

きらめき

vol.32

2020.1.10

発行/社会福祉法人北星会
編集/広報誌編集委員会



社会福祉法人 北星会 〒626-0033 京都府宮津市字宮村1277
TEL : 0772-22-8233 ホームページ : <http://www.hokuseikai.or.jp/>
FAX : 0772-22-8477 Eメール : info@hokuseikai.or.jp

hokuseikai 天橋園
RENEWAL OPEN!
2021.1

宮津の天橋園が新しくなります

Feel the coming of the future



昭和52年創立より地域に愛され続ける歴史ある施設、天橋園。
駅が近く、住宅街にあり、緑に囲まれた静かな環境、天橋園。
認知症対応に特化したグループホームとデイサービス、天橋園。
宮津で42年、確かな信頼をはぐくんで来ました。
その天橋園が新しくなってオープンします。

[天橋園の歩み]

- 昭和 52 年 4 月 特別養護老人ホーム天橋園 竣工開園（定員 長期50名）
- 昭和 57 年 2 月 宮津市デイサービスセンター松寿園 運営開始
- 昭和 63 年 3 月 特別養護老人ホーム天橋園 増築（定員 長期70名短期4名に）
- 平成 7 年 5 月 特別養護老人ホーム天橋園 短期増床（定員 長期70名短期12名に）
- 平成 9 年 4 月 宮津市在宅支援センター天橋園 運営開始
天橋園ホームヘルプ事業 運営開始
- 平成 10 年 10 月 認知症対応型デイサービス ハウゼ天橋 運営開始
- 平成 12 年 4 月 介護保険制度施行
- 平成 17 年 5 月 特別養護老人ホーム天橋園（定員 長期20名短期8名に）
- 平成 18 年 3 月 グループホーム天橋の家 開設（定員9名）
- 平成 25 年 5 月 特別養護老人ホーム天橋園（定員長期30名短期空床利用に）

…そして…未来…

令和3年1月

- グループホーム天橋の家（定員2ユニット18名に増床）
- 天橋園デイサービス（定員25名）
- ハウゼ天橋デイサービス（定員12名）
- 天橋訪問介護事業所（訪問ヘルパー）
- 天橋園居宅介護支援事業所（ケアマネジャー）



社会福祉法人北星会 天橋園

（ヘルパー・デイ・認知症デイ・
グループホーム・居宅介護支援）
〒626-0033

京都府宮津市字宮村1277番地

Tel: 0772-22-0320

<https://hokuseikai.or.jp/>



「安全祈願祭」 くあたらしい天橋園へ」 天橋園



宮津の天橋園が建て替わります。
天橋園は昭和52年創立、以来40年以上地域と共に歩んできました。
新たなニュー

ズを取り入れ、令和3年1月のオープンに向けて完全リニューアル工事に着手します。

今まで以上に地域のみならず、最新の介護機器・設備の導入により、ご利用者が快適に過ごせる施設整備、スタッフが働きやすい職場で、地元の雇用も拡大し、これまで以上に地元信頼され愛される天橋園を目指します。

先日、建物の解体に先立って、安全祈願祭を行いました。

リニューアルオープンまでの工事が安全に行えることを心から祈願しました。

創設者の吉岡名誉理事長も出席され、創設当時やこれまで歩んできた歴史のなかでの懐かしい話も聴けました。次は、地域のみなさまと共に夢のある未来の話をたくさんしていきたいと思っています。

(大松智史)



与謝の園に秘湯見つかる！ く足湯で心も身体もぽっかぽか」 特別養護老人ホーム与謝の園



与謝の園の正面玄関を入ると25m?。新館西ユニットの一角に温かな湯の香りと心がほだけているような柔らかな声がする…。そこに伝説の秘湯、「与謝の足湯」があった!

寒さに負けないよう手厚いフットケアをおこない、普段の入浴では味わえない究極のリラックスタイムと血流改善、美肌・

美足を目指します。

まずはシャワーでかけ湯をおこない、きめ細やかに泡立てたソープで優しく洗浄。足浴は40℃10分が目安と言われていますが、そこはご利用者のお好みに合わせます!

お湯のなかで足をマッサージし血行をよくしたあとは、タオルドライをして保湿や美肌のためのクリームを。最後に看護師に丁寧に爪を切ってもらい終了です。

足浴中は歌を歌ったり、若い頃の話で盛り上がりたり…。「気持ちがいい」「背中まで温まるね」「極楽、極楽」と心も身体もほっこりされた様子。ご利用者からの評判も上々で、寒い時期の定番レクリエーションになりそうです。

職員のフィンガーテクで、あなたを夢の時間へ誘います――

(牧野明美)



地域生活を楽しもう！

天橋の郷 通所介護事業所サテライト

Re-style

スポーツの秋、食欲の秋、芸術の秋、皆さんは何を楽しみましたか？

心も身体も元気になるデイサービスを目指すRe-styleではこれまで様々な運動企画を行ってきました。今までの企画はRe-style単独での外出やグラウンドでの運動が多く、どちらかというと自分たちだけで楽しむ事は出来ましたが、地域の方と触れ合うことはありませんでした。また、地域のイベントにこちらから出掛ける事もありませんでした。そこでこの秋は「地域へ出掛け、地域の方と触れ合う」事を目標に活動を行いました。

初めての試みとして、十月十四日の体育の日に行われた「市民スポーツDAY」に参加しました。これは、市民の健康増進と様々なスポーツに触れ合うきっかけ作りのために行われた今年度初めてのイベントで子供から高齢者まで誰もが参加出来ます。

当日は、200名近くの参加者の中に堂々とご利用者も加わり、皆さんと一緒に初めての様々なスポーツを楽しみました。頭と体を使い介護予防にも役立つウェルネス・ダーツにまず挑戦。なかなか思うように投



げられないダーツに最初はイライラしながらも、徐々に中心付近にダーツの矢が刺さるようになっていきます。「とっても上手です」最後はウェルネス・ダーツ協会の方にお墨付きを頂き、意気揚々と次の種目へ移ります。体育館内での、ユニカーやユニボッチャを楽しんでいる最中、隣では華やかな「C.S.T」の音楽に乗せてダンスと太極拳のコラボが始まっていました。「楽しいなあ」とついこの身体が動いているご利用者の皆さん。知らず知らずのうちにダンスの輪の中に吸い込まれていきます。気が付けば、子供と大人、高齢者が一緒になり「C.S.T」の大合唱！市民で一つになり、運動を楽しむ事が出来た、とても有意義なイベント参加に

なりました。

また、別の企画として、峰山のボウリング場へ行き、地元の高齢者の隣で、負けずに大声を出し、投げ合ったり、地域住民の憩いの場である島崎公園を通りマクドナルドでカフェを楽しむなど地域を意識した活動を展開しました。今後も地域の中で生活している事を実感できるように、地元の交流イベントへの参加も積極的に行い、常にご利用者と共に普段は出来ない活動に挑戦していきます。



(細見浩明)



「たのもしいうれんじりんぐ」

天橋園キャラバンメイト

宮津小学校の5年生を対象に「認知症サポーター養成講座」を開催したところ、児童77名が受講してくれました。認知症サポーターとは、この講座で認知症についての正しい知識を学び、その知識を伝え広めるとともに自分の出来る範囲で認知症の方の手助けを行う人のことです。小学生にわかりやすいように職員が寸劇をして、認知症の方への正しい接し方を考えてもらいました。そのなかの一コマを紹介します。

自分の家の帰り道がわからなくなっているおばあちゃんの横を小学生のA子ちゃんが通りかかります。A子ちゃんはおばあちゃんのことになり、チラリと見たものの、そのまま歩調を緩めることもなく通り過ぎて行きました。この場面の直後、児童たちの声が一齐に湧きあが



りました。「わっ、素通りや」「スルーや」「スルー、スルー」…。みんな、A子ちゃんの行動に対して批判的な口調や表情をしました。そうです、児童たちは人として、サポーターとしての一番大切なこと、「困っている人を見かけたら声を掛ける、見て見ぬふりをしない」ということがすでに頭と心のなかに入っているのです。あとは少しの勇気とどういった方法で手助けをしたらいいかを学んでもらうだけです。

1時間後、とても頼もしい77名の認知症サポーターが誕生しました。これからはサポーターのシンボルであるオレンジリングを身につけて、この講座で学んだことを積極的に実践して、周りの人たちにも広めてくれることを心から期待しています。がんばろうね。

(山本千代)

「長寿の秘訣は何ですか？」

介護老人保健施設リハ・ウィラなぎさ苑

9月16日と言えば、敬老の日！今年も、なぎさ苑3Fフロアにて、敬老会を催し、ご利用者全員をお祝いしました。今年の長寿祝いは、米寿4名、卒寿1名、百寿1名、百二賀2名、百三賀1名の計9名の方。

当日は、スーツ姿でビシッと決めた職員が司会を担当。対象者の方には、胸にコサージュを付け、皆様の前でお披露目。お一人ずつお名前を読み上げ、スタッフから手作り賞状をプレゼントしました。突然のプレゼントに、深々とお辞儀をされ受け取られる方、また少し涙ぐまれ感激される方等、皆様とても喜んでおられ、こちらにも自然と笑みが零れるような空間になりました。

職員から皆様に、「長寿の秘訣は何ですか？」と質問すると「美味しいものをよく食べ、よく寝て、そして皆様に感謝を忘れないことです」というお言葉を頂きました。言葉一つひとつに、とても重みを

感じ、職員自身も、家族や友達そして職員に感謝の気持ちを持つて1日1日を、大切にしていこうと強く思いました。

最後に対象者の方全員で、記念撮影を行い、おやつには美味しい和菓子を頂きました。皆様、これからもお体に気を付けて、健康で楽しく生活して下さい。

(小西建裕)



園芸療法とは

園芸療法とは草花や野菜などの植物や身の回りにある自然とのかかわりを通してやる気や活力を引き出し、さまざまなコミュニケーションにつなげる活動です。

「動く畑」で栽培し、懐かしい味を 天橋の郷デイサービス

天橋の郷デイサービスでは要支援の方を中心に、園芸療法に取り組んでいます。



里芋は「動く畑」で栽培

今年は里芋、さつまいも、小豆を栽培し収穫しました。里芋はみるみる大きくなりあっという間に人の背丈ほどに成長しました。肥料袋で栽培し台車にのせて「動く畑」として部屋の中へ持ち込み観察しアドバイスをもらいました。そしてみんなで収穫。茎は酢ずいき、小芋は芋煮として、皆さんにやり方を聞きながら調理レクリエーションで全員にふるまわれました。特に酢ずいきは「久しぶりやわ。懐かしい味で嬉しかった」と涙される方もありました。

春から育ててきた野菜が目に見える状態で収穫できると感慨もひとしおで、調理方法や来年の計画、更には今までのご自分の野菜作りの経験で話も盛り上がります。

さつまいもの出来が良く、芋掘りでは大きな芋がゴロゴロとできてきました。洗ってアルミホイルで包んでもらった後はシンブルに焼き芋に。「もう焼けたかな?」「まだ早いん違う?」と皆さんで火を囲んでお話をしながら焼いていたいた芋はあっという間になくなりました。

年間を通じて育成、収穫する園芸活動はデイサービスに来られる方の興味やモチベーション



のアップにつながるうってつけの活動です。気候のいい日に外に出る良いきっかけにもなり、職員も様々な事を教えて頂くことが出来ます。引き続き来年度も年間を通して楽しい園芸活動が出来るように皆さんの声を聞きながら計画して行きたいと思っています。

(大江美芭)



足湯にちゃぼん（…ドキドキ）



たくさんの方にご参加いただきました

初めての試み 「オフィスンデイ」開催！ 与謝の園デイサービス

与謝の園が「地域とふれあい、つながりを深めることができる場所」であることを知ってもらうことをテーマに、11月10日（日）にオープンデイを開催。ご夫婦やお友達同士、お嫁さんとお姑さんなどさまざまなお知り合いの方と連れ立られ、計17名の方にお越しいただきました。普段デイサービスでおこなっている身体を使った運動レクリエーションやホワイトボードを使ったクイズ、漢字や熟語の脳トレなどを体験していただいたあと、なぎさ苑の小川療法士を招いた「介護教室」もおこないました。

介護教室では職員が介護する側・される側のモデルとなり、ベッド上でのオムツ交換や更衣の介助、車椅子への移乗などを実演、参加者の皆様が普段疑問に思われていることなどに対

し、療法士よりわかりやすいワンプointアドバイスをしていただきました。

そのほかに、デイサービスの浴室を開放して足湯を体験していただいたり、福祉用具サービス業者様からは食事の補助具から歩きやすいシューズ、安全な歩行に配慮した歩行器等を展示していただきました。歩行器を体験して特養与謝の園へ見学に行かれたかたは、「これは気に入った！」と早速レンタルを開始されたそうです。

昼食は職員もご一緒に、試食コーナーとして、きざみ食・ミキサー食・ゼリー食・ゼリー茶



（小池 操）

をご用意。「これがこのお肉なの？」「わりと美味しいわね」との声が聞かれました。食後は職員手作りのおやつを食べながら、「旦那の介護をしているんだけど、オムツ交換はさせてくれないのよ…。私だと嫌みたい」と悩みを話される方もありました。

このオープンデイが「楽しかった」だけで終わるのではなく、現在介護をしている方、これから介護が始まるであろう方、また、この先自分が介護されるであろう方々とともに将来を考えていくことができる交流の場となり、地域とつながりながら、さまざまな分野へ発展していければ良いと思います。

『めざせ！フォロワー 1000人キャンペーン！』

～福祉の魅力をたくさんの方に届ける！～

北星会が SNS をやっていること、ご存知ですか？
まずはどんなものかチェックしてみてください。

★ 北星会 SNS ★

Facebook



Twitter



instagram



LINE



HP (ホームページ)



Facebook recruit



編集後記

新しくなることにワクワクしています。来年 1 月に天橋園がリニューアル。その後には与謝の園も新しくなる計画。未来のことを考えるのって、楽しいですよ。もちろん思いっきりポジティブシンキングで。そして、大切な想いはそのままに。

私たちは、ホームページブログやSNSで、法人の日々の取り組みや、ご利用者の生活、お得なイベントの情報、求人情報などを随時発信しております。これらの投稿に、「シェア」「友達になる」「フォロー」「いいね」「リツイート」してもらうことで、私たちがいつもやっていることや、頑張りなどを広く地域社会に知ってもらい、よりよい地域福祉の充実につなげたいと思っています。

誰もが関係のある地域の高齢化について、みんなで考えたい。ニーズに沿った私たちに出来ることを新しい福祉サービスとして形にしていく。みんなで魅力ある地域を作っていきましょう。

今後とも、ホームページブログやSNSの内容の充実を図るとともに、わかりやすく・最新の情報を発信してまいりますので、何卒よろしくお願い申し上げます。

(水谷 暁)