

マガアス
ニュース

ひだまり

1997・1月
第3号

発行／ 社会福祉法人 マガアス 特別養護老人ホーム マガアス東久留米 高齢者住宅サービスセンター マガアス氷川
〒203東久留米市氷川台二丁目5-7 Tel.0424-77-7261 FAX 0424-77-7500
発行責任者 高原 敏夫 編集責任者 山崎 宣子

賀正

あけまして

おめでとー

ございす

平成九年
元旦



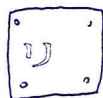


理事長 手塚 清三郎

新しき年を迎えることが出来まして心からお慶び申し上げます
私この度、横溝理事長の後任としてその職に就くことになりました
手塚清三郎と申します。栃木県出身でございます。どうぞ宜しくお願い致します。

皆様お一人お一人の御努力のお蔭により、大過なく新年を迎えることが出来、その日頃の御苦勞に対しまして、心から感謝申し上げます。

私は、最近になって今の役職に就きましたので、所見を申し上げるのも躊躇しておりますが、年頭に当たりますので、私が日頃好んでおります言葉を一つ申し上げたいと思います。「和」という言葉ですが、これは常に大切であると考えております。皆様が今年もなごやかな一年を過ごされますよう、心より御祈念申し上げます。これからは益々高齢者の度合いが強くなって参ることだけは間違いございません。従いまして、施設にしても一層課題が増してくるものと思われまします。このような折り、どうぞ職員の皆様にはまずご自分の健康に充分に御留意下さい。そして「和」のある介護に御尽力下さることを御期待致しまして、私の新年の御挨拶とさせていただきます。



高齢者施設視察研修

H8・10・9～10・19

今般、米国フロリダで老人福祉施設を見学する機会を得た。全介護型の高度看護ホームやナーシングホームは日本では老人保健施設や特養老人ホームに相当するが、費用負担は措置制度に基づくものではなく、65歳以上の年金受給者が被保険者となる高齢者医療保険制度（メディケア）と低所得者が利用する医療扶助（メディケイド）を当てている。長期間入所に対しては、個人負担・民間保険・医療扶助に頼るようだ。一方では、健常者の生活の場としての小奇麗で住みやすいホームが存在する。だが一方では、サービスが過剰であったり費用が高いと敬遠され、他方では高齢化や虚弱化が進む中で、これらの中間にある部分介護型ホームの需要の高揚がみられているという。近年の傾向としてこれら全介護型、部分介護型、健常者の全てを取り込んだホーム経営が進んでいる。今回でも、その様子を見ることができた。



聖キャサリン・レーバー・マノアー
(ジャクソンビル)



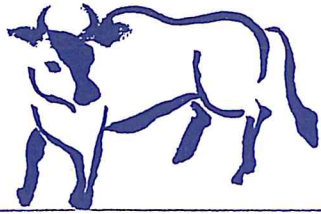
ディアウッド・ブレイス (ジャクソンビル)

全体的な印象として、優良と評価されている老人ホームを選んで見学したとはいえ、利用者の意向を最大限尊重する処遇の実践と、ゆったりとした態度で対応する職員の姿に、先駆的な老人ホームの有り様を垣間見ることができた。

州都タラハシーではシニアボランティア・センターの活動を見学した。豊かな経験と知識を持ちながら、高齢というだけで活動の場を見失っている人達に、無償のボランティア活動を通じて、地域で貢献できる場を提供し生き甲斐ある生活を送ってもらうとのねらいだが、ここで展開されている活動はかなり幅広い。自らの車で給食配達、法律や税金の相談、買物サービス、家具の修理等、ありとあらゆる日常生活上の必要に答える活動をしている。20年以上も給食サービスに関わってきたご婦人から直接説明を受けたが、その情熱に圧倒された。我がマザアスの、地域での更なる取組みに大きなヒントを得た収穫の多い学びだったと実感している。

(マザアス氷川台 センター次長

今沢 隆一郎)



声の欄



新しい年を迎え『ひだまり』も、第3号となりました。
限られた範囲ですが、ここに文字通り皆様の生の声をご紹介できることを大変嬉しく思っています。
今年もより多くの方々のフレッシュな声をお伝えしたいものと願っております。
今回は、ボランティアと医療の面から、看護婦さん、マッサージの先生からの声をご紹介します。

こんな優しさが…

8、9日の2日間の秋光祭も大勢の方々の尽力で無事に終わり、ボランティアの一人として大変嬉しく、ホッと致しました。準備の段階で6日の午後お花の生け込みの手伝いをさせていただいた時、優しい言葉をかけておられる先生に感動いたしました。秋光祭の為、入居者13人が思いのままに生けます。中には一ヶ所にボサボサと生ける方もおられたが、先生が『これではね、お花がきゅうくつで苦しい苦しいと言っているわよ。だからすこーし広げてあげましょうね』と一寸手を加えますと見事に変わりました。そこで本人も納得し満足します。先生の優しい言葉の中に色々な意味を感じ言葉を通して人に対する本当のボランティアの心を教えられました。

(ボランティア 当麻 芳枝)



たよりにしてね

入居者の平均年齢81才と高齢になりました。元気に生活する為には、食事、排泄、睡眠の状態が適切で精神的にストレスがあればその原因を早期に解決する事が必要です。その為には訴えには耳を傾け、訴えられない人には体をよく見る必要があります。病状の早期発見、適切な対応を速やかに行える様に配慮し早め早めの手当てが大切です。ホームには常勤医が居ない為看護婦の適切な判断力が要求され責任は重いが、『看護婦さんがいるから安心だ』と言われると嬉しく思います。そんな私たちの大きな力になって下さっているのが、週1回往診して下さる東久留米医師会の3人の医師です。夜間でも往診していただきマザアスが地域の皆様に頼られるホームになれるように努力していきたいと思います。

(看護婦 森田 雅子)



がんばろう！

マザアスが開設して2度目の冬を迎えようとしています。私は、専門職としてマッサージ業務が主です。他に不定愁訴に対する肩、腰、膝などの痛みには物療器具を使った温熱療法で対応しています。このようなことをしながら入居者の健康状態を把握させていただいています。それから気になる事は入居者のADL（日常生活動作）の低下がみられるという事です。これは生理的に避けられないとは言え、ある程度努力次第では現状維持が出来ると思います。自立度の高い入居者には私たちが関わった時以外にも意識して体を動かすようお願いしたいと思います。日常生活動作の向上として個人的に、立位、歩行練習、ベッドサイドでは関節可動域練習として、レクリエーションを交えて健康体操と称しての体操を、1階では11月よりPG体操（高齢者体操）、2階では毎日15分前後の手足の体操などを行っています。そのほか入居者の皆様の精神的バックアップもできたらと思っていますのでこれからもよろしくお願いします。

(マッサージ師 渡辺 忍)



喫茶にて、和気あいあい



丹精こめて作られた作品群



陶芸作品群、個性的な味のあるものが...



美味しくいただきました

秋 光 祭



お点前を披露(茶道クラブ)

行ってきました!! 一泊旅行

特別養護老人ホーム
軽井沢塩壺温泉・群馬サファリパーク



軽井沢塩壺温泉一泊二日旅行。
前日迄のぐずついた天候も、何とか旅行ができるまでに回復しひとまずホッ。女性は口紅など塗って、おしゃれもバッチリ、バスに乗り込み出発です。皆、初めての旅行に緊張した面持ちで、なかには、いつもの様子では考えられない程お行儀良くしている方もいました。

高速に乗るとじきに、バスの車窓から遠くの山々が、また紅葉が大変美しく見え、皆、感動。ホテルへ着くとさっそく温泉へ。久しぶりの温泉は気持ちいい。そしてお楽しみの宴会は、ビールにカラオケで盛り上がり、御馳走もいっぱい。皆一様に満足



手作りクラブの作品の前で

去る11月8、9日に第2回「秋光祭」が開催されました。作品展示、作品の販売、写真展示、映画、喫茶、茶道クラブ実演等の催しでした。普段静かな施設が急に活気づき、日頃の入居者、利用者の様子や、クラブなどでの活動の成果をご家族、地域の皆様に見ていただくことができました。展示場に並んでいる作品を眺め、来年への創作意欲を万感の思いで湧かせたのは私だけではなかったと思います。

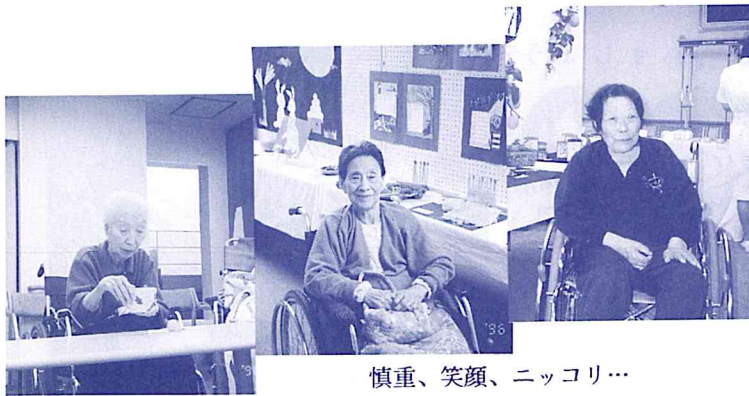
(秋光祭実行委員長 古浦 律子)



手作り作品も販売しました



日頃の活動を写真で



慎重、笑顔、ニコリ...



ゆりの会で生けた生け花に囲まれて

し、その夜はすぐに寝てしまいました。

二日目はサファリパークです。バスのすぐ外でゴロンとねそべっているトラやライオンに笑ったり驚いたり。首をのばして挨拶してくるのを見て、童心に帰ったひとときでした。

一泊二日の旅行日程もあっという間に終わり、無事、帰路へ。皆さん疲れて寝てしまうかな？と思っていたら、寝ていたのは職員ばかり。皆さんそれぞれが楽しい思い出をつくったことでしょうね。私ですか？う〜ん、正直いって疲れてしまいました楽しかったですけどね！

(寮母 巖淵 玲香)

デイサービスセンター

伊香保温泉



湧泉の郷初の試みで、不安と緊張を胸にマザースを出発しましたが、そんな気持ちも忘れ、寝不足の利用者さんさえも景色に釘付けになるほど、伊香保の紅葉は美しいものでした。女学生に戻ったように楽しそうな方、名物の水沢う

どん、ひさしぶりのビールを味わう利用者の方の笑顔は忘れられません。二日というわずかな時間でしたが、利用者、ご家族そして職員それぞれがお互いを身近に感じられた旅行になったのではないのでしょうか。(寮母 片岡 恭子)

なでしこ幼稚園との交流

マザアスから車で数分、黒目川のほとりに着きますと、子供達のかわいい声が聞こえます。初めて訪れたなでしこ幼稚園でした。4月の暖かい日、皆で作ったお手玉を50個、でんでん太鼓を数個。年長組のあどけない瞳が素直に喜んで受け取ってくれました。



外での団らん是一段と花が咲きます

70歳代の園長先生は、とても若々しく、お洒落でしゃっきりした方でした。

市民文化勲章を頂いたと聞いております。若い先生達と可愛い子供達に囲まれて、いつまでも華やいだお気持ちで過ごされますように。



‘はじめまして’ 少し照れながらの握手

五月には、訪問のお返しとして絵手紙を持った代表の子供達がマザアスに現れました。どの入居者も思わず顔がほころび、中には感激のあまり、ベソをかいたり泣きだす人もありました。老幼の交流は何とほほえましいものでしょう。



そして十月に40人もの園児達が歩いて、来てくれました。お歌を唄ってくれたり、お遊戯をしてくれたり、おまけに皆の首には手作りの色紙で作った“首飾り”がかけられ、ペンダントの絵は宝石より輝いて見えました。これからも長いお付き合いになりますように。



4～5才の沢山の園児達に囲まれて、無邪気な天使のような顔とふんわり小さい手と握手した時、私は震災で亡くした娘の年頃と重ね合わせ、胸がいっぱいで、声も出ないほど感動でした。短い時間を可愛い子供達と精一杯遊ぶことができ顔を押し付けてしまいました。（高橋 ふみ）

また会いましょう～



幼い子供たちの無邪気な笑顔、しぐさを見ていると皆の心に暖かいものが浸みわたってきます。普段は無表情の方、おこりっぽい方、気難しい方が子供との交流時は、こぼれんばかりの笑顔で迎えてくれます。その姿を見ていると我々職員も笑顔になってしまいます。

子供たちの力は何と大きいことでしょう。今後も更なる交流を続けていきたいと思っております。

（生活指導員 高原信夫）





マザアス氷川台のサービス



マザアス氷川台では、在宅で生活を送る高齢者を支援するために次のようなサービスを提供しています。

◇デイサービス

心身の障害や社会的な理由のため、引きこもりがちの方に、趣味、生きがい活動人との交わりの場を提供します。



◇機能訓練

リハビリの必要な方に、PT（理学療法士）OT（作業療法士）が訓練を行います。

◇訪問リハビリ

通所が困難な方、又は自宅でのリハビリが必要な方のお宅に、PT、OTが訪問し、訓練や住宅改造、福祉機器などの相談・紹介を行います。

◇訪問給食

一人暮らし、老夫婦世帯の高齢者のお宅に栄養のバランスのとれたお弁当をお昼に配達します。
（原則として週3回まで）



◇入浴サービス

寝たきりなどの理由により、自宅での入浴が困難な方にセンターの機械浴、一般浴で入浴して頂ます。
（原則、月2回）



◇痴呆性高齢者デイホーム（湧泉の郷）

趣味活動、入浴などの活動を通して痴呆性高齢者の生活のリズムを作るとともに、家族の介護負担を軽減し、日常生活を維持するお手伝いをします。



◇ショートステイ

冠婚葬祭、入院、旅行などの理由により介護者が不在となる場合、又は介護者のリフレッシュのために、併設のホームでお預かりし、介護します。期間は、原則として7日間ですが、理由により期間延長も可能です。ご相談ください。

◇ナイトケア

夜間の介護が困難な方を、夜間のみホームで介護します。

◇ホームケア

介護の必要な高齢者とともに家族にも短期間宿泊していただき、介護方法を学んで頂きます。

◇ホームヘルパー派遣

心身の障害により日常生活に支障のある方又は、その家族が介護を十分に行えない場合にヘルパーを派遣し、家事援助、介護のお手伝いを行います。

◇相談

センター利用の他、介護、リハビリ、生活の相談を受け付けています。どなたでもお気軽にご相談ください。
（月～土 8:45～17:45）

詳しくは…

マザアス氷川台

電話 0424-77-7263



ゆりの会のご案内

ゆりの会 1 月予定表

地域のみなさんこんにちは 日頃は多くの方がマザアスに心を寄せて下さって有り難うございます。今日は、ゆりの会についてお知らせしたいと思います。ゆりの会は、いろいろな趣味を通して語り合い、楽しみを分かち合いながら仲間をつくり、より関係を広げたいと、入居者の方、通所の方、そして地域の皆さんが一緒になって、活動をしています。レパートリーは予定表の内容です。お誘い合わせの上お気軽にお越し下さい。大勢の方の参加をお待ちしています。

(年齢制限無し、月謝は不要です)

担当者：中松・今沢 ☎ 77-7263

	月	火	水	木	金	土
			1 お正月	2	3	4
午前				書道 I 書道 II ちぎり絵 露手芸 詩吟 生け花 陶芸 俳句 喫茶・演芸	第1、第3月曜日 第2、第4金曜日 第3水曜日 第4水曜日 第2、第4金曜日 第1、第3金曜日 第1、第3土曜日 第4水曜日 毎週木曜日	13:30-14:30 13:30-14:30 13:30-14:30 13:30-14:30 10:30-11:30 13:30-14:30 13:00-16:00 13:30-14:30 10:00-15:30
午後	5	6	7	8		
	13	14	15 成人の日	16	17	18
午前				喫茶 日舞 10:00-16:00	生け花 13:30-14:30 指導：眞・藤	陶芸 13:30-15:30 指導：眞・藤
午後						
	20	21	22 俳句 13:30-15:00 指導：早乙女	23 喫茶 せで語ろう会 10:00-16:00	24 詩吟 10:30-11:30 指導：眞・藤	25
午前						
午後	書道 13:30-14:30 指導：池田		簾手芸 13:30-15:00 指導：高山		書道 13:30-14:30 指導：眞・藤	
	27	28	29	30	31	
午前				喫茶		
午後			ちぎり絵 13:30-14:30 指導：北創	カラオケ 10:00-16:00		

*喫茶での飲み物は全て14:00からです。
*1月は変更になっています。

ご寄付ありがとうございました。心より感謝いたします。
(五十音順 敬称は省略させていただきます。) H8・4月～12月

《個人》 大岡正純 川嶋暁子 小窪儀平 近藤常子 佐藤昌子 佐藤さゆ子
佐藤キヲノ 佐野陽子 篠田弘美 瀬下浩司 菅原朝子 竹内俊雄
田中恭子 筒井英子 寺島高幸 外村和子 富田和歌子 仁平利子
星野くら 丸山明 前川彌 松原稔 三坂雅子 水上良江

《団体》 (株) シンシア創建 (株) 證文堂 (社) 全日本冠婚葬祭互助協会
(財) 東京善意銀行 (株) 日税サービス 日本ティプラント (株)
ミサワホーム (株)

家族介護者教室

テーマ「あなたの腰の調子はいかがですか」
—— 介護者のための腰痛体操 ——

日 時 1月30日(木)
午後1時～2時30分

講 師 理学療法士 柏 利子

※参加費無料、事前申込みの必要ありません。
お問い合わせ ☎ 77-7263 久松へ

編集後記

謹んで新年のお慶びを
申しあげます

表紙の七福神の絵は、マザアスにお住まいの志賀妙子さんの作品です。志賀さんには、新聞編集委員としてご活躍いただいています。“ひだまり”は、職員(5名)、役員、入居者、ボランティアの8名で編集しています。今年も盛り沢山の話題を掲載し、ホットな新聞作りに励んでいきたいと思っています。

題字 西野次三 表紙、挿絵 志賀妙子