

“はあと”をつなぐ情報誌



# 月刊 はあとふるあたご

第77号  
【発行】  
2012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  
Tel.025(228)5000 Fax.025(228)4000 URL: <http://www.heartfull.jp/> E-Mail: [post@heartfull.jp](mailto:post@heartfull.jp)



## 成春！ そば打ち大会

■グループホーム五泉にて(関連記事は4ページ)■

### 目次

|                            |   |                          |   |
|----------------------------|---|--------------------------|---|
| 職員紹介 . . . . .             | 2 | お手軽レシピ . . . . .         | 6 |
| 木陰亭昔語り 第25回 . . . . .      | 3 | 波田野先生のコラム 第31回 . . . . . | 7 |
| バッハ先生のひとりごと 第18回 . . . . . | 5 | 新商品のご紹介 . . . . .        | 8 |

わたしたち はあとふるあたご は、“人”を一番大切にします。

# 職員紹介 第38回

## 専務取締役 清治 利夫

年末・年始等で皆さんもお酒を飲む機会が多くあったかと思います。私も結構お酒を飲みましたが、特に日本酒が好きでよく飲みました。昨年六月に友人から、山形県米沢市本社である進藤酒造さんで製造されている「雅山流」という銘柄の日本酒を頂く機会がありました。その味も良かったのですが、そこに紹介されていた「雅山流」について杜氏である進藤雅信氏のコメントを読んで感銘を受けましたので皆さんにご披露したいと思います。



「山は動かぬもの 川は流れるもの 人は日常の営みに於いて、流れ行く個々の物事を固定して捉える。大自然の流れるままに身を任せた時、自然の中に万物はすべての繋がりの中で時間と共に流れてゆくことに気付かされる。酒造りもまた固執した考えのみに捉われずに、この恵まれた天地の中で常に自然体でその技を磨き上げてゆきたいものです」

## グループホーム三条

### ●キラキラと輝く日々

私たちグループホーム三条では、グループホームの本来あるべき姿である「お客様が主体的に生活できる支援」を目指し、昨年11月1日、リ・スタートを切りました。3カ月を経た経過を報告します。

まず、スタッフの考え方が変わりました。「してさしあげる」ケアを改め、スタッフはあくまでお客様の生活を支援するパートナー



であり、自立支援を促す存在であることを頭に置くようになりました。

どうしたら、その方がその人らしく、毎日をいきいきと生活できるのか……。これを日々考えるようになった結果、お客様は、ご自分の力を発揮してくださるようになりました。今では、食事の支度から片づけまで、仕事の取り合いです。

私たちが必要とされる事は、お客様の出来ること出来ないことの見守りと見極め、これを大切に支援していく事です。

お客様の目がキラキラと輝く日々をめざして(^o^)☆



グループホーム三条

田巻 なつみ

電話 0256-36-5555 FAX 0256-36-5556

# 【木陰亭昔語り】第25回 ～ 白山神社の中の神社・1 ～

経理財務部 齋藤 正明

ある年のお正月のこと。木陰亭さんに連れられ、白山神社に初詣に行きました。神社本殿での参拝を終えると、木陰亭さんはわたしの手を引き、人混みを外れました。

— それでは、木陰亭さんに語ってもらいましょう —

「実は、もう一つ詣でたい神社があるんじゃ。といっても、白山神社の中に同居している神様でな。ほれ、そこに階段があるじゃろ。あれは、白山会館の下をくぐり抜けるトンネルなんじゃよ。このトンネルを抜けて、白山会館の裏側に沿って進むと……。もう一つ鳥居がある。ここを折れて少し行くと……。ほら、あった。なに？ 御神輿みたいじゃと？ 確かにナリは小さいがの。これでも由緒ある神社なんじゃぞ。その名を、松尾神社と云う。京都最古の神社、松尾大社の分社じゃよ。松尾大社は、渡来系の秦氏によって創建された神社でな。秦氏は酒造の技術も日本に伝えたことから、酒造りの神様として信仰されておる。今でも、全国の造り酒屋には必ず、この松尾大明神を祀った神棚があるんじゃよ。ま、酒造りの神様であって、決して酒飲みの神様ではないんじゃがの。正月には、必ず参るようにしておる次第じゃ。」



## 訪問介護課

### ●自分がお客様だったら来て欲しいヘルパー

毎月のヘルパーミーティングの中で、「自分がお客様だったら来て欲しいヘルパー」というテーマで、グループディスカッションを行いました。

色々な意見が出ましたので、いくつかご紹介します。

- 笑顔で明るく応対出来る人
- 気配りが出来る人
- 身なりが清潔な人
- 仕事の手順が早い人
- お客様のお話を傾聴し、お客様の立場になって考えられる人



自分らしい生活を送りたいという、お客様の“想い”。お客様に寄り添っていききたいという、ヘルパーの“想い”。これからも、2つの“想い”を大切にしていきたいと思います。

訪問介護ステーション

沼田 良

電話 025-228-5004 FAX 025-228-4000

## グループホーム五泉

### ●成春！ そば打ち大会



12月29日、1年の締めくくりの行事！ 御家族をお招きして、そば打ち会を開催いたしました。

五泉市社会福祉協議会会長の樋浦三男様を講師

にお招きし、そばの作り方を御指導していただきました。入居者様ご家族の富所様からは、この日のために2週間前から仕込んで下さったそばつゆを提供して頂きました。



左から、富所様、高野様、富所様、樋浦様

樋浦様によるそば打ちの実演を間近で見て、皆様とても真剣な表情で参加されていました。

お味の方は……。もちろん、大満足！ おそばも、手間暇かかったそばつゆも、格別の味でした！

最後の樋浦様の挨拶では、「皆さんの成春はこれからです」と、“青い”ではなく、年を重ねて“成る”という造語に、「そんだ、そんだ」と皆様大笑いされ、喜ばれていました。



年末の忙しい中、地域の方々の力をお借りして、大満足の日となりました。



グループホーム五泉

岡田 健

電話 0250-41-1610 FAX 0250-41-1611

## デイサービスセンター坂井東

### ●坂井東のお正月

新しい年を迎え、どの様なお正月をお過ごしでしたでしょうか。

デイサービスセンター坂井東では、昼食に“ちらし寿司”“のっぺ”“手作りの伊達巻き”など、お正月料理を満喫して頂きました。



午後からは、近くの神社へ初詣に出掛けて参りました。

皆様、どんなお願いをされてたのでしょうか。参拝後は、少しドライブをしながらセンターに戻りました。冗談を言ったり、大笑いしたり、楽しい初詣となりました。

今年も、皆様にとって良い一年でありますように……。

デイサービスセンター坂井東

桑野 美智子

電話 025-268-8880 FAX 025-268-8887

# パッパ先生のひとこと 第18回

## ～ 電子情報支援機器（その4）操作スイッチ ～

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

今回から、運動機能障がい者のための支援機器を紹介する。重度の肢体不自由者は、移動・移乗、機器操作、コミュニケーションなどが困難になることが多い。リハビリで快復しない心身機能は支援技術でかなり補うことができる。例えば、移動の問題は「電動車いす」によって改善された。

残りの機器操作とコミュニケーションの問題もパーソナルコンピュータ（PC）が解決してくれた。

上肢が巧みに動かさなくとも、PC や支援機器は、いまやスイッチひとつだけで操作できるようになっている（100%ではないが）。意識的に動かせる身体部位は、障がいにより異なるため、多くの種類のスイッチが用意されており、押す、引く、触る、曲げる、傾ける、近づく、まばたき

する、息を吸う・吐く（写真）など、あらゆる身体運動に対応している。

しかし、その選択と適合は簡単ではないため、必ず専門家に相談してもらいたい。

うらやまし  
良寛さんのくらしぶり  
とらはれざるこそ  
ほとけの道なれ



## 居宅介護支援課

### ●「認知症は治らないから、病院に行っても仕方ない?!」

高齢化に伴い認知症の数は増加傾向です。認知症と言ってもいくつかの種類があり、最も多いのはアルツハイマー病で、認知症患者の約半数を占めると言われています。認知症の種類によって症状は違い、治療やケアの方法も異なります。まずは、どの認知症なのか診断してもらうことが大切です。

「食事したこと自体忘れている」「だらしなくなった」「被害妄想」等、おかしいと感じたら、専門医への早めの受診をお勧めします。



また、早期発見で、薬による治療の効果も高まると考えられています。根本的に認知症を治す薬はまだありませんが、早く治療を開始することにより、進行を遅らせ、機能を長く維持することは可能です。昨年は、12年ぶりに認知症の新薬が3種類発売され、薬物治療の幅も広がりました。

早期治療で、介護者の負担を減らすことも期待できます。

居宅介護支援センター河渡本町

川田 千鶴子

# ☆簡単カップケーキ☆

■ホームパーティーに、子供さんやお孫さんと作ってみてはいかがでしょう■カスタードクリームをチョコレートにすれば、バレンタインにも



## ＜作り方＞

1. スポンジケーキ又はカステラを1センチ角に切り、カップに敷き詰める。
2. カスタードクリームと牛乳を混ぜ、「1」に入れる。
3. お好みでデコレーションすれば出来上がり♪

## ＜材料＞ 5～6 個分

スポンジケーキ又はカステラ …… 適宜  
カスタードクリーム …… 50g  
牛 乳 …… 150cc  
カップ (100円ショップにあります) …… 個数分

季節の果物(缶詰でもよい)・アラザン・チョコレートスプレー・デコレーションペンシル・生クリーム・など、飾れそうなものは何でも



デイサービスセンター横越 藤井 美千代

## デイサービスセンター河渡本町

### ●クリスマス会★「ウーッ!!ビンゴ!!!!」



冬といえば、クリスマス☆河渡本町では、12月23、24日に、クリスマスプレゼント付きビンゴ大会を行いました(\*^\_^\*)

ビンゴスタート! リーチにはなりますが、なかなかビンゴにはならず……。お客様からは、「〇番出してよー」との声が飛び交いました。皆様、必死なご様子~(>\_<)

ようやく「ビンゴ!!」と声が上がリ、当たったお客様から、好きなプレゼントを選んでいただきました~。

サンタさんからの思いがけないプレゼントに、お客様、大大喜びー、(^o^)/♪♪ 職員のサンタクロースやトナカイの扮装で、より一層盛り上がったクリスマス会となりました。



お楽しみのおやつは、厨房さんのてづくり♡豪華! クリスマスケーキ(●^o^●)

「美味しい」「でっけねえ~、全部食べたら夕飯いらねわ」などとお話しながら、2011年のクリスマス会は幕を閉じました❀



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

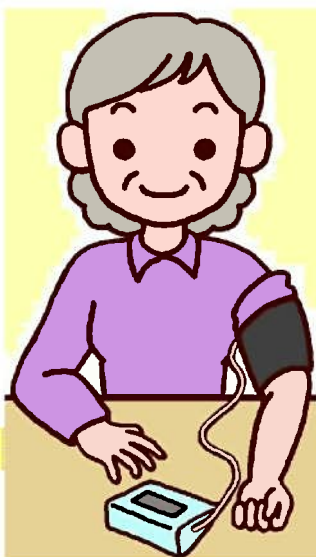
# 波田野先生のコラム 第31回

丸山診療所 院長 波田野 徹



## 『高血圧について』

血管の中を血液が通る時、血管にかかる圧力を血圧といいます。心臓が収縮して血液を押し出した瞬間は血圧が最高になり、これを収縮期血圧と呼び、収縮後に心臓が拡張した時に血圧が最低となり、これを拡張期血圧といいます。日本高血圧学会では収縮期血圧が 140mmHg 以上、拡張期血圧が 90mmHg 以上を高血圧と診断しています。現在の日本では高血圧の人は多く、約 780 万人もの人が高血圧で治療を受けています。



高血圧には、原因がはっきりしている二次性高血圧（内分泌系の病気など）と、原因が特定できない本態性高血圧があります。日本人の 9 割は本態性高血圧で、血圧の上がりやすい体質の人が、塩分の摂りすぎや、喫煙、運動不足、過剰なストレス、飲酒などのライフスタイルなどが影響して、高血圧を発症すると考えられています。高血圧を放置すると、長年かかって血管が硬くなる動脈硬化が徐々に進行し、心臓の病気（狭心症、心筋梗塞）や脳血管の病気（脳出血、脳梗塞）等の合併症を引き起こす恐れがあります。一般的に高血圧の自覚症状は無いことが多く、定期的に血圧を測定したり、健診を受けて早めに発見することが重要と考えられます。

高血圧の予防には、日常生活での生活習慣の改善が重要と考えられます。減塩、禁煙、運動に留意し、趣味を持ちストレスを減らし、高血圧の予防に心がけましょう。生活面での工夫をしても血圧が改善されなければ、薬物療法がありますので、早めにかかりつけの医師に相談しましょう。

### ☆☆ 高血圧への対処法 ☆☆

- 1) 適度な運動習慣
- 2) 塩分の摂りすぎに注意（1日 6g 未満を目標）
- 3) 禁煙
- 4) 適正飲酒（1日 1 合）
- 5) 野菜を多めに、脂肪摂取制限
- 6) ストレス解消の工夫を



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

# ☆シルバーカータイプの歩行車がレンタル可能! ☆

まもなく立春! 春の気配も現れて参りました。

そこでご紹介したい製品が、シルバーカータイプの歩行車 **ナウ** です。

介護保険  
レンタル  
対応製品

★シルバーカータイプの歩行車で、レンタルが可能!

★正面からでも、左右からでも対応可能なラウンドブレーキ!

★前座りで、また、体を預けても安心な、安定感のある製品です!

※レンタルご利用に関しましては、ご担当のケアマネジャーまでご相談下さい。

折り畳めばコンパクト  
で自立するから邪魔に  
ならず安心!



640 → 420mm

## 【7大特徴】

- ① 正面からでも、左右からでも対応可能な**ラウンドブレーキ**!
- ② 前輪が左右45度(同方向)に動く、**スタビライザー機能**!
- ③ 前輪は、20cmの大型ダブルキャストを採用しており安定した走りができます。
- ④ ハンドルの**高さ調整**は、**3段階**(84・87・90cm)で可能!
- ⑤ **コンパクトに折り畳め、自立する**ので収納時に邪魔になりません
- ⑥ 背面裏には、名札の差し替え可能な**透明名札入れ**を装備!
- ⑦ 主要パーツの**メンテナンスが簡単**になりました!

使いやすさを重視した、シルバーカータイプの歩行車の登場です。

外出のお供として、是非ともお試しください。

## 握りやすいハンドル



## 使いやすい安全設計

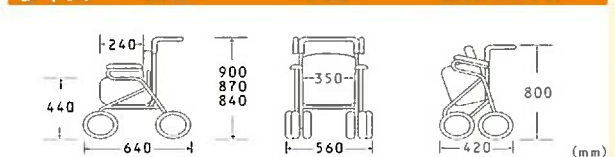
- もたれても安心、無理なく楽な姿勢で押せます。身体がすっぽり入るので歩行器としても使えます。
- 座面が浅く立上がりやすい設計。
- ブレーキタッチがソフトなラウンドフォルムバーで、少ない力でブレーキ操作が可能。
- 折りたたみがコンパクトで自立するから邪魔にならず安心です。
- メンテナンス時に交換頻度の高いグリップ、肘置き、車輪の着脱が容易な仕様です。

- 品番: HKS-NOW348L-FB
- 品名: ナウFB
- 使用時寸法: W560×D640×H840・870・900mm
- 折りたたみ時寸法: W560×D420×H800mm
- 座面寸法: W350×D240mm

- 材質: フレーム/アルミ、スチール、ハンドル/アルミ
- バッグ・座面・背もたれ/塩化ビニールレザー
- 肘置き/PP、塩ビシート、ウレタン
- ハンドルカバー/PP、キャスト/ナイロン
- バッグ積載量: 約10kg



## サイズ 側面 正面 折りたたみ時



- アルミ&スチールフレーム
- 折りたたみ式
- ワンタッチ高さ調整3段階
- 前輪左右45°回転
- 前輪左右運動式
- キャスト・ストッパー
- ハンドブレーキ
- 駐車ストッパー
- ツエ・カサ立て
- 耐荷重75kg

- 本体重量: 約8kg
- 梱包寸法: W590×D435×H810mm
- 梱包重量: 約11kg
- 座面耐荷重: 約75kg ● 入数: 1/1
- TAISコード: 00586-000010

※商品詳細に関しては、福祉用具課スタッフまでお問い合わせ下さい。

福祉用具センター新発田 村山 亮

■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(土日営業しています) 025-281-5755

～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/明田川 伸史/沼田 良/齋藤 正明