



きらめき

平成27年7月1日発行

第23号

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番地

TEL：0772-22-0320 ホームページ：<http://www.hokuseikai.or.jp/>

FAX：0772-22-8477 Eメール：info@hokuseikai.or.jp

祝 天橋の郷10周年



平成17年5月1日、新緑の光の中に藤や桐の花の色が際立ち、谷間から聞こえる小鳥のさえずりがにぎやかすぎると感じられるほど豊かな自然の祝福の中で始まった天橋の郷のユニットケアは、皆様の温かいご支援・ご理解のもと、おかげ様で10周年を迎えることができました。

当時、近隣には目指すモデルとなる施設はなく、ヨチヨチ歩きの幼児のような不安一杯の第一歩でしたが、試行錯誤を繰り返しながら、「利用者一人ひとりの生きる力を支える」ことが私たちの使命であり、喜びであると職員全員が何事にも意欲的に取り組み、そのケアマインドの追求は今も続いています。ユニットケアは、今や介護のスタンダードであり、折しも今期介



晴天に恵まれた記念日

護保険改正に伴い、地域社会資源の一つとして介護福祉施設が担うべき役割はますます重要になってまいりました。誰しもが介護し、介護される「大介護時代」を迎えますが、その未来が明るく希望の持て

復活「与謝の園夏祭り」!

今年は、与謝の園開設30周年を迎えます。近年は、与謝の園祭りを秋に開催していましたが、節目の年ということもあり、夏祭りを復活させることになりました。

日時は、平成27年7月26日(日曜日)、18時~20時を予定しています。約十年のブランクがありますが、職員一同楽しいお祭りとなるよう、只今内容を鋭意企画中です。

夏真っ盛り、皆さんと楽しいひとときを過ごしましょう。よろしく願いいたします。

(小牧寿津子)



る社会となるよう、介護のプロとしての自覚と責任を深く受け止め、その責務を果たしてまいる所存でございます。

今後、一層のご支援・ご支持を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

(施設長 北條千恵子)

開店！『居酒屋よさの』

春まだ浅い3月24日、夕方より与謝の園内に居酒屋が開店しました。居酒屋の雰囲気を楽しんでいただくのは、これで3回目です。

最初は調理さんの発案で「なんちゃって居酒屋」を開いてくれました。これが、なかなかの好評で回を重ねるごとにパワーアップし、名前も『居酒屋よさの』とリニューアル。会場も広くし、提灯をぶら下げ、園長直筆のお品書きが居酒屋のムードを盛り上げてくれます。

そして、メニューはノンアルコールに限定していた飲み物も、本物のビールや日本酒を加え充実させました。



お好みの品をご用意しています

た。皆さんお楽しみみの食べ物では、いつも居酒屋定番のつくねをはじめ、季節に合わせたものが並びます。この日は、皮パリパリのぎょうざ、わさびの利いた「たこわさ」等が用意されました。

いよいよ開店。さつそく、色鮮やかなノンアルコールを注文される方、本物のビールでほろ酔い気分を楽しまれる方で満席です。中には、日本酒をこぼし酒(通気な表情をしておられる方もありました。普段はともも大人しい方が日本酒を口にして「くうくう。」と五臓六腑に染み渡る感覚を表現して下さって、周囲に笑いを巻き起こし、また違った一面を見せてもらいました。

これからも、皆さんに楽しんでいただけるように、職員一同頑張りますので、次回開店まで待っていて下さいませ！
(小田 晋 小牧寿津子)

須津なぎさカフェ

6月3日第一回目の「須津なぎさカフェ」をオープンしました。

第一部は、脳トレニングクイズ!!隠されている四字熟語を当てる脳トレや映像が徐々に変わっていくクイズで「アハハ、ワッハッハー」と大変盛り上がりしました。「笑うと

健康になる」「笑いによって免疫力が高まる」などという研究報告もあり、笑う事は、さまざまな効果を生むそうです。

第二部のリハビリ体操は、椅子に座ってでもできる体操を行いました。ある参加者の方は、「リハビリと聞いていたからもっと大変かと思っていただけ、これならできるわ」と喜ばれていました。

第三部はカフェタイム!!もともと、須津地区は、サロン活動などが盛



簡単リハビリ体操

認知症カフェは、認知症の人やその家族・知人、医療やケアの専門職、そして認知症について気になる人などが気軽に集まり、なごやかな雰囲気のもと交流を楽しむ場所です。



いちごカフェ

栗田地区で新たに

栗田に特産いろいろあるけれど、中でも自慢は章姫いちご!

その赤くて甘い栗田のいちごにあやかっつて、『いちごカフェ』と名付けたオレンジカフェ(認知

症カフェ)。

今年4月から、第2金曜日午後2時から4時まで栗田区民センターでミニコンサートとミニレクチャー(お話し)、介護予防体操ティータイムの4本立てで開店しています。

ティータイムは、『幸せぷりん』の中島さんが腕によりをかけて作ったスイーツと部屋中に漂うコーヒーの香りでホッと一息。おしゃべりも弾みます。

参加された西口さんは「認知症の話が参考になっ



皆さんそれぞれのリズムで

た。一人暮らしなので自分にとってプラスになると思うので毎回参加したい。友達にも声をかけました」と楽しみに話されていました。(廣野久美子)

男性のための介護教室

～安全で介護者に負担のない介護技術について～

なぎさ苑 言語聴覚士 芝修

宮津市地域包括支援センター様の依頼を受け、なぎさ苑において男性の介護者を対象とした介護技術教室・交流会を開きました。男性は女性と比べると力があるため、介護で体を傷めることが少ないと思われるがちです。

しかし、男性は背が高く腰を曲げて介護をすることが多いため、腰を痛めることが少なくありません。また、掃除、洗濯、料理といった力を使わない介護であっても「これまで家事は妻に任せてきた」という



福祉用具を体験してもらいました

男性の方にとっては、苦労されることが多いようです。また、男性の介護者は女性の介護者と比べると、家族会などに参加される方が少なく、誰にも相談できずに一人で抱え込んでしまう傾向があると聞きます。今回の介護教室では、介護する方、される方ともに体を傷めないために

- ①介護者の姿勢
 - ②人間の自然な動きを生かす
 - ③福祉用具を使う
- の三点にポイントをおきました。

近年は男性がご家族の介護をされていることも増えてきており「主たる介護者」の4人に一人は男性だという報告もあります。男女が共に介護を担う社会の実現という視点から見れば、介護を担う男性が増えつつあるというのは、好ましい事なのかもしれません。しかし、それに伴いこれまでには無い、男性の介護者特有

の問題に目を向ける必要があるのだと思います。

(言語聴覚士 芝修)

グループホーム天橋の家 高校生ボランティア

「将来の事を考えて」と、熱い思いを持った宮津高校生徒さんが、毎年、グループホーム天橋の家へ、ボランティアへ来られます。

天橋の家は運営方針の1つに「地域との繋がりを大切にします」と掲げており、入居されてからも地域の一人として地域住民の方との繋がりを、関わりを大切にしており、ボランティアの方に積極的に来ていただいています。

宮津高校生徒さんは毎月、放課後を中心に「こんにちは。お願いします」と元気な声で来られ、入居者の皆さんも「学生さんかな？」と生徒さんの訪問を楽しみにしておられます。

自然と横に座り、「こんにちは。暖かくなりましたね」「そうやな。どこから来たん？」等と話をされ、お互い、笑顔が見られ、会話も弾みます。

入居者の皆さんは「笑顔、元気を分けて頂ける」。生徒さんは「異世代の方との関わりでよい経験となる」というように、お互いにとって貴重な時間となっているようです。(小谷元気)

特別養護老人ホーム天橋園

心地よい時間(とき)を

遂に完成！(2022)天橋園Tシャツ♡
天橋園では平成26年度1年間かけて『介護理念』を制定しました！

『心地よい時間(とき)』を届けます。あなたの笑顔が見たいから。』

毎月園内会議を持ち、介護・看護職員一人一人が意見を出し合い、笑顔を忘れず共に過ごす時間(とき)の大切さをいつも心にと、この理念が生まれました。

この理念のもと、いつも以上に関わりを持つとうと『スマイルDAY』を実施。(2)いつも職員は限られた時間の中で決められた日課を中心に過ごしているの、改めて関わ



昔の話で盛り上がりました



つつじを見ながら日向ぼっこ

今後、このTシャツ(理念T?)を活用し、色々な活動をしていく予定です。(大松智史)

特別養護老人ホーム天橋園

フェイスブックで魅力発信

情報社会が進む中、インターネットを使ったソーシャル・ネットワーキング・サービス（SNS）の利用が段々と増えてきました。その中で天橋園もフェイスブック（Facebook）という日本で2400万人が利用しているメディアを使い、昨年12月フェイスブックページを立ち上げました。



パソコンやスマホで見られます

9月の家族会総会時に、ご家族への説明の中で「パソコン持つとらへんしなあ」「スマートフォンはなかなか難しげだしなあ」という意見や、公開範囲も難しくどこからどこまで見て頂いて良いのか？等多くの問題がある中、少しずつご理解を頂きながら今では「フェイスブック見るためにパソコン始めましたよ♪」というご家族も居られるほど定着したのものとなっています。

そもそもフェイスブックページ立ち上げの目的とし

ては、遠方のご家族やご親戚の方、また地域の方々や興味のある方など、天橋園の活動やご利用者の生活の様子を、出来る限りリアルタイムで知って頂き、共感して頂きたいと始め、今では併設の事業所も協力して毎日楽しい話題を発信しています。

フェイスブックページへの「いいね」という感情を表す数や、投稿のコメント欄へは毎回多数の応援を頂いており、ご利用者のご家族からも「うちの母が出ていて良い表情で安心しました」や「楽しそうにデイを

利用している様子が見られて嬉しいですよ」と沢山メッセージも頂いています。

興味のある方は是非一度ご覧いただければ幸いです。（大松智史）

交通安全功労者の表彰をつけました

5月20日宮津警察署において、なぎさ苑の安全運転管理者である今井留美さんが、京都府警察本部長から表彰されました。事業所の安全運転を推進し、交通事故防止のために活動した功績によるものです。



玄関前で公用車とともに

表彰について、「職員一人ひとりが日々安全運転を心がけていただいた結果だと思っています。これからも安全運転・事故防止の取り組みはもちろん、利用者

様の送迎は安全第一と笑顔でさせていたただきたいと思っています。」と意気込みを述べていました。（黒垣英樹）

就任のごあいさつ

介護老人保健施設リハヴィラなぎさ苑

施設長 益田 順一

平成27年4月1日付でリハ・ヴィラなぎさ苑の施設長を拝命いたしました。昭和28年生まれの東京育ちですが、福岡、大阪、出雲、山梨を転勤しながら医師として医療に取り組みむ一方、それぞれの地方の良さを堪能しながら3人の子育てを楽しんできました。

今回、天の橋立と海産物の魅力にひかれ、東京在住の実母の介護を姉に託し山梨から宮津に移って参りました。なぎさ苑では自分の親を介護する気持ちで利用者の方やご家族の力になれるよう精進してまいります。母からは「お年寄りを大切にしてください」と話聞いてあげなさい。」と言われてきました。開業医をしていた亡父が母に託した助言と思ひその言葉を肝に銘じ毎日の仕事に取り組んで参りたいと思います。どうかよろしくお願い申し上げます。

