

きらめき

vol. 39
2023.7.10



発行／社会福祉法人 北星会 編集／広報誌編集委員会

〒626-0033 京都府宮津市字宮村1277番地

TEL：0772-22-8233 FAX：0772-22-8477

ホームページ： <http://www.hokuseikai.or.jp/> Eメール： info@hokuseikai.or.jp

令和5年度

新入職員入職式



4月3日、3名の新入職員を迎え、天橋園の地域交流ホールで令和5年度の入職式を行いました。
まず、法人の基本理念や経営方針・沿革、労働安全衛生・法令遵守・職員倫理要項についての研修からスタート。
続いて、緊張した面持ちで理事長から1人ずつ辞令書を受け取り、お言葉をいただきました。

午後からは、昨年度入職した先輩職員3名が加わり、グループワークを行いました。ワークのテーマは『この地域で私たち北星会の職員ができること』このテーマについてワークを深めるためには、まず宮津のことを知ろう！ということ、まち歩きからスタートです。天橋園から道の駅「海の京都 宮津」まで行き、まごころ市で販売されている宮津の品物や特産品などを観察し、宮津市ならではの建物や歴史などの紹介を受けながら行きとは違うルートで天橋園に帰ってきました。

地域交流ホールに戻り、1人ずつ気づきを発表して共有。気づきをグループ分けして、矢印や線でつなぎ、関係性を表してみると、少しずつ自分たちの答えが見えてきました。全員で考えた『この地域で私たち北星会の職員ができること』は、『生活している人と同じ目線に立って元気なまちを作る選択肢を増やす』こと。歩いてみたからこそその気づきや福祉の仕事に就くからこそその視点などが取り入れられた、素晴らしいまとめとなりました。

最後は座談会。先輩職員たちに質問を投げかけ、答えてもらいました。先輩職員の成長もとても感じられ、新入職員も積極的に質問をして、た

くさん交流することができました。今回のグループワークのように、様々な人の想いを知って、私は北星会の職員として何が出来るだろう？と考えながら、これからの仕事をがんばってほしいと思います。
(高原望乃)



桜のお花見

— 38年間、ありがとう —



来年には与謝の園の移転を控えており、この桜とも離れることになりましたが、「また見に来たい」とお話をされていました。毎年春には見事な花を咲かせて、与謝の園を見守ってくれました。これまでの感謝と、これからも変わらぬ花を咲かせてくれるようにと、桜の木に想いを伝えました。「また来ますね」

(藤田浩司)

与謝の園

今年も与謝の園の桜が満開となり、春の訪れを告げました。桜を見ながらお弁当を食べていただき、ご利用者の皆様と楽しいひと時を過ごしました。「きれいだね。また見たいね。」と、笑顔が見られました。新型コロナウイルスの影響で外出の機会も少なくなっていたなかで、春を感じるひと時を過ごしていただけた喜びを感じ、楽しみにしていただけようなことを計画していきたいと思えます。

魚っ知館を満喫

与謝の園デイサービスは、コロナ禍により長らく外出レクが実施できていませんでしたが、規制が緩和され、3年ぶりに外出レクをおこなえることとなり、5月26日に栗田にある魚っ知館に行ってきました。魚っ知館へはかれこれ何十年ぶりかの訪問となる方ばかりで、久しぶりの水族館に「昔はこんな魚がおったけど、今も泳いだるかな。今はどんな魚がおるのかな。」と皆さんワクワクされていました。

魚っ知館はこの5月いっぱい閉館となり34年の歴史に幕が降ろされましたが、この時は慌てて遊びに来られた方が多かったようで、この日も入館者が大勢おられ、館内はとてにぎわっていました。早速水族館に入り、巨大水槽に皆さん声を揃えて「わー。すごーい。」と大歓声でした。水族館でないと見ることができない巨大なオオテンジクザメやトラフザメが水槽の中をスイスイ泳ぐ姿を見て拍手される方もありました。タカアシガニやエイやイワシの大群に、巨大ミズダコやエビや与謝野町で発見されたという全身黄色のカエルもいました。外に出ると、ペンギンやゴマアザラシも泳いでいました。そしてグレという黒い魚の餌やり体験もしていただけました。普段なかなかできない体験をされ、久しぶりの外出でよい運動と息抜きになったと喜んでいただきました。(岡田沙蘭)



出会えるよろこび、健康の特効薬!



現在、与謝の園では、対面での面会をおこなっています。コロナ禍には、オンライン面会・窓越し面会と、制限のある中での面会で、ご利用者はもちろんのこと、ご家族も「どうして過ごしているだろうか……」と不安を感じておられたことと思います。職員がいくらご利用者の状況を電話でお伝えしても、実際に顔を見られるまでは安心できなかったのではないのでしょうか。久しぶりに対面での面会をされたときには、互いの体に触れて喜びをわかちあったり、中には感極まって、涙されたりするご利用者、ご家族もおられました。ご利用者にとっても、ご家族に直接会うことがどんなお薬よりもよく効き、お元気になられ、満面の笑みを見せてくださいました。今はまだ予約制で、面談室で15分ほどの面会ですが、以前のようにご家族に居室まで入っていただき、自由に面会できる日が1日も早く来ることを願っています。そして面会を通じて、ご利用者、ご家族の笑顔がたくさんみられることを楽しみにしています。(安井春美)

遊び時間の 過ごし方

栗田のびのび 放課後児童クラブ

栗田のびのび放課後児童クラブでは、下校→勉強（宿題）→おやつ→遊びという流れで過ごします。遊び時間に人気なのは、ブロック遊びや工作。今回は、ブロック遊びの様子を紹介します。



JOIZ (ジョイズ)

LaQ (ラキュー) で制作

おやつが終わると真っ先にブロックへ。特に子どもたちが好きなのは、JOIZ (ジョイズ) やLaQ (ラキュー) という知育玩具です。いろいろな色・形のパーツを組み合わせ、頭の中で描いたものをいとも簡単に作り上げるので、支援員もビックリ！流行りのアニメキャラクターなどを作り「先生、〇〇作った！」と教えてくれるので、支援員も勉強になります。



LaQ (ラキュー) で制作



楽しい時間のあとに待ち受けているのは……お片付け。せっかく作った作品ですが、栗田のびのび放課後児童クラブでは、次の日もみんなが使えるように1日ごとに壊し、気持ちよく使い始められるようにくっついていいるパーツはすべてバラバラにして片付けます。ものによってはパーツや色ごとに分けて、次に使いやすいようにしています。「え～、壊したくない」「もっと遊びたかった！」という声も出ますが、気に入ったものは写真に残し、しっかりお片付けができています。

遊びを通して、創造力や観察力、思考力、コミュニケーション能力、チーム力など様々な力をつけながらみんなで楽しめるように、遊びの場を大切にしていきたいと思います。

(高原望乃)



えらべる作品制作

天橋園通所介護事業所 —— はじめました



天橋園デイサービスでは、創作活動に力を入れ、毎月ご利用者が好みの作品を自分で選んで制作できるようにしています。

6月は「てるてる坊主」「金魚」「麦わら帽子」「あじさい」「傘」の5種類。制作メニューは皆さんに知恵をお借りし、担当職員が四季折々のシーンからピックアップして月によって変えています。

今月の1番人気は「あじさい」。段ボールの台座にカギ編みしたものを巻き付けて、フェルト生地で作った花弁をボンドで付けます。制作時間は10分ほど。みなさん時間を見つけてせっせと制作されています。カギ編みもパーツも、ご自身で作られられます。出来上がりを想像しながらパーツを作成し、作品に仕上がると「可愛い」「素敵～」といった言葉が飛び交っています。「自分も欲しいけど出来ないし」と言われるご利用者もいらっしゃいますが、その時は職員が作品の仕上げをお手伝いします。職員とご利用者の絆作りも作品制作の一部です。

送迎の際に作品がご自宅の玄関に飾ってあると、職員の気持ちも上がります。昔に作った作品を季節ごとに入れ替えて飾っておられる方も。

これからもご利用者に喜んでいただけるような取り組みをしていきます。

(百鳥正洋)

グループホーム での看取り介護

——グループホーム 天橋の家

グループホームでは、自立した生活を送っていたく事も大切ですが、慣れた環境で落ち着いて生活していただくことが、認知症介護において大変重要なことと認識しています。慢性疾患の進行や新たに疾患が見つかるなど、様々な体調の変化がある中で、積極的に治療を望まれないご利用者やご家族も多くあります。

グループホーム天橋の家には看護職員が配置されていませんが、かかりつけ医やご家族の協力のもと、開設から3名の方の看取りを実施させていただきました。

職員には、経験年数が少なく初めて介護の仕事をする者もあり、様々な考え方が多く存在する中で、看取り介護に対する正しい知識を学ぶことから始め、対象者の体調の変化を共有するなど、カンファレンスや日々の引継ぎを密に行っていました。

ご利用者とお別れすることに寂しさはありますが、グループホームでその人らしい生活を最後まで送っていただき、眠るように最期を迎えられることは職員の中でもとても良い経験となり、大切な想い出です。

今後も常にご利用者に寄り添い、「その人らしい生活」を送っていただけるように支援していきます。

(大松智史)



なぎさ苑 — なぎさ苑施設長

就任の ご挨拶

令和5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山田明と申します。私は、大阪の多くの非医療系（婦人服卸）の家庭で育ち海外勤務以外ほとんどを関西圏で過ごしました。学生時代を含めて40年以上大学にいました（専門は臨床ウイルス学）が、その間仕事のために単身生活の期間が長く続きました。このため「その年になってもいまだに学生気分が抜けきらない」と家族に言われています。

今回、ご縁があつてなぎさ苑で施設長として働かせていただくこととなりました。どの施設においても新型コロナのためにこの3年は、〇〇は避けようというネガティブなことが多く積極的なことはできませんでした。最近では徐々に以前の日常をとりもどしつつあります。完全ににはしばらく時間がかかると思いますが、ご利用者、ご家族の皆様になぎさ苑を利用してよかったです。と思われる施設になるように努めていきます。どうかよろしくお願い申し上げます。



口腔ケアのはなし

「毎日歯磨きをしています」「入れ歯も洗っています」だけどやったつもりになりがちなのが歯磨き・入れ歯磨きです。身体と心の健康維持に欠かせない重要なものが口腔ケアです。

口腔ケアを行う意義とは

- ① 健康な生活を送ることができる。
(虫歯・歯周病・誤嚥性肺炎の予防など)
- ② 他者との関わりが円滑になる
(言葉の明瞭化・口臭の予防)
- ③ 美味しく安全に口から食べ続けることができる
(口腔機能の向上)



口腔ケアの実践で、生きがいを持って主体的な生活を送ることができます。いつまでも口から美味しく食事ができることはとても大切なことです。

年齢を重ねていくにしたがって誤嚥性肺炎のリスクは高まります。お口の中を綺麗に保つことで、唾液中の悪玉菌を減らすこと、しっかりよく噛んで食べることで筋力をつけることが大事です。入れ歯もしっかり洗えていないと細菌の温床となります。時々舌も鏡で見てください。真っ白い舌・黄色っぽい舌は舌苔といって汚れやカビの一種が付いている現象です。時々舌の掃除もしてみてください。

毎食後の歯磨きやうがい・夜の入れ歯の清掃・漬け置き洗浄・左右の頬を強く動かすブクブクうがい、しっかりよく噛んで食べることを心がけてください。

(歯科衛生士 糸井久美)

SNSで情報発信

— 天橋の郷



北星会では、法人全体でホームページやSNSでの情報発信に力を入れており、事業所ごとに様々な活動をお伝えしています。天橋の郷も日々のご利用者の様子や余暇活動などの取り組みをそれぞれの事業所がフェイスブックやインスタグラムで発信しております。

行事の際は、ご利用者が普段なかなか見せていただけない表情を見せて下さることがあり、その様子を写真に撮って発信したところ、ご家族が「あんな顔をして笑う事があるんですね。初めて見ました」と喜んでくださることがありました。また、新規入職した職員から「SNSの動画を見て、楽しそうな施設だなあと思ったので」と志望理由を聞くことも増え、人材確保においても情報発信の大切さを痛感しています。

ご利用者がどのように過ごし、職員がにどんな風に働いているか、動画を交えて、これからも様々な活動や日々の様子を発信していきます。

まだホームページやSNSを見ておられない方は、是非一度ご覧いただき、ご利用者や職員の様々な表情を見ていただきたいと思います。そして「いいね！」もよろしくお願いします。

(大浦俊輔)



北星会
ホームページ



北星会
Instagram



北星会
フェイスブック



北星会
ツイッター

余暇活動

生きがいを感じながら生活をすることはとても大切なことであると、ご入居者との日頃の会話の中でも感じています。

令和2年度に「サークルのないろ」として10名のご入居者と活動を開始した天橋の郷のサークル活動は、一昨年、サークル活動委員会を発足させ、ご入居者のご意向を伺いながら職員が色々なアイデアを持ち寄り、月3回のサークル活動に加え、青空食堂・麵処さと・郷食堂など一度にたくさんのご入居者に楽しんでいただけるイベントの開催を企画したり、紫陽花ドライブ・遠足・散策などの屋外活動などを計画し、充実した取り組みができるようになりました。

サークル活動は比較的自立された方が対象となりますが、今年度新たに発足した「ドキドキサークル」は、一日のほとんどをベッド上で過ごされる方を対象として、屋外をゆっくり散歩したり、アロマを焚き自律神経にやさしい音楽を聞きながらリラククスしていただく時間を設けています。いつもは目を閉じておられる方も目をしっかり開けて景色を楽しまれたり、アロマの香りにうっとりされ、花や葉っぱを触ってみたりと五感に働きかけ、ドキドキする時間となっています。他にも「カラオケサークル歌自慢」は人気で、楽しい歌声が施設内に響きます。物づくりに取り組む「サークルハピネス」は、おやつ作りや工作にと充実した楽しい時間を過ごしていただいています。今後も、ご入居者に生きがいを感じながら一日一日を過ごしていただけるよう、サークル活動委員会を中心に取り組んでいきます。

(正木菜穂子)



地域交流ホール 利用のご案内



昭和52年に開設した「天橋園」は、令和2年に建て替えを行い「総合在宅支援天橋園」に生まれ変わりました。施設内には「地域交流ホール」を設置しています。

地域の皆様が気軽に足を運べる場所、地域のにぎわいや交流を生み出す場所にしていきたいと思っておりますので、ぜひご活用ください。

Q&A

Q 天橋園って介護のイメージがあるけど、誰でも利用できるの？

A できます！地域で生活する高齢者だけでなく、学生、子育て中の方、子どもなど地域で生活する様々な人たちに、活用していただきたいという想いから、この地域交流ホールをつくりました。

Q どんな時に利用できるの？

A ワークショップやイベント、マルシェ、子育てサロン、趣味活動、映画上映、会議、〇〇教室、展示、自習スペース、コワーキングスペースとしての活用など、様々な用途でご活用ください！

このように活用されました！

【鍼灸体験会】

『鍼灸qitrip宮津』の院長 高橋友樹さんの企画で、北星会の職員を対象とした鍼灸体験会のイベントが開催されました。高橋さんは、普段、鍼灸のお仕事と『株式会社ローカルフラッグ』のまちづくりのお仕事をされています。神奈川県から宮津に移住して来られ、宮津で鍼灸院を開業。鍼灸で地域貢献したい！という想いから、今回のイベントが生まれました。

東洋医学とは何か？ 鍼灸ってどんなものなのか？ などの説明から始まり、お灸づくり、鍼灸施術を実際に体験しました。体験の後には、これから地域交流ホールを使ってどんなことができるか参加者全員でアイデアを共有すると、職員のやってみたいこと、かけ合わせたらおもしろいアイデアなどがたくさん出ました。



～おすすめポイント～

- 間仕切りで3つの部屋に分割できる！
- 大きな窓を開ければ、外からも出入りしやすい！
- テーブルは折りたたみ式で、使用しない場合は重ねて収納できる！
- 水色の壁の前で写真や動画を撮影すると映える！

◇ 設備

Free Wi-Fi、液晶モニター、プロジェクター、ホワイトボード、冷暖房、キッチン（電磁調理機）

利用に関することは、法人本部事務局までお気軽にお問い合わせください。【TEL (0772) 22-8233】

編集後記

新型コロナウイルスも5類に移行となり、様々な制限が解除されました。地域でのイベントも復活するなど嬉しいニュースが飛び込んできます。北星会の施設でも地域の皆様と交流できるような機会を増やしていきたいです。



北星会
ホームページ