨折以上の重傷事故の報告が義務化された。それによって、介護ベッドによる事故が2007年5月から2010年3月までの約3年間で48件発生し、その中に死亡事故が19件(40%)も含まれていることが明らかとなった。つまり、重大事故の半数近くが死亡事故という驚くべき結果だった。

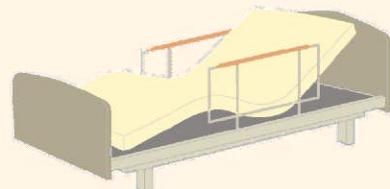
重大事故の原因を調べてみると、34件(71%)がサイドレール・手すりに関係しており、死亡事故中の13件(68%)もサイドレールに関係していた。柵・手すり・ボード・ベッドには、多くのすき間があり、そこに首や手足を挟まれて事故は起きていた。

そこで2009年3月、在宅介護用ベッドのJIS規格が改正された。しかし、現在使われているベッドは多くが旧規格だから、いまだ重大事故が起こる危険性が高い。介護者や施設管理者は、ベッドが使い方によっては処刑台になりかねないことを肝に銘じて、危機管理を徹底してもらいたい。



(新潟県長岡市にて)

ふるさとの
しろく輝く
峰、大地
雪と戯れし昔なつかし



デイサービスセンター柳都大橋

●紅白歌合戦！

明けましておめでとうございます。

柳都大橋の新年会は盛大に盛り上がり、明るく賑やかな年明けを迎えることができました。

なんといっても一番の目玉は、柳都“紅白歌合戦”。

くじ引きで、お客様・職員が入り交じり、紅組・白組に分かれて熱戦が繰り広げられました。

「王将」や「雪の降る町」、「浪曲一代」など、皆様自慢の喉を披露してくださいり、本家顔負けの白熱した歌合戦となりました。

結果は、両組引き分け、決着は、また次回のお楽しみとなりました。

今年も皆様に喜んでいただけるレクリエーションを、職員一同考えていきたいと思います。

宜しくお願ひ致します！



デイサービスセンター柳都大橋

佐藤 弘康

電話 025-228-5010 FAX 025-228-3335

デイサービスセンター城北町

●☆手作りお正月☆

1月1日元日、昼食はお正月メニューでした。

あったかい豆乳鍋と手作りおせちで、お正月気分が更に高まります。

豆乳鍋を召し上がられたことのない方にも、「初めて食べたけどおいしいね」と、大好評でした。お鍋のおかわりが出るほど♪「こんなに食べたから、夜ご飯食べられないかも」と、冗談も聞こえています。



お正月メニューと飾りで、お正月気分を満喫していただけたのではないでしょか？ 張りきって作った職員も、皆様に喜んでいただけて大満足！のお正月となりました♪



デイサービスセンター城北町 長谷川 由里
電話 0254-21-3330 FAX 0254-21-3335

デイサービスセンター河渡本町

●☆河渡本町クリスマス会 2010☆

昨年になりますが、12月の24日・25日と、クリスマス会を行いました(*^_^*)

1日目は、bingo大会♪ お客様それぞれ、番号が書かれたbingo用紙を手に持ち、ドキドキ……？！ さあ、bingo大会の始まり始まりー！「〇番！」「あったー！」 「えー！ ないー！」にぎやかな声が響きます。そして、「リーチ！」の声に続き……。「bingo！」と、威勢の良い声が飛びかいました。さあ～て、賞品は？！(^ー^)



2日目は、ロールケーキづくり♪ まずは、スポンジケーキの上に生クリームをぬ~りぬり(●^o^●) その上に、桃をたくさん乗せました。次は、スポンジケーキを丸めてロールケーキ状に◎ 最後は、全体に生クリームを塗ってデコレーションをして、できあがりー☆ 皆様、「美味しい、美味しい」と、召し上がってくださいました。

デイサービスセンター河渡本町 瀧澤 祐美
電話 025-250-3001 FAX 025-250-3010

訪問介護課

●ホームヘルパー～アンケートシリーズ④～

「ホームヘルパーになってよかったですと思ふことは？」

- お客様から、温かい言葉をかけていただいた時
- 料理がおいしいといわれた時
- また来てねといわれた時
- 年上の方とのコミュニケーションの取り方が勉強になった
- 相手の立場になって物事を考えられるようになった
- 人に優しくなった気がする



前号では、困ったことや大変だったことをご紹介しましたが、その時ヘルパーが反省したり、よりよい方法を見つける努力が出来るのは、お客様から温かい気持ちをいただけるからだと思います。

お客様に安心してご自宅で生活していくようお手伝いしているつもりが、逆にお客様から元気をいただいているなあと思う瞬間があります。

アンケートを取ってみて、ヘルパーになった理由や経験、仕事への思いは様々でした。でも、お客様から信頼され、またあなたに来てもらいたいと言っていただけるヘルパーになりたい、という思いは皆同じです。

ヘルパーとして、成長できる1年にしていきたいと思っております。

訪問介護ステーション 井村 領子
電話 025-228-5004 FAX 025-228-4000

グループホーム三条

●初詣



当ホームでは、お客様とご一緒に、毎年初詣に行っております。

日本人は、神道に仏教にと、いろいろ取り混ぜながら、なんだかんだで生活に密着していますよね。

初詣もまた、大切な季節行事。寒さ対策をばっちりとして、安全第一で行つきました。

今年参りましたのは、震災復興で本殿も真新しい「諏訪神社」。

道路からも近いので、歩かれるのが大変なお客様も安心でした。

今年も皆様にとって良い一年でありますように……。

グループホーム三条 難波 淳
電話 0256-36-5555 FAX 0256-36-5556

【木陰亭昔語り】第19回 ~こんぴら通りの賑わい~

総務部 経理財務課 斎藤 正明

前回、新潟の下町には、3つの金比羅神社があるという話をしました。
今回は、そのひとつ、西厩島町の金比羅神社がある、「こんぴら通り」
のお話です。「こんぴら通り」は、坂内小路が、株川岸通に突き当たる
所から、斜めに伸びる商店街です。

— それでは、木陰亭さんに語ってもらいましょう —

「今は、すっかり静かな通りになってしまったがの。かつてはあの『こんぴら通り』が、“新潟の浅草”と呼ばれる、新潟一の繁華街じゃった。江戸の昔から、金比羅神社に参拝する船乗りが、荒



い買い物をするこ
とから、繁華街として発展したようじゃの。明治
になってからも、その賑わいは変わらなかつた。
映画館に芝居小屋、玉突き場、吹き矢に射的……。
さまざま夜店も建ち並んだ。あめ湯、あずき湯、
アイスクリン。まんじゅう、ゆで栗、ゆで卵……。
寿しや小間物の店もあった。まさに、新潟中の夜
のお客が、全部「こんぴら通り」に集まつたよう
じゃつた。なにしろ、夜店で買った“ゆで卵”を
袂に入れて歩いてると……。人混みに揉まれて、
卵がみんな潰れてしまったほどじゃよ」

グループホーム新津

●卯年元旦

本年も、元旦餅つきで幕開けとなりました。

皆元気に、心弾ませて餅つきに参加することができ、



その後は搗き立ての柔らかいお餅を、これまた全員が食べることができました。

要介護5の人も、ソフト食ではありません。真正銘のおもちを、お代りして食べました。



食べたい気持ちが“心”を動かし、“嚥下・咀嚼”機能もフル回転で頑張ってくれます。

まずは、脇に控えていた吸引機の出番もなく、ホッと胸をなでおろした一時でした。

今年も良い年でありますように……。

グループホーム新津 渡邊 やよい
電話 0250-21-2888 FAX 0250-21-2889

デイサービスセンター坂井東

●明けましておめでとうございます！

1月1日、デイサービスセンター坂井東では、先月、お客様と一緒に手作りした“福ダルマ”、職員手作りの鏡もち、お客様が書かれた習字などの展示をしました。

皆様、ご自分で作られた“福ダルマ”を見て立ち止ま



り、嬉しそうにジ～ツとご覧になっていました。

昼食には、“ちらし寿司”や“のっぺ”が出され、召し上がられているお客様の顔は笑顔いっぱい。皆様それぞれ、新春を味わっておられました。

今年の坂井東も、笑顔が絶えない環境を作りたいと思います。

デイサービスセンター坂井東 大山 直美
電話 025-268-8880 FAX 025-268-8887



●2月16日より確定申告が始まります

確定申告とは、1年間（1月1日～12月31日）に得た所得に対しての税を計算して、申告、納税するための手続きですが、納めすぎている税金を返してもらう手続きもあります。

介護保険に要した費用についても控除の対象になり、支払った介護保険料は「社会保険料控除」の対象であり、介護サービスの利用料やおむつ代は「医療費控除」の対象となることがあります。



居宅サービスの種類(予防サービスを含む)

医療費控除の対象となるもの(1割の自己負担分)	<ul style="list-style-type: none">●訪問看護●訪問リハビリテーション●居宅療養管理指導●通所リハビリテーション●短期入所療養介護	<u>左記のサービスと併せて利用する場合のみ対象となるもの</u>	<ul style="list-style-type: none">●訪問介護(生活援助中心型を除く)●夜間対応型訪問介護●訪問入浴介護●通所介護●認知症対応型通所介護●短期入所生活介護●小規模多機能型居宅介護
-------------------------	---	-----------------------------------	---

申告には、医療費控除額が記載された、サービス事業所の発行する領収書が必要です。

税申告に関して詳しく知りたい場合は、所轄の税務署にお問い合わせいただくとよいでしょう。

居宅介護支援センター河渡本町

川田 千鶴子

デイサービスセンター松浜

●新年おめでとうございます♪



松浜では、江戸凧の貼り絵が完成しました。

“絵描きさん”と呼ばれている職員が下絵を描き、皆様のお力で完成！！！



新年が明けましたら……。

これまた“絵描きさん”作の福笑い！！！

賑やかなお正月となりました。

皆様に、福が一杯の一年になりますように！

松浜職員一同、本年も宜しくお願ひいたします。

デイサービスセンター松浜 金子 ひろみ
電話 025-255-7701 FAX 025-255-7705

グループホーム五泉

●行く年来る年

12月23日、お客様の御家族様にも参加していただき、賑やかに餅つき大会を開催しました。

「もう忘れてしまった」と尻込みされていたお客様も、臼に入った米をつぶし始めると……。「まだ早い！！」「杵に水をつけて！！」「餅をかえして！！」と身を乗り出して下さいました。

へっぴり腰の職員や、御家族様の飛び入りに、笑いや応援の手拍子に包まれつつ、見事完成。あんこ餅、きなこ餅、豚汁を、御家族と一緒に味わっていただきました。何日も前から、楽しみにされていたお客様もおられ、嬉しそうに召し上がってくださいました。



その後、一年間の思い出ビデオの観賞会に、「あー、〇〇さんだ」「私だ」「おめさんだ」「行ってきたんだねえ……」「良かったよねえ」と、楽しい時が過ぎていきました。

笑顔多く過ごせた一年に感謝。新しい年も、お客様、ご家族様、職員共に健やかに、笑顔あふれる年でありますように……。

グループホーム五泉 長谷川 恵美子
電話 0250-41-1610 FAX 0250-41-1611

波田野先生のコラム 第20回

丸山診療所 院長 波田野 徹



『日本人のためのがん予防法(2)』

日本独自のがん、生活習慣病予防の科学的根拠を確立するための大規模疫学研究（多目的コホート研究）が、国により1990年に開始されてから、20年が経過しました。前回に続いて科学的根拠に基づく研究成果を紹介したいと思います。



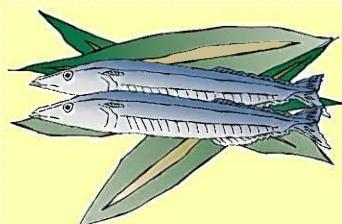
コーヒーは、肝がんのリスク（危険性）を下げる事が分かりました。また、子宮体がんなど、肥満、運動不足となりやすい「がん」のリスクを減らすことも明らかになりました。コーヒーのどの物質が関係しているかは判明していませんが、さらなる研究成果が今後期待されています。

日本茶、緑茶は、女性で胃がんのリスクを下げる事が確認されました。また、前立腺がんでも予防効果が見られました。



日本の食生活の特徴でイソフラボン、大豆製品の摂取が多いことが挙げられますが、イソフラボン（大豆製品）の摂取の多い人は乳がんや前立腺がんのリスクが低いことが分かりました。また、脳梗塞、心筋梗塞、糖尿病の予防にも関係していることが明らかになりました。

また、魚の摂取量が多いほど、心筋梗塞のリスクが下がることが確認されました。肉食に偏らないバランスの良い食生活が生活習慣病予防に重要と考えられます。



がん予防には常識的な節度ある生活（禁煙、節酒など）を送ることが大切です。また、健診も定期的に受けるように心がけましょう。

★★ 日本人のためのがん予防法（2）★★

- 1) コーヒー摂取は、肝がんや子宮体がんの予防になる
- 2) 緑茶の摂取は、前立腺がんの予防になる
- 3) 大豆製品の摂取は、乳がんや前立腺がんの予防になる



(1 1)

☆お麩スナック☆



<作り方>

1. フライパンにマーガリンを引き、コンロに火をつける。
2. お麩を入れ、中火できつね色になるまで焼く(強火だと焦げます)。
3. 砂糖を加え、よく絡めたら出来上がり。

■手軽にできて、食べ始めたらやめられなくなる美味しさ。■砂糖の代わりに、塩コショウにしたり……。焼いた麩を袋に入れて、マヨネーズ・塩・粉チーズを加えてシャカシャカしたり……。色々な味付けで楽しめます。■当センターでもお出しして、大好評でした。■

デイサービスセンター横越 藤井 美千代

～食彩委員会だより～

★第8回「食の第三者評価」を実施しました★

平成22年12月13日～17日に、第8回「食の第三者評価」を実施しました。

日頃、はあとふるあたごに関わって下さっている方々に評価していただきました。

～頂いたご意見の一部を紹介します～

- 雰囲気も職員の対応も温かみがあり、楽しかった。
- 彩り、バランスがよい。
- メニューの説明があると良かった。
- 具材が小さすぎて、箸で掴みづらいのでは？
- 選択メニュー、食べたいものを選べるのは良い。
- お客様への言葉遣い、提供マナーが良い。



足元の悪い中、また師走のお忙しい時期に、沢山の方々にご協力いただき、ありがとうございました。

前回のご意見を受け、お客様の使われるテーブルウェア(食器・椅子・テーブル)について見直しを行い、使いやすいものを提供する等の改善をしました。また、BGMを用いるなど、ゆったりと食べていただく工夫もしました。

今回の評価を活かし、皆様に喜んで頂けるお食事を提供できるよう、職員一同努力して参ります。

今後とも、宜しくお願ひ致します。

食の第三者評価とは…

当社では平成19年6月より半年に1度、食の第三者評価を実施しております。普段ご利用いただいているお客様以外の第三者による客観的評価を受けて現状を把握し、課題解決につなげる事でより満足いただけるお食事の提供を実現することが目的です。

食彩委員長 佐藤 愛

～ご意見・ご感想をお寄せ下さい。～

<連絡先> 株はあとふるあたご 新潟市中央区新島町通三ノ町2284番地 電話025-228-5000 FAX025-228-4000
<編集委員> 岡田 健(委員長)／川田 千鶴子／羽尾 洋美／井村 領子／渡辺 伸子／齋藤 正明