

“はあと”をつなぐ情報誌



月刊 はあとふる あたご

第54号
【発行】
2010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 FAX025(228)4000 【発行者】木村 淳



新春「書き初め」風景

■左／グループホーム五泉（10 ページ）

■右上／グループホーム新津（4 ページ） ■右下／デイサービスセンター河渡本町（7 ページ）

目次

食彩委員会だより／お手軽レシピ・・・2

事業所だより・・・・・・・・・・・・・3～10

自分で食べるを応援します！第20回・5

はあもにいスペシャルライフ・・・8

波田野先生のコラム 第8回・・・11

お客様インタビュー・・・・・・・・・・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。

～食彩委員会だより～

★第6回「食の第三者評価」を実施しました★

昨年(平成21年)12月14日～19日に、第6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ご紹介します～

- 街のレストランのようでした。
- 皆様会話されながらゆっくり召し上がっていました。
- 彩り、バランスが良い。
- 職員の方々の対応が丁寧でした。
- 味付けが少し濃いのではないのでしょうか？
- 主食が少しかたい気がします。



思いがけない寒波の中、また師走のお忙しい時期にご協力いただき、ありがとうございました。

今回の評価を活かし、よりよいお食事を提供できるように、職員一同努力して参ります。

今後とも、よろしくお願いいたします。

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に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 小池 幸子

簡単おいしい☆お手軽レシピ

☆豆乳パンナコッタ☆



<材料> 4人前

粉ゼラチン…… 5g

水……40cc

豆乳……300cc

生クリーム……200cc

砂糖……50g

バニラエッセンス……数滴

ジャム・ハチミツ(お好みで)

混ぜて冷やすだけ！
フルフルの口どけ
デザートです！！

<作り方>

1. 粉ゼラチンと水を混ぜ、ふやかしておく。
2. 豆乳、生クリーム、砂糖を鍋に入れ、沸騰させないようにしながら砂糖を溶かす。
3. 「1」を「2」に入れて溶かし、バニラエッセンスを加える。
4. 粗熱が取れたら器に流し入れ、冷蔵庫で冷やす。お好みでジャムやハチミツをのせる。

デイサービスセンター松浜 佐藤 愛

デイサービスセンター坂井東

●12月の坂井東

12月、1月と慌ただしい日々をお送りのことと存じます。皆様、いかがお過ごしでしょうか？

デイサービスセンター坂井東でも、12月はいろいろな行事がありました。なかでもボランティアさんには、本当にお世話になりました。

キッズダンスチーム「ホップーズ」、ハワイアンバンド「アロハメイツ」、オカリナ演奏の市橋様。

お客様が本当に楽しそうでした。そして、マージャン



ボランティアさん、園芸ボランティアさん、整容、お話し相手のボランティアさん……。いつも感謝の気持ちで一杯です。

これからも、お客様に「また行ってみよう」と思ってもらえるよう、そして楽しんで頂けるよう、私たち職員一同、日々精進して参ります。

最後になりましたが、今年一年が、皆様にとって楽しい年になりますように……！

デイサービスセンター坂井東

原島 淳子

電話 025-268-8880 FAX 025-268-8887



グループホーム三条

●鏡餅を作しましょう

暮れも押し迫った12月28日、餅つきをしました。

私が中心となってお餅つきをするのは初めてで……。下準備など知らないことも多く、いろいろな方の力をお借りし、何とか開催にこぎつけました。

べったん、べったんと搗くところよりも、米粒を潰す捏ねの所に時間がかかってしまい、大変でした。

過去にお宅でされていたお客様もいらっしゃり、杵の扱いがとてもお上手でしたね。

掛け声が飛んだり、自らお餅を返して下さる方も……。ほんとに楽しい餅つきとなりました。

もちろん翌日は筋肉痛で、体中が悲鳴を上げていましたが……。でも、こんなに楽しんでいただけるのなら、毎年行いたいなと思いました。



グループホーム三条

難波 淳

電話 0256-36-5555 FAX 0256-36-5556

グループホーム新津

●新春風景

本年は景気づけに、元旦に餅つきをしました。

朝は雑煮、昼はつき立ての“あんころもち”と餅づくし。喉に詰まらないように心配しながらも、食べたい欲には勝てません。みなさま、しっかり食べられました。凄い！心が動けば機能も



ちゃんと働くことを、見事証明してくださいました。

翌2日は書き初め（表紙）。みなさま、さすがの腕前です。教えられることの多かりき……でした。

そして4日には、相撲甚句の知野吉夫さまが、またまた来て下さいました。突然のご来訪に、みなさま大喜び。力強い相撲甚句の数々に、正月気分を満喫できました。

「いい～正月だったなあ～」



グループホーム新津

渡邊 やよひ

電話 0250-21-2888 FAX 0250-21-2889

居宅介護支援課

●教えて！利用者負担額！

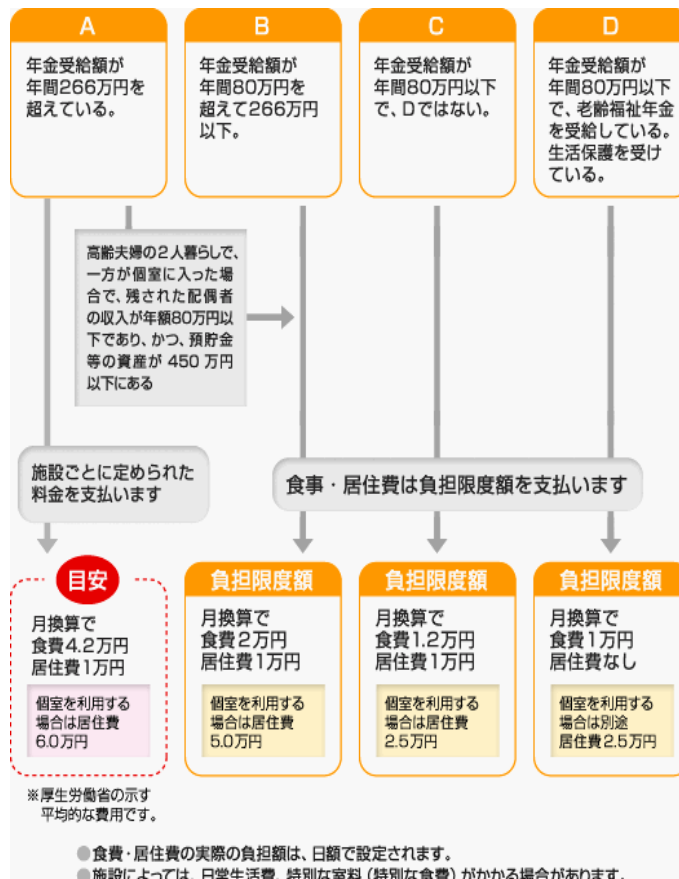
介護保険からサービスを受けたときには、原則としてかかった費用の1割を負担します。費用は、サービスごとに公定価格が定められています。

介護保険施設やショートステイを利用した場合は「食費」と「居住費（滞在費）」が、日帰りで通うデイサービスなどの場合は「食費」が、それぞれ別途必要になります。また、所得によって負担額も異なります（右図）。

食費や居住費は、サービス事業所によって料金が異なります。詳しくお聞きになりたい場合は、ケアマネジャーにご相談ください。

★在宅サービスの利用限度額★

介護保険によるサービスは、要介護の区分に応じて、保険給付の上限額が定められています。上限額を超えてサービスを利用する場合は、その分が全額自己負担となります。



居宅介護支援センター河渡本町

南 洋子

自分で食べるを応援します！ 第20回

「新潟県健康ビジネス協議会」が発足しました

株式会社コラボ 代表取締役社長

秋元 幸平



今回の不況を機に、新潟県では、県内企業に対し、輸出依存の体質から内需型への転換を勧めています。その内需として期待できる産業として「健康ビジネス」に焦点を定め、様々な施策を打ってきました。そして企業側も、昨年10月末、県の協力の元、「新潟県健康ビジネス協議会」を発足させ、行動を始めることになりました。



ホームページ: <http://www.kenko-biz.jp/>

協議会は、「食・サービス・ものづくり」の3つの部会に分かれています。「食」は健康食品、「サービス」は温泉や運動と地元食材を合わせたプログラム、「ものづくり」は福祉・医療機器をテーマとしています。

1 社では解決できない問題に各企業が協力して取り組み、さらに県がフォローアップして解決していきます。特に厚生労働省・農林水産省など、国の制度への緩和のお願いなどが大きなポイントになるでしょう。

福祉施設関係の方々も、これからの動きに注目して下さい。

福祉用具課

●新商品のご案内です

今回は、新製品のレンタル商品『**たちあっぷ つながるくん**（矢崎化工）』をご紹介します。

寝室や居間など、お家の中には手すりが付けられない空間がたくさんあります。

しかし、そんな所だからこそ、掴まりどころがほしいですね。



設置例 ▶▶▶▶

つながるくん

生活空間の拡大!!

たちあっぷを連結して動線を確認します。

起き上がり・立ち上がりを補助するだけでなく、たちあっぷを移動補助手すりとしてもお使い頂けます。

“たちあっぷ”	レンタル料	月額 200~300 円
“つながるくん”	レンタル料	月額 100 円

『**たちあっぷ つながるくん**』は、簡易手すりの『**たちあっぷ**』に取り付けて使う手すりです。写真や図の様に、ベッドからの起き上がり、立ち上がり、移動補助の手すりとしてご使用頂けます。

お試し利用ができる商品も用意しておりますので、お気軽にお問い合わせ下さい。

福祉用具センター柳都大橋 梨本 友紀

福祉用具レンタル・販売/住宅改修のお問合せは…

福祉用具センター柳都大橋 025-228-5002

福祉用具センター新 発 田 0254-23-1173

訪問介護課

●福祉用の勉強会を開催しました！



「お客様が、夜間、トイレに行こうとして転んだそうです。骨折はしてないそうですが、うっ血してました。廊下やトイレに、手すりがあると良いのに……」

「お客様の水分摂取量が少ないので理由を伺ったら……。布団から起きあがるのが大変なので、夜トイレに行かなくてすむよう、水分を控えているそうです。ベッドやポータブルトイレがあったら楽なんですよ。水分を控えて、脱水症状にならないければ良いのですが……」

ヘルパーから、こんな報告が届きます。

何を使えば安全に生活できるのかわからない、便利なものは高額なのではないかなど、我慢しておられる方も多いようです。最近では、色々な福祉用具があり、レンタルできる商品も豊富になっています。お客様が、ご自宅で安心して過ごすお手伝いができるよう、福祉用具の必要性や種類、利用料などを、福祉用具の専門家から学びました。困っている事や分からない事があったら、ヘルパーに聞いてみて下さい！ きっと、良いアドバイスができると思います。

訪問介護ステーション

荒木 幸子

電話 025-228-5004 FAX 025-228-4000

デイサービスセンター松浜

●雪だるま家族が、遊びに来てくれました♪

12月の大雪には参りましたが……。デイサービスセンター松浜には、可愛くて参っちゃう雪だるまが、3人も遊びに来てくれました。



この雪だるま、手芸が得意なお客様が、ご自宅で作って来てくださったものです。お花のアップリケと金色のレース

が付いて、とっても豪華な雪だるま家族です。雪だるまを手にとったお客様からは、「可愛いねー。ホレ、笑ってるわ」「きれいだねー」の声があがってました。

これからも、素敵な作品を披露してくださいね。楽しみに待っています♪



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

デイサービスセンターさかえ

●つきたて最高！

1月に入り、デイサービスセンターさかえでは、開設以来“初”となる餅つき大会を開催しました。初めてのことなので、職員はドキドキしていましたが……。大きな杵と臼をご覧になったお客様の中には、目を輝かせ、興奮を抑えきれないといったご様子の方もいらっしゃいました。

餅つきの準備が整い、まずはお客様にアドバイスを求めると、「しっかりこねてからつかないと！」「2人で回りながらこねた方がいい」「杵に水をたっぷり付けて！」などなど、いろんな声が飛び交います。

お客様のアドバイス通りにこねた後は、いよいよ餅つき本番！「よいしょ！よいしょ！」のかけ声に合わせて、職員が餅をついていきます。途中、お客様にもお手伝い頂きながら、あっという間においしいそうなお餅が出来あがりました。

出来たお餅には、“あんこ”や“きな粉”をかけて、おやつに召し上がって頂きました。少し軟らかめの出来になってしまいましたが……。『つきたてはやっぱおいしいねえ』『餅つきなんて何十年ぶりだろ？いい思い出になった』、そんな皆さまの声がたくさん聞こえ、いつもよりも賑やかなおやつの時間となりました。

これからも、皆様に喜んで頂ける行事を、計画していきたいと思います。

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



デイサービスセンター河渡本町

●2010年、スタート！！

デイサービスセンター河渡本町では、書き初めと“初笑い”で、新年がスタートしました☆

書き初めでは、思い思いに筆を取り、「寅」「虎」「おめでとう」「正月」などと書かれました(表紙)。

“初笑い”では、玉入れゲームを行ないました。



ボールが×印に入ってしまったお客様には、手作りの

まゆげ・目・豚鼻・ほっぺ・唇を選んで貼って頂き……。皆様で、大笑い(^0^)/ 最高の年明けを過ごしました！！

今年も、笑顔いっぱいでもごしていただけたらと思います。本年も、宜しくお願い申し上げます。

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



はあもにいスペシャルライブ

はあもにい“楽楽” 渡辺 郁男

12月14日～22日の9日間、3回目となる“はあもにいスペシャルライブ”を開催し、“はあとふるあたご”の全事業所と保育園2ヶ所を回らせていただきました。



初めての冬場の開催と24年ぶり的大雪が重なり、想定していなかったトラブルにも見舞われました。渋滞に巻き込まれ、会場への到着が間に合わなかったり…。疲労が重なり、点滴を打って出勤してきたメンバーもいました。でも、なんとかカバーしよ



うと協力し合い、今まで以上に一体感のあるライブが出来ました。今では、雪にも感謝しています。

お客様がどんな反応をしてくださるか心配していましたが、伺う先々で「待ってたよ～」「楽しみにしてたよ～」と、皆様に温かく迎えてくださいました。

今回のライブは終わりましたが、いつも私たちを必要としてくださるお客様の存在を忘れずに、これからも皆様に喜んで頂ける“はあもにいスペシャルライブ”を企画していきたいと思います。

デイサービスセンター水原・ショートステイ水原

● お餅つき ●

水原では、デイサービス、ショートステイに加え、1月から“小規模多機能ホーム水原”がオープンし、益々賑わいをみせています。

そんな中、お正月にちなんで、餅つき大会を開催しました(*^*)v♥

男性陣はお餅をつく担当、女性陣はお餅を丸める担当に分かれ……。いざ、餅つき開始!!

さすがは米どころ新潟にお住まいの方々☆

皆さま慣れた手つきで、どんどんお餅が出来あがってきました!!

鏡餅や、きなこ餅、あんこ餅が完成し、お客様も職員も一緒に、つきたてのお餅を頂きました(♥・Ω・♥)

皆様の笑顔がたくさんみられ、2010年も、とっても良い年になりそうですね。



デイサービスセンター水原・ショートステイ水原

山口 綾香

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)

デイサービスセンター柳都大橋

●レクリエーションタ～イム

デイサービスと言えば、お風呂や食事はもちろんですが、レクリエーションも楽しみの1つです。

お客様は……。DVD 体操ではリズム感良く体を動かされ、ゲームでは負けず嫌いの一面も見せて下さ



います。

デイサービス
センター柳

都大橋には、多くのボランティアさんも来てくださり、レクリエーションの時間を盛り上げて頂いてます。

年中行事はもちろんです、これからもお客様に喜んで頂けるよう、試行錯誤していきたいと思ひます。

デイサービスセンター柳都大橋 松浦 浩子
電話 025-228-5010 FAX 025-228-3335



デイサービスセンター横越

●年末恒例 ～クリスマス会～



まずは、2 チームに分かれ、お客様参加によるゲーム。サンタの衣装が入った袋を送りながら、中身を順に着ていき……。どちらのチームが早くサンタになれるか！と、いうもの。かわいいサンタさん、かっこいいサンタさんができました！！

続きまして……。職員による出し物。ショート

コントに物真似、歌に手品（ちなみに、右上写真の3人は、「かしまし娘」）。

そして最後は、女性職員・横越チアリーダーズによるダンス！ いずれも、大爆笑の大盛り上がりでした。

また、今年のクリスマスを、お楽しみに！！



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城北町

●年末恒例、お楽しみ会

1 日目は、職員による二人羽折。初の試みでしたが、お客様からの助けの声を受け、男性職員にお化粧です。まゆげは筆ペンで、より黒く。口は真っ赤な口紅で、より紅く……。出来上がった2人の顔に、お客様は大爆笑です。とても美人さんが出来上がりました♪



2 日目は、ボランティアの方々による踊り。しな



やかな舞い、踊り手さんの表情、衣装の早変わりなど、見所たくさんで、見入ってしまいました。盛大な拍手と、アンコールの嵐！！

あっという間の時間でしたが、素敵なひとときを過ごしながら、無事、2009 年を終える事ができました。

新しい年、2010 年も、お客様のたくさんの笑顔に出会えますように……。

デイサービスセンター城北町 武田 由紀
電話 0254-21-3330 FAX 0254-21-3335

グループホーム五泉

●「愛」の書き初め

年の瀬に、お客様とお話をしていたら、「もう正月だねー」と新年の話題になりました。そこで、スタッフの一人が、「じゃあ、



正月飾り用に、書き初めでもしましょうか」と提案しました。

去年入居された桐生様は、書道師範の免許をお持ちです。久し振りに筆を持った桐生様は、「いやー久し振りだから書けるかなあ」と言われていましたが……。いざ筆をお持ちになると、真剣な顔で書き始められました。

桐生様がお書きになられた「愛」の字（表紙）を、今年も皆様へ届けられるよう、頑張らせていただきます。

今年も、よろしくお願いいたします。



グループホーム五泉 宮島 佳子
電話 0250-41-1610 FAX 0250-41-1611

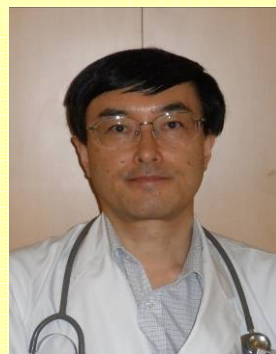
波田野先生のコラム第8回

『急性膵炎について』

上腹部の激しい痛みがあり、背中の方まで痛みが放散するなどの症状がある場合、急性膵炎が考えられます。膵臓は胃の背中側に位置するため、腹部から背中にかけての痛みが起こります。痛みの出かたは急激で、痛みは持続します。また、吐き気や嘔吐を伴うことが多く、膵臓が異常をきたすことにより、胃や腸などの膵臓の周辺臓器にも炎症の影響がおよぶためと考えられています。

それでは、急性膵炎はどうして起こるのでしょうか？ 現在分かっている原因の中で最も多いのは、アルコールの過剰摂取と胆石です。暴飲暴食が発症のきっかけとなることが、かなりあります。飲酒量の多い 30～50 歳代ではアルコールが、50～70 歳代では胆石が、原因として多くなっています。アルコールを摂取すると、膵臓が刺激されて、膵液が過剰に分泌されます。それに加えて、膵管の出口がむくんで膵液が膵管内にたまって内圧が高くなり、それによって膵管の壁が破綻して、膵液が膵臓自体を消化して膵炎を起こします。膵液には、アミラーゼ、トリプシン、リパーゼなどの消化酵素が含まれていますが、急性膵炎はこれらの消化酵素が活性化されて、膵臓自体が自己消化される病気なのです。また、胆石が胆管と膵管の合流部分（十二指腸乳頭部）に詰まると、膵管の出口がつまり、膵液の流れがせき止められ、同様の自己消化が起こり、膵炎を発症します。

急性膵炎といっても、症状の程度には、軽症から命にかかわる重症まで、かなりの開きがあります。もしも症状が出たら、早急に医師に相談しましょう。



☆☆ 膵炎予防の心得 ☆☆

- 1) アルコールの飲みすぎに注意する！
- 2) 暴飲暴食を慎む！
- 3) 胆石がある人は定期的に検査を！



お客様インタビュー

～デイサービスセンターさかえ 編～

“デイサービスセンターさかえ”をご利用いただいている佐藤テル様は、とても手先が器用で、帽子や編みタワシを作ってくださったり、催し物にも積極的に参加され、盛り上げてくださるお客様です。

そんなテル様とご家族様に、お話を伺ってみました！



手作り帽子を持って職員と

Q はあとふるあたごをご利用されて、楽しみにされている事や良かったな～と思うことがありましたら教えてください。

A テル様：ここに来て、友達とおしゃべりするのがいい（一番）楽しみなんで。あと、昼ご飯は手が込んでどれも美味しいから、いつも何を食べさせてもらえるか楽しみにしてます。

Q テル様が、はあとふるあたごをご利用になられてのご感想や、何かお気づきの点がありましたら教えてください。

A ご家族：迎えに来る職員の人が、いつも笑顔で「おはようございます」と声かけてくれて、車まで
さま：おばあちゃんの手を引いてくれるところは、なかなか無いから感心してる。

Q お褒めいただき、ありがとうございます。今後、“はあとふるあたご”で、「〇〇して欲しい」などの改善点やご要望がございましたら、どのようなことでもお聞かせ下さい。



テル様とご家族様

A テル様：ここで一晩でも泊まられれば一番いいんだけど。それが出来れば、あと言うことねーて（笑）。好きなことして過ごさせてもらってるっけ、ありがたい。

A ご家族：夏場だけでも、
さま：あと30分でもいいから長く利用できるといいんだけどね。あと、出かけるのが大好きなおばあちゃんだから、日帰り旅行や温泉とか、もっといろんな所に連れて行って欲しい。



近くの公園へドライブ

お忙しいなか、お答えいただきまして、ありがとうございました！！

いただいたご意見を大切に、職員一同、ご希望に沿えるような取り組みを考えて参ります。

今後とも、“はあとふるあたご”をよろしくお願い申し上げます。

～ご意見・ご感想をお寄せ下さい。～

<連絡先> 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 FAX 025-228-4000
<編集委員> 南 洋子／荒木 幸子／岡田 健／齋藤 正明／富樫 亜希子