

月刊♡♡ はあむふるあたご

5月 第21号

<発行>平成19年5月1日

<発行元>〒951-8051 新潟市新島町通三の町 2284 番地 <発行者> 木村 淳

株式会社 はあとふるあたご

電話 025(228)5000(代) FAX025(228)4000



「新潟県在宅・小規模ネットワーク」の第一回勉強会

『介護保険法改正から1年 実践報告』にて

熱心に聴講される参加者の皆様

目次

入社式（総務人事課より）・・・	2	伊東先生のコラム 第20回・・・	11
事業所だより・・・	3	「新潟県在宅・小規模ネットワーク」	
職員紹介・・・	5	勉強会ご報告・・・	12
私のおすすめ・・・	7	編集後記・・・	12

平成19年度 入社式

総務人事課

今年は、7名のフレッシュな顔ぶれが揃いました。入社前の研修では、最初は緊張した面持ちで参加されていましたが、回を重ねるうちに次第に打ち解け、最終回の施設見学は日帰り修学旅行のような雰囲気でお交を深めておりました。4月2日は入社式の後、研修、懇親会と長丁場の一日で、午後研修の最後はみなさんぐったりでしたね。お疲れ様でした。入社式で語ってもらった抱負を忘れずに、一日も早く職場に馴染み、実力を発揮してください。



—新入社員紹介—

【写真：下段左】

【写真：下段右】

配属①	デイサービスセンター坂井東	①	デイサービスセンター横越
氏名②	渡辺麻実（わたなべ あさみ）	②	歌代優香（うたしろ ゆうか）
一言③	元気、やる気、笑顔で精一杯がんばりたいと思います。	③	一日でも早くお客様や職員の皆様に覚えて頂けるよう一生懸命がんばりますのでよろしくお願い致します。

【写真：上段左二人目より】 ↓

①	グループホーム新津	①	ショートステイ水原
②	小澤淳貴（おざわ あつき）	②	神田静香（かんだ しずか）
③	「笑顔」をモットーにやる気満々、愛情たっぷり、いつも元気に頑張ります。	③	社会の一員として、学生生活で学んできた事を生かせるように頑張りたいと思います。よろしくお願いします。
①	デイサービスセンター柳都大橋	①	グループホーム五泉
②	五十嵐萌（いがらし もえ）	②	桐生直美（きりゅう なおみ）
③	新社会人として、未熟ですが一生懸命がんばりますのでよろしくお願いします。	③	お客様一人ひとりとじっくり関わり介護していきたいと思います。よろしくお願いします。
		①	デイサービスセンター河渡本町
		②	三添真由子（みそえ まゆこ）
		③	お客様に楽しんでいただけるようなサービスをめざし、努力してまいります。



4/2 懇親会にて

総務人事課

森山 一成

事業所だより

「福祉用具事業部」

ご自宅での生活動作の中で、1日に何回も大変な思いをするのが排泄面での動作だと多くの方が話されます。

今回は前号までの手摺の取付けの工夫とは違った、スペースの工夫をご紹介します。

上の写真が改修前の写真ですが、便座の先端から壁までの間に十分なスペースがなく、体が後ろに倒れないように注意しながら、足を便器の横にだして立ち上がるという動作が必要でした。

そしてご相談を頂き、下の写真のようにトイレ奥のまったく何も使用しないスペースに斜めに設置できるトイレを使用し、そのトイレの位置に合わせ手摺を取付けさせていただきました。それにより無理な動作もなくスムーズに立ち座りを行えるようになりました。

ご自宅のトイレが駄目だとあきらめる前にまずお気軽にご相談下さい。

次回はトイレの出入についてです。



お問い合わせは 福祉用具事業部 柳都大橋 025-228-5002
新 発 田 0254-23-1173
上 越 025-531-0688

デイサービスセンター横越

3月24日、福田組「万代太鼓 福鵬会」の皆様による、万代太鼓を披露していただきました。「港太鼓」、「祭囃子」、「おけさそろいぶみ」、「万代おけさ」など数曲、迫力ある音にお客様は真剣にご覧になったり、手拍子をされたり。また、「おけさそろいぶみ」は佐渡おけさの曲で、歌



を口ずさむ方もいらっしゃいました。

演奏の後、太鼓をたたかせてくださったりして、和気あいあいとした時間を過ごしました。お客様は「めったに聞けない。良かった。」「いい音だったねえ。」と、感動されていました。

デイサービスセンター横越

大久保 友恵

電話 025-383-2235 FAX 025-383-2236

デイサービスセンター松浜

先日、ボランティア「木の実」の皆様が来所され、お客様方に楽しい一時を提供して下さいました。

昔話の朗読では、普段私達が聞き慣れている「桃太郎」ではなく、急げ者でぐうたらな「桃太郎」が登場する珍しいお話をして下さいました。「桃太郎」は全国各地に語り継がれていますが、地方によって色々な「桃太郎」が登場するのだそうです。なかなか興味深いお話を聞く事ができ、皆様一様に感心していらっしゃいました。

また体操のコーナーでは、「納豆体操」や「ボケない体操」「桃太郎体操」などを全員で楽しく行い、大変盛り上がりました。

その他にも歌や踊りの披露など盛り沢山の内容で、お客様も職員も時間が経つのを忘れて楽しみました。

「木の実」の皆様は、センターのご近所の方々ばかりで構成され、新しいお仲間もどんどん増えているそうです。毎月第3月曜日に定期的に来て下さいますので、お近くの方は是非一度その楽しさを体感してみてください。

デイサービスセンター松浜

石崎 徳幸

電話 025-255-7701 FAX 025-255-7705



グループホーム三条

4月に入って、三条市内の桜がいたるところで咲き始めました。

おあつらえ向きのよい天気でしたし、皆様をお誘いしてお花見に行くことになりました。

普段外出を渋られる方も、お花見と聞くと喜び勇んで車に乗られ、「まだか、まだか」と職員をせかされていらっしゃいました。

暖かい日差しの中でのんびりと桜を眺めていると、近くの幼稚園児がお散歩にやってこられました。思いがけず賑やかになりましたが、皆様はかわいらしい子供達の姿に一層和まれていらっしゃいました。



この時期にしか楽しめないひと時を、皆様と一緒に楽しむ事が出来て、本当に良かったと思います。

グループホーム三条

難波 淳

電話 0256-36-5555 FAX 0256-36-5556



デイサービスセンター河渡本町

デイサービスセンター河渡本町では、4月4日「すみれ会」の皆様が来所され民謡の披露をして頂きました。曲は「花笠音頭」「会津磐梯山」「久保田節」「新潟舟方節」「新潟音頭」の計5曲披露して頂きました。

踊り手が大勢の曲ではにぎやかになります。中にはすみれ会の皆様の踊りに合わせ、手で踊られる方や歌と一緒に口ずさんだりされる方もいらっしゃり、皆様それぞれに楽しまれている様子でした。

普段お話されている中でも、歌や踊りが大好きだというお客様は大勢いらっしゃり、民謡を聞いているお客様の笑顔を見ていると、本日はとても喜んでいただけたのではないかと思います。

「すみれ会」の皆様どうもありがとうございました。



デイサービスセンター河渡本町

米内山 寛規

電話 025-250-3001 FAX 025-250-3010

職員紹介 No. 20

デイサービスセンター河渡本町 真島 裕希

皆様、はじめまして。

私はデイサービスセンター河渡本町で勤務しております 真島 裕希 と申します。

趣味は特にありません。



とりえも特にありません。

ただ、どの職員さんよりも元気ということは確かです。

その源として、お客様とふれあうことでたくさんの元気を頂いています。

そんな私の姿を見てもっと皆様が元気で過ごして頂ければ、私ももっと元気になれてうれしいことばかりです。

まずは笑顔で！

デイサービスセンター柳都大橋

桜の花も咲きはじめ、暖かい季節になってきました。

デイサービスセンター柳都大橋では、先日、ご希望されるお客様と一緒に、新潟三越で開催された『近くて懐かしい昭和展』を見に行っていました。昭和30年代の町並みや暮らしの道具を見て、お客様も昔の思い出をお話してくださいました。

「私もこんな教室で勉強したんだよ」「この机は上の部分が開くようになっているんだ」「昔の洗濯機はこうやって手で回して脱水をしたんだよ」などと、当時の思い出とともに、一つ一つ説明をしてくださいました。

皆様、昔にタイムスリップして何を思い出されたのでしょうか。懐かしい町並みに目をキラキラさせ、いつも以上に素敵な笑顔でたくさんお話されていらっしゃいました。

今後も、お客様に喜んで頂けるイベントを企画していきたいと思います。



デイサービスセンター柳都大橋

菊池 タ子

電話 025-228-5010 FAX 025-228-3335

グループホーム五泉



3月29日 外は少し風があり肌寒い日でしたが、気持ち早いお花見気分で、お客様2名と村松の城跡公園にドライブに出掛けました。

公園の桜の木にはやっと蕾がついたところでしたが、梅の木は白やピンクの花がたくさん咲き、今真っ盛りでした。「きれいだね」「梅の花もいいもんだね」と、寒さも忘れて夢中で眺めておられました。帰りの車中では「また、連れて来て欲しいな」と名残惜しそうに話されました。

これから、段々と暖かくなり桜の花が咲いたら、今度は皆さんとお花見に出掛け、楽しんで頂けたらと思っています。

グループホーム五泉

古田 将

電話 0250-41-1610 FAX 0250-41-1611

私のおすすめ！！

福祉用具センター新発田 小笠原 裕司

★大峰山(椽平桜樹林)

日本で最も小さい「櫛形(くしがた)山脈」の中に標高399.5mの大峰山があります。

この大峰山はヤマザクラの地として名高く、昭和9年には「椽平(とちだいら)サクラ樹林」として国の天然記念物に指定されました。

現在、自然自生した約40種類、1,000本ものヤマザクラが群生。山麓地帯ではオクチョウジザクラ、中腹にはカスミザクラ、山頂付近は薫り高いオオヤマザクラなどが多く、4月下旬から5月中旬にかけて順を追って満開の姿を見せてくれます。

この季節、新発田市にお越しの際にはご覧になってみてはいかがでしょうか？



「居宅介護支援センター」

★ケアマネ雑感

私が在宅に関わる仕事をするようになった原点を考えてみますと・・・もう20年前になりますが、祖母が自宅で亡くなったことが大きく影響しています。祖父母とは私が子供の頃は同居していましたが、成人してからは別に暮らしていたので、80代の高齢の夫婦二人暮らしでした。祖母は、胃癌の手術後数年で寝たきりになり、祖父が主に面倒を見ていました。行き届いた介護はできていなかったと思いますが、寝たきりになりながらも亡くなる間際まで祖母は、好きなビールとスイカを口にしていました。そして、自分で注文した薄紫色の花柄のワンピースを着て、家族皆に見守られながら旅立ちました。この光景が、私にとっては祖母とのお別れとしてずっと心に焼きついています。



できる限り、最期のお別れまで家で過ごせるようにお手伝いできれば・・・と願いながら在宅を訪問させていただいています。

居宅介護支援センター城北町

横尾 多美子

電話 0254-21-3331 FAX 0254-21-3335

デイサービスセンターさかえ

「演劇を観に行ってみたいねえ～」とのお客様の言葉により、デイサービスセンターさかえでは、3月7日・12日に大衆演劇を観に行っていました。

当日はあいにくお天気ではありませんでしたが、演劇を観るのは初めてのお客様ならびに職員は、ドキドキ・ワクワクで会場入りしました。人情味あふれるお芝居や豪華絢爛なショーにどなたも釘付けで、あっという間のひとときでした。役者さんに笑顔いっぱいでお客様の姿をみて、職員一同本当に嬉しく思いました。

皆様のご愛顧により、この5月でオープン2周年を迎える事ができました。これも皆様方からの温かいご支援のお陰でございます。今後ともよろしくお願い致します。



デイサービスセンターさかえ

梅本 育代

電話 0256-45-7735 FAX 0256-45-7739

デイサービスセンター城北町

私共、デイサービスセンター城北町では、去る3月9日に、二葉小学校の一年生が来所され「交流会」が行われました。昔懐かしい竹馬やコマ、お手玉を披露して下さいました。失敗しても何度もやり直す子供達の姿に、「頑張れ」の声も上がり、手に汗握る姿もみられました。また、覚えてたの歌を一生懸命に歌う子供達の姿に感動して涙ぐむお客様もいらっしゃいました。可愛い子供達の笑顔に、お客様はじめ私達職員も、とても穏やかな気持ちになることができ、笑顔あふれた一日となりました。

これからも、このような楽しい時間を過ごせるように、色々企画をしていきたいと思っております。また、地域の交流の場を広げられるように努めてまいります。

※はあとふるあたご城北町では、ボランティアの方・人生の先輩方との交流を楽しんでいただける方をお待ちしております。

下記までご連絡ください。よろしくお願いいたします。



デイサービスセンター城北町

小泉 美咲

電話 0254-21-3330 FAX 0254-21-3335

訪問介護ステーション

★転倒予防：膝伸ばしで下半身を鍛える

足をまっすぐに上げることで、下半身、特に太ももの前面を鍛える筋トレです。椅子に座るので、腰に負担がかからない運動です。背筋をピンと伸ばしましょう。



①椅子に座り
背筋を伸ばす



②片方の膝をゆっくりまっす
ぐに伸ばす



③つま先を上
に向ける



④ゆっくり元の姿勢に戻る。約 1
秒間このまま。これを5～10回繰
り返し行い、反対側の足も同じよ
うに。

“ワンポイント”

膝をまっすぐに伸ばしすぎると痛めてしまうので、ちからを入れすぎないように注意します。膝や腰に違和感があつたらすぐに運動を中止してください。

訪問介護ステーション

川崎 裕子

電話 025-228-5004 FAX 025-228-4000

デイサービスセンター坂井東

3月29日の午後2時から五十嵐中学校箏曲部によるお琴のコンサートを開催いたしました。五十嵐中学校箏曲部は、全国大会に出場するほどの実力があり、当日は一年生七名と引率の先生が二名来られ、琴の綺麗な音色を披露して頂きました。

3月も後半に入り、ちょうど琴の音を聞いていると春の風景が頭に浮かんできました。お客様も琴の音色に聞き入っていました。アンコールも出て「早春符」「春の小川」を再び聞かせて頂きました。最後に男性のお客様がお礼のお言葉を女性のお客様がお土産にチラシで作った蝶々をプレゼントし、今後も蝶々のように羽ばたいて色々なところでお琴を披露して下さり、そのお客様が述べられました。また機会がありましたらおいで下さい。



デイサービスセンター坂井東

稲野 正晃

電話 025-268-8880 FAX 025-268-8887

グループホーム新津

グループホームは毎日の生活がリハビリです。

お客様のできることはやっただき、できないことだけさりげなくお手伝いする、ということを職員はいつも心がけています。

お客様それぞれ内容は違いますが、《これは自分の仕事》《これは自分の得意なこと》というものを持っておられます。

料理・洗濯・掃除などの家事、編み物・縫い物・畑仕事・書道などの趣味、いろいろありますが、これからもそれぞれのお客様が生き生きできる場面をたくさん作っていきたいと考えています。



グループホーム新津

木根 幸子

電話 0250-21-2888 FAX 0250-21-2889

通いなれたデイサービスで、気心知れたスタッフと！！住める！泊まれる！！

デイサービスセンター水原・ショートステイ水原

3月3日、暖かい日射しの中でおひな様パーティが開かれました。お客様がデイサービスご利用時に一生懸命作製していただきました「おひな様の貼り絵」も飾られ、パーティに彩を添えました。



ホットケーキの甘い香りにお客様のお顔もほころび、初めて食べたとおっしゃられたお客様より、「おいしいもんだなあ」などと声が聞かれました。別のテーブルのお客様からは、焼き加減に指示が飛び交う場面もみられ、笑い声で大いに盛り上がっていました。

とても甘く楽しい午後のひとときでした。

デイサービスセンター水原・ショートステイ水原 五十嵐 真寿美

電話 0250-62-8888(デイ)

0250-62-8886(ショート)

FAX 0250-62-8887(デイ・ショート共通)

伊東先生のコラム 第21回

丸山診療所所長 伊東浩志 先生

ミラー細胞を騙せ

脳内にはミラー細胞という神経細胞があります。

ミラー細胞は、人がしている行為や言葉を「あたかも自分がしているように」反応する細胞です。子供が言葉を直ぐに真似ることが出来るのもこのミラー細胞があるからです。このミラー細胞の使命は「模倣すること」なのです。

目の前の人が文字を書くしぐさを見ると、実際に自分は何もしていないのに、文字を書いているのと同じように活動します。

同じように「言葉」にも反応します。

「貴方はまじめな人ですね」といわれると、ミラー細胞は「まじめな人」を実践している。そして、更にまじめな人になる。

日本には「言霊」という言葉があります。言葉には魂が宿り、言葉にしたらそれが真実になる。或いはミラー細胞がそれを促しているのかもしれません。

「私は駄目な人間だから」「私は何をやっても長続きしないから」「私は誰にも愛されない人間だから」などと決して口にしてはいけません。

思ってもいけません。ミラー細胞が聞いています。そして必死になってそれを実践しようとします。自らアクティブな人生を歩みたいならば「歯の浮くような」「馬鹿みたいな」話でも「前向きな」言葉を使うことです。

「俺って優秀だから。。。」「みんなが私を愛してくれる」「私って魅力的だよ」

「僕って頭いいよな」「努力が出来る人だよ」

ミラー細胞が全て聞き入れてくれるかも知れませんよ。

「新潟県在宅・小規模ネットワーク」勉強会のご報告

弊社が事務局を務める「新潟県在宅・小規模ネットワーク」の第一回勉強会『介護保険法改正から1年 実践報告』が、去る3月18日（日）に新潟市内で開催されました。

当日は福祉事業関係者約50名が参加され、皆様熱心に聴講されました。

第1部は実践報告として特別医療法人恵仁会 中込介護事業部 竹重様、株式会社コムスン執行役員 中津川様他、多彩な講師をお迎えし、昨年4月の介護保険法改正の前後で何が変わり、どう対応して来たのか報告をいただき、さらに今後介護事業者は何を目指していくべきかを提言いただきました。

竹重様からは“住みなれた地域で最後まで自分らしく生きる”をテーマに次回・次々回の介護保険法改正まで見据えた取り組みとその必要性を報告いただきました。また中津川様からは医療保険制度・医療現場でどのような変化が起きていて、それが介護事業者にどんな影響を与えるのかなど、私たちが目指すべき方向性について示唆に富んだご意見を伺うことができました。

第2部のパネルディスカッションでは講師の方々からより具体的で掘り下げた様々な意見、見解を披露して頂き、参加者からは将来の介護事業について考える有意義な勉強会だったとの意見が多数寄せられました。



特別医療法人恵仁会
中込介護事業部 竹重様

当ネットワークでは新潟の地域を支える事業者が、勉強を通じて質を高めて行けるようさらに活動を充実させるため幅広く会員を募集しております。皆様の当ネットワークへの参加を心よりお待ちしております！！今後の活動に大いにご期待下さい。

お問い合わせは・・・
「新潟県在宅・小規模ネットワーク」事務局
〒951-8051 新潟市新島町通3/町2284番地
株式会社はあとふるあたご内
TEL：025-228-5000 FAX：025-228-4000

今月は紙面の都合上、「私の自慢」のコーナーをお休みさせて頂きました。楽しみにされていた皆様、申し訳御座いませんでした。

皆様からの、ご意見ご感想をお待ちしております。お気軽にご連絡下さい。

＜連絡先＞ グループホーム三条 電話 0256(36)5555 FAX 0256(36)5556

＜編集委員＞

稲野 正晃(デイサービスセンター坂井東)、古野間 信介(総務部)
佐藤 洋子(居宅介護支援センター河渡本町)、中山 卓(福祉用具センター柳都大橋)
川崎 裕子(訪問介護ステーション)、難波 淳(グループホーム三条)