

本年もさまざまなご協力を賜り、ありがとうございました。良いお年をお迎えください。

Find

気づきからきずなへ

フェイスブック



インスタ



随時更新

何かのヒントに
お役立ててください！

2022
Vol 72
12/15 発行

P.8 グループホーム
やぶ



P.10 小規模多機能
ようか



P.11 「コラム」八分音符
存在価値

P.5 デイサービス

P.4 居宅介護支援事業所

P.3 ショートステイ

P.2 特別養護老人ホーム



P.6 グループホーム
せきのみや



Find 気づきからきずなへ Vol. 72

2022年12月15日発行
2005年2月15日創刊
発行人 中野 穰
編集人 安木 洋二郎

発行 社会福祉法人関寿会
〒667-1104 兵庫県養父市尾崎 1327 番地 TEL.079-667-3107

社会福祉法人
関寿会
SEKIJYUKAI

<https://hachibusenosato.com>



 **はちぶせの星**
hachibuse village

 **はちぶせの星** 特別養護老人ホーム
 **はちぶせの星** ショートステイ
 **はちぶせの星** デイサービスセンター
 **はちぶせの星** 居宅介護支援事業所
 **はちぶせの星** 生活支援ハウス

〒667-1104
養父市尾崎 1327 番地
TEL .079-667-3107
FAX .079-667-3109

 **はちぶせの星**
グループホームせきのみや
〒667-1104
養父市尾崎 1319 番地
TEL .079-667-3110
FAX .079-663-5800

 **はちぶせの星**
グループホームやぶ
〒667-0102
養父市十二所 819 番地
TEL .079-664-2717
FAX .079-664-2718

 **はちぶせの星**
小規模多機能ようか
〒667-0031
養父市八鹿町九鹿 138 番地
TEL .079-662-6662
FAX .079-662-6663

 **はちぶせの星**
hachibuse village

特別養護老人ホーム

【入居状況】令和4年11月末現在
入居者数 男性：11名 女性：59名 待機者：128名

敬老会

敬老会で米寿から百寿まで、お歳を重ねられた皆様をお祝いしました。
記念品の贈呈です。おめでとうございます。



はちぶせの里運動会

スポーツの秋です。施設内で運動会を開催しました！
入居者様と職員が一丸となって競技し盛り上がりました。



文化祭

関宮文化祭に行ってきました。地域の方の作品や入居者様の作品が展示してあり鑑賞を楽しみました。



ドライブ

日高高校のボランティアの皆さんとハチ高原にドライブに行ってきました。天気も良く、空気も澄んでいて最高でした！



ハロウィン

ハロウィンに喫茶があり、職員、入居者様共に仮装をして雰囲気を楽しみ盛り上がりました。



焼き芋

食欲の秋ということで、焼き芋大会を開催しました。甘いさつま芋を包んでいただき、焼きたて熱々を召し上がっていただきました。



ショートステイ

利用定員10名

はちぶせの里運動会

スポーツの秋にぴったりの運動会。3種目の中、玉入れに参加。玉入れの籠にめがけていっぱい入れました。
チーム一丸となって掴み取ったチーム優勝。



入れ〜!!

優勝! やった〜!

文化祭



地域の文化祭に外出。地域の方の作品や自分たちが作った作品に夢中。

焼き芋

寒い時期に甘くて美味しいアツアツの焼き芋。皆さん笑顔が溢れています。



居宅介護支援事業所

お悩みやご相談などお気軽にお問合せください。
受付時間 8:30~17:30

今回は「モニタリング」について紹介します。

「モニタリング」とは一言でいうと「状況の把握・確認」です。
ケアマネジャーは原則として月1回ご自宅に伺い、ご利用者様やご家族様のお話を伺い、生活状況などを確認します。(※要支援の認定の場合は、3か月に1回)

モニタリングで押さえておきたい 5つのポイント

- ①ケアプラン通りにサービスが実施されていたか
- ②ニーズに対する充足度は?/必要なサービスに変化はない?
- ③利用者本人・家族の要望に変化は?
- ④目標を達成できている?
- ⑤信頼関係を築く

このような内容をポイントとしてモニタリングを行っています



定期的にモニタリングを行う中で、ご利用者様のおかれている状況が変化すると、必要なサービスも変わります。ご利用者様の健康状態が変化することも多くあります。このような変化に柔軟に対応する為にも、モニタリングは重要で不可欠と言えます。
ご利用者様、ご家族様の声を中心に、サービスを利用した満足度や、ご家族様からみたご利用者様の状況などを聞かせていただきます。

また、ご自宅で、ご利用者様やご家族様の生活状況を確認するのみでなく、サービス事業者へのモニタリングも行います。例えば、ホームヘルパーに同行訪問し確認する。電話などで、デイサービスの職員とサービス利用状況を確認するなどです。

ご利用者様の状況を客観的にみた情報を得る事や、ご利用者様、ご家族様が気付いていないような「最近元気がない」「もの忘れが気になる」など新たな課題が発生している事もあります。

ご利用者様、ご家族様の意向と、事業所からの報告をすり合わせて、ケアプランの修正、変更の必要性を判断します。基本的には、ご利用者様の意向を優先にさせていただきます。

ケアマネジャーはサービスを提供している人達にご利用者様やご家族様の状況の変化について連絡をもらえるよう依頼し、日頃から情報を共有する体制を作っています。また、ご利用者様やご家族様も新たな要望や変化、困りごとなどに気づいたら、いつでも相談していただける関係性を作るようにも心がけています。

このようにモニタリングとは、ケアマネジャーのみの仕事ではなく、ご利用者様も含めて関わる人すべての人が行うものです。モニタリングとアセスメントを繰り返し、ご利用者様やご家族様が望む暮らしを実現する為に、より良いケアプランに反映させていきます。

「日々の暮らしに不安がある」など、生活の中のちょっとした心配事やお困り事など、お気軽にご相談ください。



【TSUDOIBA元町家のご利用について】

個人やグループでお使いいただく事について制限は設けていません。
お気軽にお問合せください。 【利用料は無料です】

ほのぼののカフェ

コロナウイルス感染状況を確認しながら開催しています。
参加をご希望の方は事前にお問合せください。

- 日時 毎月第2火曜日 13:00~15:00 (8月のみ、第1火曜日)
- 場所 TSUDOIBA元町家
- 対象 認知症の方とご家族様、地域の方(ご本人の同伴OK、他市町の方も参加OK)



(お問合せ/ご利用申し込み)
TEL 079-667-3107
社会福祉法人関寿会
居宅介護支援事業所はちぶせの里
担当:前田、谷原まで

デイサービス

定員:30名 休業日:火曜
営業時間 8:30~17:30
時間延長サービス可能です。ご相談ください。

秋刀魚

七輪で焼くところから利用者様も参加です!



バーベキュー

食欲の秋!外で食べるのも飲むのも格別です!



生活支援ハウス

生活支援ハウス入居者:5名
(男性:3名 女性:2名)

梅ジュース

夏に漬けた梅ジュースが飲み頃になり、梅の実まで食べました!



花壇の花植え!

花植え



グループホームせきのみや

【入居状況】令和4年11月末現在
入居者数 男性：3名 女性：15名 待機者：18名

秋祭り

今年も各ユニットで手作りの神輿を作りました。施設内を練り歩き雰囲気を楽しみました。法被や太鼓を使って、雰囲気も出て気分上々です。



ドライブ

付近の山々も綺麗に色づき、八チ高原や近くの公園にイチョウや紅葉などを見にドライブへ行きました。今なお遠出は出来ませんが、季節の移り変わりを感じ気分転換もしています。



サツマイモ掘り・焼き芋

庭の畑にはサツマイモが出来、皆で賑やかに掘りました。思っていたよりしっかりと実っており、後日炭火で焼き芋にしました。甘さも格別で子供のころの思い出話をしながらいただきました。(夏には蔓も何度も食べました。)



畑

ボランティアさんが、冬野菜キャベツ、ブロッコリー、白菜、人参等植えてくださいました。

また、玉ねぎ苗も植えて来年に備えてくださっています。あれこれ考えて手入れをしてくださり、入居者様も喜んでおられます。(写真は大根の絵を描かれています)



寄せ植え



来年の春に向けて、チューリップ等の球根、花苗を植えました。雪の下になりますが、暖くなる日を楽しみに待ちたいです。

干支飾り、絵馬作り

毎年関宮文化祭に来年の干支の貼り絵を出品しています。今年もパネルを制作し見学に行きました。

施設内神社には来年用に絵馬も作って、元気で過ごせるように等お祈りします。



干し柿作り



渋柿を持ち寄り、入居者様に職員が教わりながら作りテラスへ干しました。これから冷たい風に当たり、お正月頃には食べられるか楽しみにしています。



季節も冬へと移り変わり、今年も残りわずかとなりました。これから年末にかけて季節行事も沢山あります。体を動かし、美味しい物を食べて寒さに負けないように元気に過ごしたいと思えます。

管理者 西谷 恵里

グループホームやぶ

【入居状況】令和4年11月末現在
入居者数 男性：1名 女性：17名 待機者：13名

運動会

運動会を開催しました。ボール運びや、お菓子食い競争などの競技に参加されました。
皆さん一生懸命競技に取り組まれました！



敬老会

入居者の皆様の長寿をお祝いしました！
これからも、お元気でお過ごしください。



秋の催し

気候の良い時期に外出したり、外で食事をしたり、皆さんで作った神輿を担いだり、畑にコスモスを植えたり、秋の食材に舌鼓を打ったり…様々な催しで秋を満喫されました！



季節も移り変わり、今年も残りわずかとなりました。まだまだ感染症の不安は残りますが、引き続き、基本的な感染症予防策に努めて参ります。年末には、大きな行事もあり、皆さんで楽しみたいと思います。

管理者 松田 靖則

小規模多機能ようか

【利用登録者数】24名（男性7名 女性17名）空き1名
【登録定員25名、通い13名以下、宿泊5名以下】

※無料体験も出来ますのでご希望があればいつでもご相談ください。

運動会



毎年恒例の小規模ようか運動会を開催しました。色々な競技に一喜一憂しながら熱戦が繰り広げられました。

職員も一緒になり身体を動かし気持ちのよい一日になりました。



ドライブ・紅葉外出

天気の良い日にはドライブに出かけています。外の空気を吸う喜びを感じておられました。



食事企画

秋に美味しい秋刀魚や枝豆を使った食事、さつまいもを使ったおやつを作りました。季節を感じる食材に皆さん舌鼓を打っていました。秋と言ったら食欲ですね。



季節の移り変わりを感じつつ冬の訪れを待っています。天候にも恵まれドライブや紅葉狩り、食事企画など色々な催し物を通し皆様と一緒に楽しく過ごしています。年末に向けて体調を崩さないよう元気に過ごしたいと思います。

管理者 上垣 友佳

【コラム】

八分音符♪

存在価値

「あなたにとって価値のあるものは？」と尋ねると、いろいろな答えが返ってきます。「家族」「友人」「趣味」「飼い犬のラヴ（ペット）」「自分ひとりの時間」「命」「誠実さ」「信頼」「スマホ」等々…。その中で高い確率で入ってくるのが「お金」です。では、「何でお金は必要？」と尋ねると、「家族を支えていくため」「生活するのに必要なものを買うため」といったささやかな答えが返ってきます。「豪邸に住みたい」とか「豪華客船で世界一周がしたい」といった答えは聞いたことがありません。結局は自分や家族が生きていくための「手段としてのお金」という答えがあるのです。お金の価値は「交換価値」「使用価値」だそうです。どこでもすぐに使うことができ、自分の欲しいものに交換できるのがお金です。「モノ」の価値はお金に換算して「時価〇千万」とかというように評価されることが多いです。

では、「家族」「友人」「趣味」「飼い犬のラヴ（ペット）」「自分ひとりの時間」「命」「誠実さ」「信頼」といったものの価値は？と尋ねられると答えに詰まります。お金では買うことができないこのようなものの価値は「存在価値」というそうです。「自分が自分でいる」ために必要なものに備わる価値です。

福祉の仕事は、とすれば「入浴」「食事」「排泄」の世話を24時間繰り返すだけの仕事というイメージがぬぐえないでいます。確かに命をつなぐためには重要なケアですが、それだけではありません。その人の「存在価値」の承認を、介護という手段に落とし込むのがエンドゴールなのです。家族とのつながり、友人を作る、昔取った杵柄を復活させる、セラピードッグを撫でてもらう、命を守る。このような「存在価値」を保証する取り組みをするのが福祉の仕事です。

但馬の高齢者人口は今後数十年ほとんど減ることはありませんが、若い世代は激減します。このままでは、退院後に行き場がなく、在宅で家族が介護するという昭和の時代に逆戻りしてしまう“可能性”ではなく、現実的にそこが見えてきました。この現実をしっかりと認識して共有しなければ但馬は消滅してしまいます。政治家も、行政も、医療も福祉も一体的に、今取り組まないと取り返しがつかない結果になるのは目に見えています。大切な子どもや孫への責任として考えていかなくてはなりません。



コラム名の「八分音符」は、楽しいことがあったときに、よく漫画とかで頭の上に浮いている“♪”からつけました。思わず“♪”となるようなコラムにしていきたいと思えます…

管理栄養士から

「冬型栄養失調？」

皆さんは「冬型栄養失調」という言葉を耳にしたことがありますか？ どうにもならない乾燥肌、口内炎、冬太り、冬バテなどは、もしかすると冬型栄養失調が原因かもしれません。

冬型栄養失調とは、冬に身体を温めようと、たくさん栄養を必要としたために起こる栄養失調のことです。

起こりやすい症状

- まぶたがピクピクと動いたり痙攣する
- 口内炎ができる
- 傷が治りにくい
- 髪がいつもより抜ける
- 肌が乾燥する
- 疲れやすい

冬に不足しがちな栄養素

● ビタミンB群

豚肉・豚レバー・牛レバー・うなぎ・マグロ・サバ・アサリなどを積極的に摂りましょう。銅料理にするとたくさん食べられるのでおすすめです。

● ビタミンC

果物や野菜類に多く含まれているため、みかん・キウイフルーツ・イチゴなど冬が旬の果物を朝食や昼食に摂り入れてみましょう。

● 鉄分

豚や鶏のレバー・はまぐり・卵黄などがおすすめです。また、ココアや抹茶も◎。ココアはストレスや疲労解消にも向いているので、忙しい時にはココアで一息入れてみましょう。



カサカサで、かゆくなるような乾燥・寝ても取れない疲れ・身体の冷えや肩こり…。こういった症状があるのであれば、冬型栄養失調の可能性大です。ご紹介した食材を取り入れて、上手に対策してみてください。



編集後記

また新たな年になりますね。この一年間はいかがでしたでしょうか。一部の企業は業績回復のようですが、身近な生活は物価高騰により、息苦しさ依然在り増している感じがですね。故稲盛和夫さんは、夫婦で食事を分け合って食するときに幸せを感じるときと話されていたようです。皆さんにとっての幸せを感じる時はいつでしょうか。

来年もどうぞよろしくお祈りします。良いお年をお迎えください。

安木 洋二郎