

“はあと”をつなぐ情報誌



月刊 はあとふるあたご

第73号
【発行】
2011年9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
Tel.025(228)5000 Fax.025(228)4000 URL:<http://www.heartfull.jp/> E-Mail:post@heartfull.jp



いざ出陣！

■新潟まつり「大民謡流し」を前に
(デイサービスセンター柳都大橋にて)

目次

- | | |
|-----------------------|---------------------|
| 就任のご挨拶（代表取締役 綱島正人）・ 2 | バッハ先生のひとりごと 第15回・ 5 |
| ご当地グルメはいかが？（松浜編）・ 4 | 波田野先生のコラム 第27回・・ 11 |
| 事業所だより・・・・・・・・ 3～10 | 食の第三者評価 第9回 集計結果 12 |

就任のご挨拶

この度、代表取締役に就任いたしました綱島正人と申します。

どうぞ宜敷くお願ひ申し上げます。

私共はあとふるあたごは、平成8年10月、新潟市中央区古町通二番町で2人の社員で産声をあげました。当初は、ベッド、車イスなどの福祉用具を新潟市高齢福祉課と連携し、在宅のお客様に貸与する事業がありました。

以来、約15年の月日が経過いたしました。

現在、新潟市内を中心に、新発田、三条、五泉等に、デイサービス8ヶ所、グループホーム3ヶ所、多機能施設2ヶ所、福祉用具センター3ヶ所等を展開しております。

この様に拠点展開が出来ましたのも、お客様のご支援と、お取引先様のご協力の賜ものと、心より厚く感謝申し上げます。

さて、3月11日に発生いたしました東日本大震災では、数多くの尊い人命が失われました。そして、未だ数多くの避難されておられる方々がいらっしゃいます。心からのご冥福と一日も早い復興を、折に祈らずにはいられません。

私も奉仕団体に所属している関係で、市内3ヶ所で募金活動に参加いたしました。その他、被災地の養護施設3ヶ所に支援を行いました。沢山の仲間と協力し合いながら活動する中で、改めて色々と思うところがありました。それは、日本人が古来から受け継いで來た精神である「助け合いの心」「思いやりの心」という事です。又、被災地での多くのボランティアの活躍や、自衛隊員の活動を見ると、儒教の教えや武士道の精神にも通ずる考え方や行動が、日本人の底流に脈々と流れているということです。

そして、被災者の方々が大変苦しい状況に置かれている中に
おいてもなお、支援に対して感謝の言葉が数多く聞かれました。
東北人の素晴らしさ、日本人の素晴らしさを改めて感じた次第
です。これらの事については、諸外国のメディアや識者も、日
本、そして日本人に対し絶賛しております。

私達はあとふるあたごの役職員一同は、「福祉」における「助
け合いの心」「思いやりの心」を大切に、地域に密着した在宅
介護事業者として、皆様のお役に立つよう邁進してまいります。

皆様の変わらぬご愛顧を、折にお願い申し上げます。



株式会社 (あとふるあたご)
代表取締役 綱島 正人

福祉用具課

●失禁でお困りではありませんか？

今回ご紹介する商品は、失禁パンツ＆失禁パットです。糖尿病や前立腺肥大症、その他加齢による尿もれにお悩みの方に、各種商品を取り揃えております。



2,100円（税込）

■防水部分が薄く、はき心地の良い商品です。くしゃみやせき、力んだ時に思わずモレる方向き。（**心うきうきショーツ・女性用**・写真左上）



1,410円（税込）

■極薄保水シートを7枚重ね、吸水帯が目立たないのが特徴。吸水量40cc。（**紳士失禁ブリーフ・男性用**・写真右上）



2,600円（税込）



770円～（税込）

■見た目は普通のトランクスパンツ。失禁パンツに抵抗のある方にも安心してお使いいただけます。吸水量50cc。（**安心トランクス・男性用**・写真右下）

■そのほか、軽い尿モレから一度にでてしまう尿にも対応するパッドも、各種ご用意しております（写真左下）。お気軽にご相談ください。

福祉用具センター柳都大橋 明田川 伸史

■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

■福祉用具ショップ・ユニゾンプラザ店（土日も営業しています） 025-281-5755

デイサービスセンターさかえ

●火を消すぞ～～！！

7月20日、“デイサービスセンターさかえ”では、三条市栄消防署立会いのもと、毎年恒例の避難訓練が行われました。

今回は、厨房から出火したという想定で、実際に煙を出しての訓練です。

厨房の職員が消火するも失敗、避難するという流れでした。お客様も、真剣な表情で外へ避難されていましたが……。消防署の方からは、避難に時間がかかりすぎるとのご指摘を受けてしました。反省です……。来年は、スムーズに避難できるようにしたいです！



続いて、消火器の使い



方の講習会。なんと、この日の気温は38度！！あり得ない暑さの中、お客様代表4名様により、デモ消火器による消火訓練を行いました。どこで購入したらよいかや、使用期限、値段などを真剣に質問されるお客様もおられ、汗ばみながらも、みなさま熱心に聞いておられました。

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

ご当地グルメはいかが？～デイサービスセンター松浜編～

ござれやきそば



今年新しく誕生したご当地グルメ「ござれやきそば」をご存じでしょうか？

松浜の特産品といえば、鮭ですが、その鮭を使った郷土料理「ちゃんちゃん焼き」と「焼きそば」を合体させたメニューです。

「鮭」「みそ味」「焼きそば」が基本のレシピで、松浜地区内 6 つの飲食店で食べることができます（「ござれやきそば」の黄色いのぼりが目印です！！）。

わたしが勤務するデイサービスセンター松浜でも、8月25日の「ござれや花火（松浜祭り）」のお昼ご飯に、お客様と一緒に“はあとふるあたご”風の「ござれやきそば」を作り、召し上がっていただく予定です。

みそ味と鮭って、結構合うんですよ！！

一度食べに、松浜へござれや（いらっしゃい）！！！

デイサービスセンター松浜 佐藤 愛



窪田町多機能施設

●ここはどこでしょう？

7月某日。

青い空に、琉球アサガオ。南国を思わせる風景。

どこの写真だと思いますか？

なんとここは、新潟市中央区窪田町。

日和庵の1階テラスなんです！



お客様と職員で一生懸命育てているア

サガオが育ち、南国の雰囲気を演出してくれます。

お客様も職員も、毎日アサガオの成長が気になってしまたありません。

色々な景色を楽しめる、はあとふるあたご日和庵。
是非遊びに来てください。

デイサービスセンター日和庵 真島 裕希

電話 025-229-2530(デイサービスセンター日和庵)／025-229-2532(小規模多機能ホーム日和庵)
FAX 025-229-2540(共通)



パッハ先生のひとことに 第15回

～電子情報支援機器（その1）「スクリーンリーダー」～

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

これから、シリーズで、電子情報機器に関係した支援技術を紹介したい。コンピュータの操作は、昔は命令をキーボードから入力すればよかったので、視覚障がい者でもできた。その後、アイコンを中心としたユーザインターフェースをもつ Mac OS や Windows が登場し、パソコンは晴眼者には格段に使いやすくなったが、視覚障がい者にはほとんど使えなくなってしまった。

そこで登場したのが「スクリーンリーダー screen reader」だ。このソフトをアプリケーションソフトと一緒に使えば、パソコンはキーボードだけで操作でき、かつテキスト情報を音声で伝えてくれるようになる。要するに、おしゃべりするコンピュータに変わる。これならば視覚障がい者でもパソコンを使うことができる。



（朱鷺メッセ展望台から市街を望む）

今やインターネットを介してパソコンでさまざまな情報を取得し、自分からも発信するようになった。スクリーンリーダーを登載したパソコンは、視覚障がい者にとって「目の代わり」といってもいいだろう。

大川の河口に栄ゆる
新潟市
ゆたかなる流れ
民うるほしたり



グループホーム新津

●七夕に願いを込めて

七夕に向け、短冊を書いたり飾りを作ったり、お客様と一緒に準備をしました。

「あなたは、なんて書いたの？」

「私はなんて書こうかしら？」

穏やかで、和気あいあいと時間が過ぎ……。七夕当日。

「いつまでも健康でありますように」

「大きいメロンが食べたい」



短冊に書いたお願いごとを発表し合い、笹に飾りました。

皆さまの願いが、叶いますように。



グループホーム新津 土田 恵子
電話 0250-21-2888 FAX 0250-21-2889

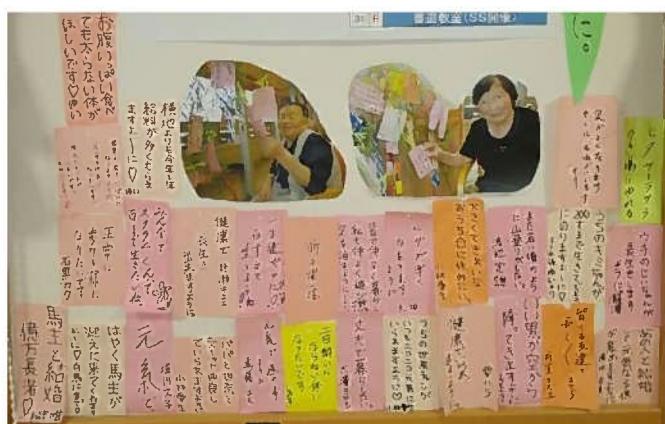
水原多機能施設

●☆叶えみんなの願い☆

♪笛の葉さーらさら♪

ということで、1年に1度の7月7日！！七夕祭りをしました(*^_^*)

短冊には、「足が良くなりますよーに」「ウチのじいちゃんがいつもニコニコ元気でいられますように」「みんなが元気で長生きできますよーに」などなど、思い思いの願いが書かれてありました(^u^) 「楽しいことが毎日



ありますよーに」など、面白い願いもありました(^-^)】

8月は、水原で民謡流しや花火大会があり、楽しいこと続きです(^v^)

来年も、皆様と一緒に楽しい七夕祭りができるといいです(*^_^*) 皆様の願いが叶うことを、職員一同願っております♪

小規模多機能ホーム水原 松本 唯

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)

デイサービスセンター横越

●ハーブランチ

デイサービスセンター横越では、ハーブティーやハーブのお風呂など、ハーブを使ったサービスが好評をいただいております。

また、5月からは、月に1度、ハーブランチの日をもうけて、お出しさせていただいております。ローズマリーに漬けて蒸したお魚やお肉、ハンバーグ入りハーブ、バジルを



入れたコロッケ、などなど……。お客様は、洋食はめったに召し上がらないとの事ですが、「美味しい」と、たくさん召し上がってくださっています。

ハーブの効果は、種類によってさまざまです。疲労回復や消化促進のほか、血行が良くなったり、胃を健康にする作用など、いろいろあります。

これからも、皆様がご健康であることを願いつつ、よりおいしいお食事をご提供していきたいと考えています。

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

居宅介護支援課

●NHKの朝ドラ『おひさま』

お客様から、NHKの朝の連続ドラマ「おひさま」を見ると、ご自分のお母様が苦労された時代を想い涙が出る、というお話を伺いました。私には想像の時代ですが、時代(歴史)を勉強することが、お客様の生きてこられた過去を理解するためには大切なことだと感じました。お一人お一人の人生の過去と現在が理解できると、これからのおもてなしを考えるご提案につながると思い、日々勉強中です。



「おひさま」のヒロインは、家族や友人を大切に生きていて、朝にふさわしく清々しい気持ちになります。これからも、ヒロインがどんな人生を送っていくのか楽しみなドラマです。

人生の後輩として、お客様の「想い」に寄り添えるケアマネジャーでありたいというのが、私の「想い」です。

背景画は、NHK「おひさま」ホームページの『壁紙プレゼント』より

居宅介護支援センター城北町

横尾 多美子

デイサービスセンター河渡本町

●「よさこいソーラン節」「ブラボー！！」

暑さを吹き飛ばせ！ ということで、健康支援トレーナーの皆川と河渡本町スタッフによるよさこいソーラン踊りを披露いたしました！！

ここまで踊れるようになるには、地道な努力がありました～(›_‹) 踊る度にビデオに撮って、皆で動きをチェック！！ 始めのうちは、動きもタイミングもフォーメーションもバラバラ……(・。・； 「足は、どっちから出すんだっけ？！」 「手は右、左どっちから？！」 「あっ！！

また待ってなかつたー！！」 等々、声が飛びかいました。職員は、節々の痛みとお友達になりながら、夕方に合同練習＆個人練習を重ねること数十回（一ヶ月弱）！！ 7月に入り、本番が近付くころには、出だしから動きがピッタリ！！ 当初のバラバラがウソのよう！！



の暑払いとなりました～！！＼(^o^)／☆



本番当日は、長ばんてんに白とピンクのハチマキ。「よさこいソーラン節ーッ！！」「ブラボーーッ！！」の気合いの入ったかけ声と共に、一気にメインステージへ！！ 曲に合わせて華麗な踊りを披露すると……。たちまち起こる、アンコールの大合唱！！ 本番を含めて2回、お客様とご家族に披露しました！！ 大拍手、大喝采をいただき、大盛り上がり

デイサービスセンター河渡本町

苗代 美里

電話 025-250-3001 FAX 025-250-3010

グループホーム三条

●七夕と水害報告

7月7日は七夕。

笹の葉はスタッフが用意してくれました。

お客様と一緒に飾り付けもしました。折り紙を切ったり貼ったり、短冊に願いも込めて……。

ボランティアグループの皆様と一緒に、七夕の歌を歌ったり、踊ったり、七夕の由来のお話もしたりと、七夕会は盛り上りました。

今年はあいにくの空模様でしたが、あるお話によると、雨が降ってもカササギが橋渡ししてくれるとか……。



話は変わりまして、7月29日からの大雨では、皆様にご心配をおかけいたしました。おかげさまで、グループホーム三条には、特に被害はありませんでした。断水もせず、お客様に大きなご迷惑をお掛けすることなく過ごしていただく事ができました。ご心配いただいた皆様、ありがとうございました。

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

デイサービスセンター柳都大橋

●今月のボランティアさま♪

デイサービスセンター柳都大橋には、たくさんのボランティアさんが来て下さいます^ ^

その中から、今月は2つのボランティアさんをご紹介いたします。

基礎合唱団の皆様は、プログラムを用意して下さり、たくさんの歌を披露して下さいました♪ 誕生日のお客様と当日最高齢のお客様には、お祝の歌と花束のプレゼントも！ とっても喜ばれていました^ ^



民謡ボランティアの皆様は、見事な三味線演奏に合わせ、佐渡おけさなどの民謡をたくさん歌って下さいました♪ お客様も、演奏に合わせて一緒に口ずさんでいらっしゃいました。新潟甚句では、歌に合わせて職員も踊り、皆様にも楽しんで頂きました^ ^

またのご来館を、お客様、職員一同、お待ちしております☆

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

デイサービスセンター城北町

●城北町に琴の音♪

7月18日、デイサービスセンター城北町には、琴の先生がボランティアで来て下さいました。

何曲か演奏していただき、お客様も職員もうつとり。日本の楽器は癒されますね。



演奏後は、琴に触れさせて頂けるという事で、数名のお客様が琴を体験することに!!!



とても楽しい時間を過ごさせて頂きました。先生、本当に有難うございました!

次回も、楽しみにお待ちしております (^ ^) □

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

グループホーム五泉

●じゃがいも収穫の日

7月21日。とても暑い日でしたが、待ちに待ったじゃがいもの収穫日です。

交流をして頂いているこばと保育園の皆さんと、じゃがいも掘りをしました。

「あ！ここにあるよ！」

「小さいね」「こんな大きいのもあるよ！」



例年に比べると、半分も採れない不作でしたが、それでも、それぞれ楽しまれていたご様子。

その後、園児の皆さんからは、歌のプレゼントもありました。

たくさんの笑顔が見られた一日でした(^-^)

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



デイサービスセンター坂井東

●年に一度の寸劇

デイサービスセンター坂井東では、7月7日の七夕に、寸劇を行いました。

今年は、韓流ドラマさながらのシナリオに、お客様も大喜びして下さいました。特に、影の女役と牛役の社員は、お客様の笑いを誘っていました。ホールに飾られた七夕かざりにも、皆さま、たくさんのお願い事を書かれていました。願い事が、叶いますように。

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



デイサービスセンター松浜

●☆梅シロップとふわふわバナナパン作り★

今月は、食べ物の話を2つご用意しました!!!

まず1つ目です!!

今年もお客様のご自宅から、大きな梅をたくさん頂きました(^皿^) 去年は、梅ジャムや梅干し

を作りましたが、今年は

何を作ろうかな～と悩んだ結果……。梅シロップを作ることに決定!!! 梅を洗って、ヘタをとって、大きな瓶に詰めて、シロップを入れて……。職員よりも、やはりお客様のほうが慣れた手つきです(≥ω≤)!!!

完成までもう少し☆ この梅シロップは、8月の夏祭りで、かき氷にかけて食べる予定です(^▽^) 楽しみですね♪♪



そして2つ目です!!

7月の調理レクは、ふわふわバナナパン作りをしました(0^-^0) 男性も女性も、三角巾にエプロンをつけ、準備万端!!!

材料は、ホットケーキミックスとバナナだけ!!!

これを袋に入れて、よお～く混ぜます。そして、袋から搾りだし、ホットプレートで焼きます♪



焼き上がれば、もう完成!!! とっても簡単にできるんですよ～(●'ω'●)

気になるお味は……。

「うんめよ～!!!」

皆様、とても喜ばれ、楽しい調理レクとなりました☆
簡単にできるので、気になる方はぜひ作ってみてください!!!

デイサービスセンター松浜 大久保 優
電話 025-255-7701 FAX 025-255-7705

波田野先生のコラム 第27回

丸山診療所 院長 波田野 徹



『冷え性について』

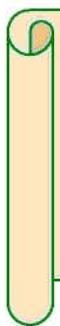
手足が冷えやすい、お腹が冷たい、便秘や下痢になり易いなどの症状はありませんか？ お腹が冷えると腸管の血管が収縮して血流が悪くなり、胃腸の機能が低下し、便秘や下痢の原因になります。肩こり、腰痛、生理痛がつらい人は筋肉の血流が減っている証拠です。足のむくみも冷えと血行不良が考えられます。一度、平熱をチェックしてみましょう。体の機能を働かせて健康を維持するには、36.5度はほしいものです。冷えの状態は体の代謝も障害し、高血糖、高脂血症、動脈硬化などの生活習慣病のリスクを高めます。

体温調節をしている自律神経には、体を緊張させて活動に備える交感神経と、体をリラックスさせる副交感神経の2つのシステムがあります。冷えを感じた体は、交感神経がまず働いて血管を収縮させて血流を悪くし、熱を逃がさないようにします。しかし、冷えにさらされ続けると、自律神経が切り替わらず交感神経ばかり働いて、全身の血行不良が起こり、さらに冷え性の悪化につながります。



エアコンによる冷え対策として、カーディガンやストールは効果的です。お腹や腰の冷えに腹巻も有用です。湯たんぽや、電子レンジでチンするだけの蒸しタオルは優れた温めグッズです。食べ物の温めパワーの強いもの（鶏肉、イワシ、サンマ、にんじん、ねぎ、しょうが、スパイス）を摂るのも良いでしょう。また、

長時間座ったままの姿勢は、血流が悪くなり、冷えの原因となります。軽く体操をしたり、肩や足の上げ下げをしたり、まめに体を動かすことが大切です。体を温めると血流が改善し、生活習慣病のリスクが減り、自律神経の働きが正常になり、心も温まります。「冷え」を自覚して、病気にならないうちに、温め生活に移行しましょう。



★★ 冷え性の予防 ★★

- 1) エアコン対策をとる。はおりもの、腹巻は効果的。
- 2) 冷たいものの摂りすぎは避ける。
- 3) こまめに体を動かす。

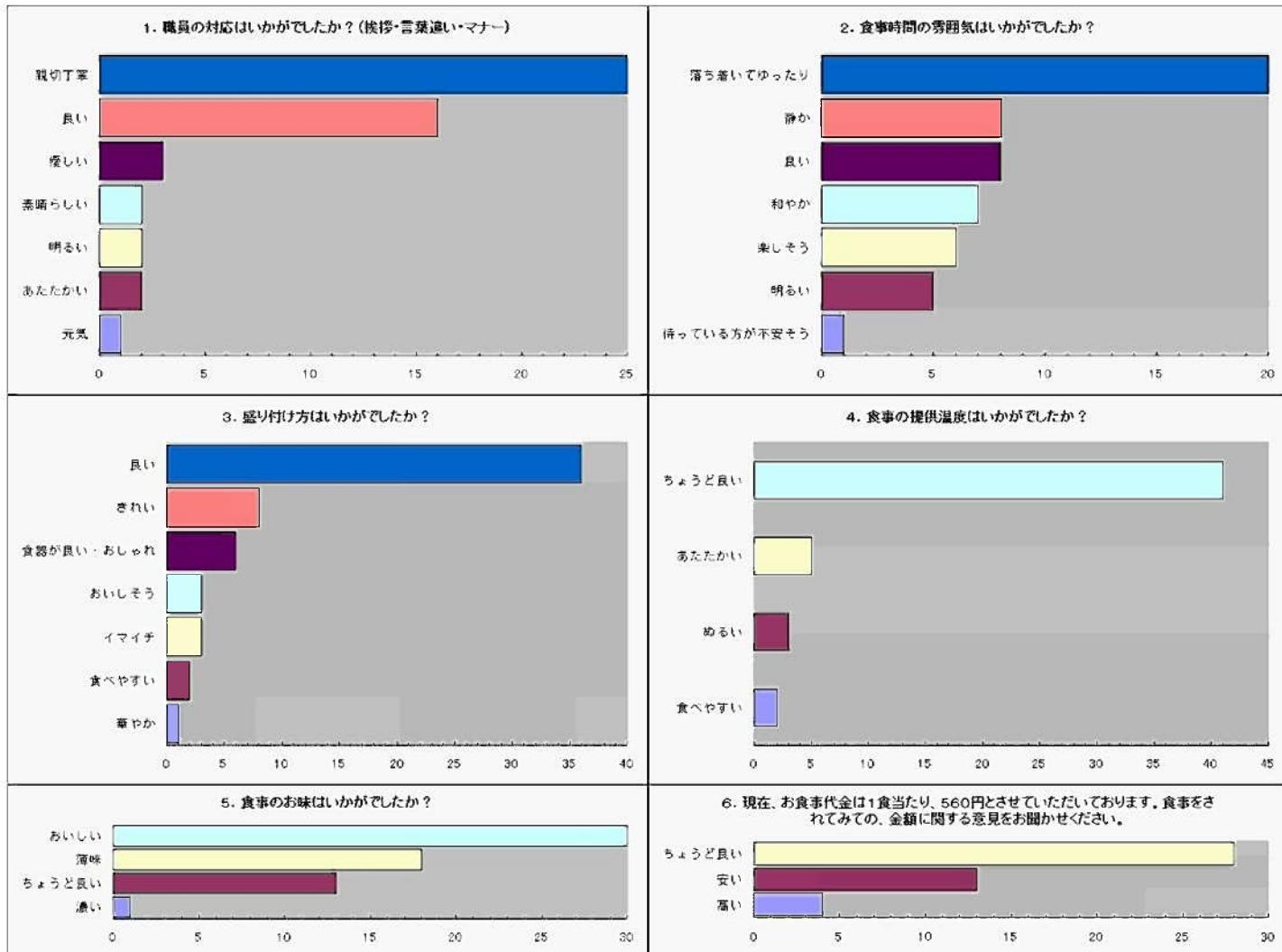


丸山診療所[新潟市江南区丸山472-1] Tel. 025-278-5100

第9回 食の第三者評価集計結果

■当社では、半年に1度、食の第三者評価を実施しております。これまでに頂いたご意見により、「具材が細かいときは、必ずスプーンを付ける」「おしぶりを手渡す前に、髪の毛等の混入が無いか確認する」などの改善を行って来ました。これからも、みなさまのご意見を元に、より満足いただけるお食事の提供を実現していきたいと思います。

■6月13日～17日にかけ、第9回「食の第三者評価」を実施いたしました。今回は、50名以上の方々に、日ごろ提供しているお食事を召し上がっていただきました。お忙しい中ご協力いただきまして、大変ありがとうございました。

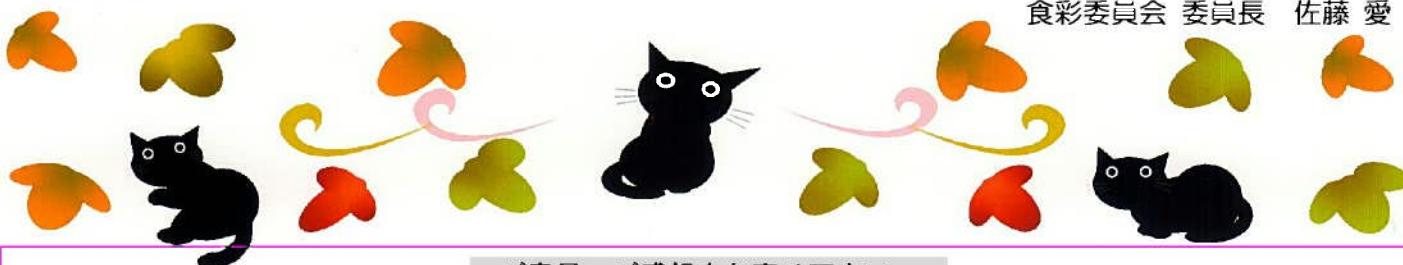


7. その他ご意見がございましたらお聞かせください（代表的なご意見）

- 居心地がよく、やさしい雰囲気
- 食事のバランスが良い（食材が多い）
- デザートや季節の果物があると良い
- 選択食は続けてほしい
- 髪を束ねるか三角巾をすべき
- ご飯・味噌汁は、好みの量をよそれるとよいのでは？

今後も、より良いお食事・お食事の場を提供できるよう、職員一同努力して参ります。

食彩委員会 委員長 佐藤 愛



～ご意見・ご感想をお寄せ下さい。～

＜連絡先＞ 株式会社あとふるあたご 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／明田川 伸史／沼田 良／齋藤 正明