

ひだまり



MOTHERTH NURSINGHOME FOR THE AGED

介護予防

社会福祉法人マザアス理事長
高原 敏夫

法人本部は東久留米市氷川台にあり、市の東部地区に位置して小高い丘の上の住宅地にあります。住まいとしては閑静でよい環境ですが、残念なことに公共の交通機関がありません。地域の方達は西武線の駅まで行くのに、15分から20分位かけて徒歩で行くか、自転車またはタクシーしか手段はなく高齢になって、脚力が弱くなってくると徒歩でも自転車でも復路の坂道が意外と大きなバリアーとなっているようです。元気な時から、「坂道」で脚力強化する逆の発想も必要かもしれません。

東部地域包括支援センターの75歳以上の独居高齢者及び高齢者世帯を対象にした「高齢者あんしん生活調査」でも「坂道」がある為に、生活圏が狭くなっていることと、外出が困難になってくる現状が見えてきました。また、平成24年度の介護保険新規認定者の原因疾患を市役所が統計を取ったところ、東部地区では、整形外科疾患が原因で認定を取る方が一番多いことが明らかになりました。そこで、東部地域包括支援センターが、周辺自治会に働きかけ、協働で「体操教室」を行い、毎週開催したいという自治会からの要望で、「マザアス東久留米」としても講師を派遣し、地域の住民の方が住みなれた地域で生活できるように支援しています。



役職者研修で熱く語る 高原理事長

「老化は脚から」といわれていますが、脚が弱くなって転倒することはよくある話です。

『転倒予防・転ばぬ先の杖と知恵』(岩波書房)武藤芳照著によると「転倒はいのちの黄色信号」だそうです。

東京消防庁の定義をみると

「転倒」―「同一面上でバランスを失い倒れて受傷したもの(押され、突き飛ばされ、スリップ、つまずき等)」

事例 「道路で後方に転倒して大腿骨骨折」

「転落」―「高低差のある場所から地表面または静止位置までのスロープなどに接触しながら転がり落ち受傷したもの」

事例 「歩道橋を降りる時に最後の一段で足を踏み外して転落し骨折」

「墜落」―「高所から地表面または静止位置まで落下し受傷したもの(転落に起因し墜落したもの、および墜落に起因し転落したものを含む)」

事例 「夜中に介護施設のベッドから墜落」

介護が必要にならない為には、自分の心身の変化に気づき、介護予防に取り組むことが重要です。人生に「いのちの黄色信号」が点灯したら、意識的に脚力強化に努める必要があります。先の「転倒予防」を書かれた武藤先生によれば「ぬ・か・づけ」にも注意とっています。

ぬ ― 濡れているところは、すべて転びやすい

か ― 階段・段差はつまずいて転びやすい

づけ ― 片づけていないところは、すべったり、つまずいたりして転びやすい

住宅で転倒しやすい場所は浴室、階段、台所、居室、玄関の順だそうです。

自分の心身や住環境にまで気を配りつつ、自分らしい生活を送りたいものです。

マザアス新宿新施設長に就任して

地域密着型複合施設マザアス新宿

きたしま
施設長 来島みのり

6月1日よりマザアス新宿に施設長として就任しました。就任にあたっての、ごあいさつをさせていただきます。

新宿に来てまず驚いたのは、医療と福祉の連携が有効に機能しているということです。当事業所の特別養護老人ホームでは、胃ろうを造設している方や、点滴を受けている方、日に何度も痰の吸引を行っている方など、医療を必用とする方が複数おられます。現在の平均要介護度は4.6であり、他の事業所に比べてもかなり高い数値です。ご利用者の体調に変化が見られる時は協力医療機関である悠翔会の医師が相談にのって下さり、時には駆けつけて下さります。

就任して1ヶ月目に2名の方が希望され、当施設で最期を迎えています。献身的にご利用者の最期に向き合う現場職員と、それをサポートする医療があり、その連携が有効に機能していることを実感しました。

もう1つ驚いたことは、地域密着型サービスの機能が活かしていることです。地域の方やご家族が毎日当事業所に足を運んで下さっています。逆に、グループホームや小規模多機能型居宅介護のご利用者は日常的に、地域に出て行きます。体調が安定している方に限られますが、特別養護老人ホームのご利用者も、外出したり、地域のお祭りに参加

をしたりと、地域と触れ合う機会を持っています。

新宿に就任する前は、日野市で都営団地の1階にある小規模多機能型居宅介護の事業所に勤務していました。その事業計画では、25年度の具体的な達成ゴールとして「名前と顔が繋がる団地住民の方の数が2倍になる」「利用者が地域（望む環境や人等）と関わりながら暮らすことができる」と掲げています。偶然ですが、新宿の事業所も戸山ハイツという大きな団地が目の前にあり、地域との関わりを深めて行くことは、日野でも、新宿でも目指すところは変わらなと確信しました。医療と福祉の連携が充実しているからこそできること、地域密着型サービスだからできること、を追求して行けば、マザアス新宿には大きな可能性があると感じています。

これまで現場業務一筋で、管理職としての経験に乏しいふつつか者ですが、力の限り努力をしてみたいと思いますので、ご支援ご指導をいただきたくどうぞ宜しくお願い申し上げます。



今日は、地域の盆踊り大会です。



ご利用者はもちろん、職員も楽しませていただきました。地域自治会の皆さんには、マザアスのために見学席を設けていただいたり冷たい飲み物をサービスいただいたりと、大変お世話になりました。近隣の皆さんのご配慮に感謝します。



マザアス役職者研修報告

今年も役職者研修の日が巡ってきました。今年はマザアス日野を会場として行われました。朝の9時から夕方5時までかなり詰まったスケジュールでした。新宿や東久留米の施設に通っている職員もいつもと方向が異なり、中には久しぶりのラッシュを体験した人もいましたが、その疲れも忘れるほど充実した内容に前向きに取り組んでいる姿が見られました。今年のゲストから「プリセプター制度(*)導入」に関する説明がありました。これは法人の今期の方針にある「人材育成システム再構築」の一環としてなされたものです。

その他の主なプログラム

- ◎ 法人の将来計画：高原理事長
- ◎ ISO9001の取り組み：衣川日野施設長
- ◎ 社会福祉を取り巻く環境の変化：
松澤東久留米施設長
- ◎ 介護キャリア段位制度：衣川日野施設長
- ◎ 地域との関わり「グループワーク」：
来島新宿施設長

プリセプター制度とは

見習いの新人(プリセプティー)を先輩の現場の熟達者(プリセプター)が、一緒に現場で指導する「現場教育訓練」(On the Job Training, OJT)の制度のことである。そもそものは日本の医療現場で特に病院の看護教育に使われることが多かったが最近では福祉の現場でも用いられるようになってきた。



会場の雰囲気の一場面

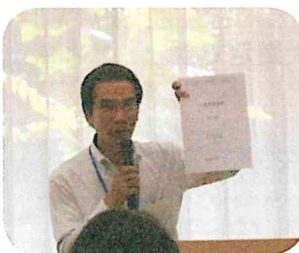
高原理事長(左)と受賞で満面の笑みの
正木直子日野栄養課長



プログラムの途中でサプライズの表彰式がありました。表彰の理由は「法人全体の厨房の統制と自前厨房に尽力した」でした。この取り組みはこの表彰で終わったわけではなく、これからも続きます。お疲れ様です。



来島新新宿施設長の挨拶



皆さん、これが基礎となる大切な管理規程です! (草野法人事務局長)



お茶はセルフで
お飲みします

昼食は 器皿でいただきます
盛岡冷麺 ミニ焼肉丼付
骨付チキンのオレンジソースとしょうゆのランチプレート
各25食ずつで終了♪

今年もおいしい食事でした。
2種類の献立からのチョイスでしたがどちらも食べたい気分!!

マザアス東久留米便り

マザアス氷川台の畑づくり



デイサービスセンター マザアス氷川台では、今年2013年春から畑づくりを行っています。7月の中旬、ナスが実り収穫を行いました。

今年は現在ナス・トマト・ウリを育てています。



こちらがナスの花



こんなに立派なナスができました！



収穫の様子

天気のいい日にご利用者と収穫しました。
立派なナスで職員もご利用者も大満足です。



デイサービスセンターマザアス氷川台

TEL 042-477-7263
FAX 042-420-5833

マザアス日野便り

「ひだまり音楽祭」開催！

6月21日(金)、第8回目となった合同音楽祭を開催しました。小原音楽療法士の指導のもと、音楽療法の時間に合奏練習を重ねた成果を披露されました。当日は特養だけでなく、デイサービス・グループホーム・小規模多機能ホームのご利用者も加わり、ご家族や職員を合わせると総勢約150名が一堂に介し、会場は超満員となりました。



職員の三味線演奏「ヨサコイソーラン節」やテーマ曲「手のひらを太陽に」で盛り上がった後に、いよいよフロア対抗の歌合戦です。

今年は各賞を讃える賞状を用意し、日頃の成果を競って頂きました。

まずは、4階でデイサービスが登場、タンバリン演奏を交えた「お富さん」の発表です。リーダーの動きに注目し、息の合った演奏を最後まで聞かせてくださいました。

2階は「夏は来ぬ」のマンボバージョンで勝負です！少し緊張されたのか歌や楽器、手拍子は控えめでしたが皆様の表情は明るく、音楽自体を楽しむ様子が印象的でした。

トリは3階とグループホーム・小規模多機能ホーム合奏による「北国の春」です。太鼓・鈴・タンバリンの演奏も入り熱唱でした！

曲の合間には職員が体操を交え、会場全体が一気に盛り上がりました。

課題曲の合間には、昔懐かしい曲目を随所に交えた職員によるマザアスバンドの楽器演奏や、練習を重ねたミュージックベルの披露もありました。

最後は、衣川施設長より発表内容にちなんだ賞状が手渡され、閉会となりました。主催の小原先生より、「回を重ねるごとに皆さん上達しています」とのお言葉も頂きました。

ご利用者・ご家族・職員の1人1人が主役になれる、ひだまり音楽祭。世代や障害を越え、心がひとつになれる音楽の素晴らしさを実感するひとときでした。



マザアス新宿便り



マザアス新宿

敬老会

9月22日(日)

開催日と会場

平成 25年 9月 22日(日) マザアス新宿 1階 パブリックスペース

プログラム

「歌の会」 10:30 ~ 11:30

ご利用者になじみ深い日本の歌を、ボランティアの伴奏に合わせてみんなで歌いたと思います。

「花笠音頭とソーラン節」 14:00 ~ 14:30

みんなに元気を届けたい！お祝いの会の大トリは、職員有志によるパフォーマンスです。

見慣れた職員の別の一面もご紹介できるかもしれません。

ご家族の飛び入り参加も期待しお待ちしております。

マザアス新宿では、これまで各ユニットで敬老の日のお祝いを実施してきました。ご家族をお招きし、日ごろの感謝の気持ちをこめて一緒にご利用者の健康と長寿を願うアットホームなお祝いは、その年の思い出とあいまって印象深く心に残るものですが、開所4年目を迎えた今年は、初めて施設全体で敬老の日の集いを開催することになりました。

テーマは「つながり」。ふだんなかなか頻繁に行き来

できないユニット間、あるいはご利用者同士、ご利用者と職員、ご家族、そしてご家族同士のつながりを、この機会にさらに深めていきたいと思っております。

パフォーマンスの小道具などもご利用者と職員の手作りです。手作り感あふれる心をこめたお祝いの1日を、ご利用者、ご家族と一緒に、おおいに笑って楽しみたいと思います。(昼食は特別のお祝いメニューです!)

ご存じですか

ご利用者、ご家族のための「苦情解決のしくみ」のご案内です。

みなさんの声をうかがいます！

ご意見・要請をいつでもお受けいたします。

こんなことは止めてほしい

もっとこう変えてほしい

という意見を、遠慮なく伝えてください。

話したことで、
不利になることは
ありません



安心して
ご相談ください

3つの相談方法があります。

1

ご相談は職員が「苦情受付担当者」が伺い、「苦情解決責任者」が責任を持って解決に努めます。

2

職員には言いにくい相談、職員の説明に納得できない場合は「第三者委員（オンブズマン）」がお受けします。第三者委員の名前は各施設玄関前に掲示してあります。

3

1、2いずれの対応にも不満があったり、ほかのところに相談したいときのために「苦情対応機関」が設置されています。公平な立場の窓口で、相談の秘密も守られます。

東久留米市介護福祉課 ☎ 042-470-7750

東京都社会福祉協議会福祉サービス運営適正化委員会 ☎ 03-5283-7020

年に15回も！（マザアス東久留米）

久留米みのり保育園の4～6歳児との交流が行われています。
今日（7/18）は4歳児が20名訪ねてくださいました。



4・5歳児が同時に来ることもあります。子供の持っている不思議な癒しの力は何物にも代えられません。ただそこにいて心が和みます。玄関前ロビーに集まった時から「ぱっ」と全体が明るくなるのは子供にみなぎるパワーでしょうか。うかエネルギーでしょうか。

■特別養護老人ホーム マザアス東久留米

TEL: 042-477-7261 FAX: 042-477-7500
〒203-0004 東久留米市氷川台2-5-7

■デイサービスセンター マザアス氷川台

TEL: 042-477-7263 FAX: 042-420-5833
〒203-0004 東久留米市氷川台2-5-7

■ヘルパーステーション マザアス氷川台

TEL: 042-477-7260 FAX: 042-477-0977
〒203-0004 東久留米市氷川台2-6-6

■グループホーム ひかわだい

TEL: 042-477-2150 FAX: 042-477-2150
〒203-0004 東久留米市氷川台2-6-6

■居宅介護支援事業所 マザアス氷川台

TEL: 042-470-1740 FAX: 042-477-0977
〒203-0004 東久留米市氷川台2-6-6

■デイサービスセンター マザアス大門

TEL: 042-470-0065 FAX: 042-470-8024
〒203-0011 東久留米市大門町2-10-5

■東久留米市東部地域包括支援センター

TEL: 042-473-9996 FAX: 042-470-8024
〒203-0011 東久留米市大門町2-10-5

■グループホームたきやま

TEL: 042-477-1525 FAX: 042-477-1525
〒203-0032 東久留米市前沢5-25-14

■グループホームおがわ

TEL: 042-349-0160 FAX: 042-349-0161
〒187-0032 小平市小川町1-113-8

■特別養護老人ホーム マザアス日野

TEL: 042-582-1661 FAX: 042-582-1730
〒191-0024 日野市万願寺1-16-1

■デイサービスセンター マザアス多摩川苑

TEL: 042-582-1675 FAX: 042-582-1730
〒191-0024 日野市万願寺1-16-1

■ヘルパーステーション マザアス多摩川苑

TEL: 042-582-1673 FAX: 042-582-1730
〒191-0024 日野市万願寺1-16-1

■居宅介護支援事業所 多摩川苑

TEL: 042-582-1672 FAX: 042-582-1730
〒191-0024 日野市万願寺1-16-1

■日野市地域包括支援センター 多摩川苑

TEL: 042-582-1707 FAX: 042-582-1730
〒191-0024 日野市万願寺1-16-1

■グループホーム たまだいら

TEL: 042-589-3668 FAX: 042-589-3669
〒191-0062 日野市多摩平2-13-14

■小規模多機能ホーム みなみだいら

TEL: 042-594-5780 FAX: 042-594-5781
〒191-0041 日野市南平3-10-2

■小規模多機能ホーム さかえまち

TEL: 042-582-1801 FAX: 042-582-1802
〒191-0001 日野市栄町2-17-1

■居宅介護支援事業所 栄町

TEL: 042-582-0311 FAX: 042-582-1802
〒191-0001 日野市栄町2-17-1

■小規模特別養護老人ホーム マザアス新宿

TEL: 03-5285-2531 FAX: 03-5285-2535
〒160-0022 新宿区新宿7-3-31

■グループホーム つつじ

TEL: 03-5285-2532 FAX: 03-5285-2535
〒160-0022 新宿区新宿7-3-31

■小規模多機能ホーム さくら

TEL: 03-5285-2533 FAX: 03-5285-2535
〒160-0022 新宿区新宿7-3-31

七夕
グループホーム
だんユニット

7月8日(月)



今年の七夕はご家族と一緒に季節を感じながらの食事となりました。

そうめんや美味しく揚げたてんぷらに舌鼓。

ご家族同士の交流にもなりました。

飾りは、ご利用者の皆さんと、ボランティアさんの手作りです。(マザアス新宿)

外出行事

江戸東京博物館

7月3日(水)



江戸東京博物館に総勢24名でお出かけしてまいりました。

まずはその建物の巨大さにビックリ!する間もなくその建物の下でお昼ご飯。その後約1時間半をかけて内部を見て回りました。明治から昭和にかけての懐かしさ溢れる展示物がたくさんあり、皆さんその懐かしさに触れることで一瞬若返られたかのようなご様子でした。

(マザアス新宿小規模多機能ホーム さくら)

ボランティア募集

マザアス東久留米ではボランティアを募集しています。

ボランティアはしたいけど大変?

ボランティアは続くかしら?

ボランティアは・・・

ぜひご相談ください。

連絡先:042-477-7261
(ボランティアコーディネーターまで)

就職フォーラム 7月21日(日)

「福祉の仕事 就職フォーラム」に参加しました。このフォーラムは 102法人が参加する合同説明会です。



入り口に近い絶好のロケーションでした。訪れてくださった方々とお話できたことは大変うれしいことでした。例年、児童分野の法人の人気の高いのですが、今年は児童と併せて障害分野の法人も人気を集めていたように思います。法人ブースへ立ち寄っていただいた皆さんありがとうございました。7/27(土)にはマザアス新宿にて就職説明会を実施しました。詳しくは法人ホームページ「求人情報」のページをご覧ください。

編集後記 ひだまり No.67

真夏の夕べ、グループホームの夏祭りに出席させていただきました。お近くのご家族、お揃いの法被のご利用者と職員、祭りの飾りつけ、華やかな音楽、屋台のメニュー、西瓜と綿菓子を楽しみました。ご利用者の笑顔に接して思いました。「私は高齢者のホームで働いているのだ。ホームであることをときとして忘れてしまう。パソコンと電話と書類に追われてしまう。ご利用者様の笑顔が私たちの生きがいなのだ。ご家族のこの笑顔が糧になっているのだ。」と。あらためて、この笑顔に支えられて毎日働く喜びを感謝しています。(総務F)