

水分補給の基本はしっかり食事を摂ることです。しっかり食べて残暑を乗り切りましょう！

Find

気づきからきずなへ

11月1日から、はちぶせの里はおかげさままで創立20周年に入ります。さらに皆様のご期待にそえるよう全職員一丸となって尽力いたします。

2023
Vol 75
9/15 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 「始めること」「辞めること」 「続けること」	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. 75

2023年9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>



 **はちぶせの里**
hachibuse village

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

 〒667-1104
養父市尾崎 1319 番地
TEL .079-667-3110
FAX .079-663-5800

 〒667-0102
養父市十二所 819 番地
TEL .079-664-2717
FAX .079-664-2718

 〒667-0031
養父市八鹿町九鹿 138 番地
TEL .079-662-6662
FAX .079-662-6663

 **はちぶせの里**
hachibuse village

特別養護老人ホーム

【入居状況】令和5年8月末現在
入居者数 男性：13名 女性：57名 待機者：128名

ゲーム大会

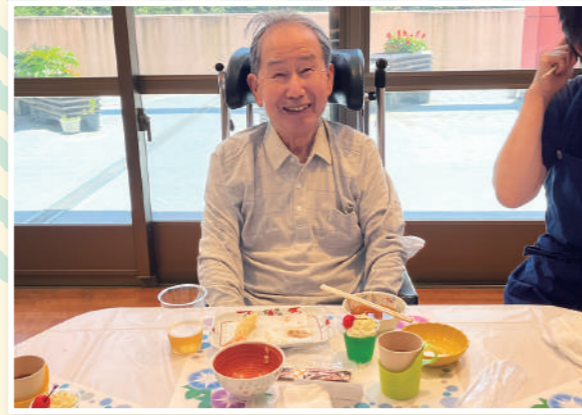
カップinボール。狙いをさだめて高得点を狙っています。



射的。思いのほか飛んでビックリ!!

食事会

天ぷらを目の前で揚げました。美味しい天ぷらが完成しました。



いっぱい食べてお腹いっぱいです。ごちそうさまでした。



お昼から呑むビールは最高です!!
ノンアルコールでも雰囲気はバッチリ!

誕生日おめでとう!!



若い職員さんたちに囲まれてパシャリ!笑顔はいつまで経っても衰えません。

Happy Birthday



生け花



小原流の先生の皆さんによる生け花ボランティアも再開しました。迫力のある作品ですね!



ショートステイ

利用定員10名

喫茶



好きな飲み物がいっぱいあり迷います。

梅シロップ作り



散策



トウモロコシの成長を観察しに空中庭園まで散歩。元気に成長していますね。



美味しい梅シロップになりそうですよ♪

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

高齢者虐待について

自分の人生は自分で決める、周囲からその意思を尊重される事は、介護の必要の有無にかかわらず誰もが持つ当然の権利です。高齢者虐待は高齢者の健全な生活を脅かす行為であり、高齢者に対する重大な権利侵害です。

種類	内容
1.身体的虐待	高齢者の身体に外傷が生じ、または生じる恐れのある暴行を加えること。緊急、やむを得ない場合以外は身体を拘束する行為
2.介護・世話の放棄、放任	高齢者を衰弱させるような著しい減食または長時間の放置、そのほかの高齢者を擁護すべき職務上の義務を著しく怠ること
3.心理的虐待	高齢者に対する侮辱的な暴言または態度、無視、いやがらせなどで精神的な苦痛を与える行為
4.性的虐待	合意の形成がなされていない、あらゆる形態の性的な行為
5.経済的虐待	高齢者の財産を不当に処分すること、そのほか当該高齢者から不当に財産上の利益を得ること



高齢者虐待はなぜ起こるのか？

介護形態が多様化しています。核家族化が進み、介護者の負担が増えています。「老老介護」「認認介護」「単身介護」「遠距離介護」「ダブルケア（介護と子育てのダブル）」等。介護者が抱える負担や問題も様々です。介護者自身が病気を抱えている、介護者が男性の場合、家事に不慣れ、地域との関係が薄い、孤立し追い込まれる場合が多い、介護離職や転職により経済的な困難を抱えている等により、虐待に発展する要因と言われています。

「虐待かな？」と思ったら・・・

少しでも「何だかおかしいな」「もしかしたら虐待かな」と思ったら、一人で抱え込まずに相談窓口（お住いの市役所、地域包括支援センター）にご相談下さい。高齢者虐待防止法では、虐待を受けたと思われる高齢者を発見した人に対して、通報義務・通報努力義務を定めています。通報、連絡、相談を受けた側は秘密義務があります。誰から連絡があったかわからないように対応します。相談・通報者の個人情報保護されますので心配せずに安心してご連絡ください。



高齢者虐待は決して他人事ではありません。特定の人や家族に限って起こる問題ではなく、どこの家庭でも起こりうる身近な問題です。介護を1人で抱え込んでいませんか？誰かに相談できていますか？介護者に心身のケアが必要な場合があります。介護の事等で悩んでおられる方、また周りにそういう方がおられましたら、ご相談ください。

【TSUDOIBA元町家利用内容と利用実績について】 【利用料無料】

利用実績：259名（2023年4月～7月）

内容：認知症カフェ（ほのぼのカフェ）、サークル活動、地域の集い、会議、研修、食事会等
地域の皆さんに活用していただきました。

地域の皆さんの身近なつどいの場として、活用いただけることをうれしく思います。お気軽にお問合せください。

ほのぼのカフェ



新型コロナウイルスの感染予防に努めながら開催しています。
参加ご希望の方はお気軽にお問合せください。

- 日程 令和5年 9/12、10/10、11/14、12/12 令和6年 1/9、2/13、3/12
- 日時 毎月第2火曜日、13時～15時
- 場所 TSUDOIBA元町家
- 対象 認知症の方とご家族様、地域の方（本人の同伴OK、他市町の方も参加できます）



（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

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。

恒例のバーベキュー！



デイサービス玄関前に会場設定し、和牛や鮭のホイル焼きをお腹いっぱい食べて楽しみました！



洋食バイキング

エビフライ、ハンバーグ、スパゲッティ、ポテトサラダ、



チキンライス、サンドウィッチと盛りだくさん！

父の日



お父さんに感謝です！プレゼントはハンカチとメッセージ入りカードです。

生活支援ハウス

生活支援ハウス入居者：5名
（男性：2名 女性：3名）

4年ぶりの日帰り旅行！



お誕生日会



入居者の方がお赤飯とお豆さんを炊いてお祝いしてくれました！



ずっと楽しみにしていた待ちに待った日帰り旅行！豊岡のおせんべい屋でお買い物とぜんざいを食べ、コウノトリの郷公園へ。昼食は回転寿司と満喫した日帰り旅行でした！

グループホームせきのみや

【入居状況】令和5年8月末現在
入居者数 男性：2名 女性：16名 待機者：13名

納涼祭



今年も開催。夏ならではの雰囲気と懐かしい縁日風のレクリエーションで楽しみました。



素麺流し

何処へ居ても暑すぎたこの夏。何度もおかわりして、ひと時の涼を楽しみ、お腹を満たしました。「箸が止まらない」「大好き」という方もいらっしゃいました。



盆踊り・花火

これも夏の行事。浴衣を着て「昔踊った」と言われる音頭で踊りました。音頭が流れると自然に身体が動きます。



花火はいくつになっても見て綺麗、して楽しいですね。



畑



晩秋、春に植えていただいた、玉ネギ・ジャガイモを皆さんで収穫しました。夏野菜も収穫期を迎えて、トマト、キュウリ、ピーマン、ナスを日々の食事に皆さんと収穫して食べています。今年は鳥に狙われたのか、キュウリが被害にあい、ボランティアさんが早速ネットを設置してくださいました。いつもありがとうございます。



生花ボランティア訪問



コロナ禍で長らくできなかった活動も再開となりました。入居者の方々はほとんどが新しい顔ぶれとなりましたが、入居者様・職員とも活気ある活動ができ大変嬉しく、個性や経験を活かして生けておられました。

日高高校生介護実習



2名の生徒の方が実習訪問、日常の活動を一緒に体験しレクリエーションの実践をされました。将来の活躍が楽しみです。

関宮学園福祉教育訪問

福祉学習として施設の見学や体験に来られ、お礼にレクリエーションを披露してくださいました。



今年の夏は特に暑かったですね。外出も中々できず、屋内で納涼祭、流しそうめん、盆踊りなど夏の恒例行事を楽しみました。暑さ寒さも彼岸までと言います。これからは心地よい季節。食欲の秋、実りの秋、スポーツの秋、色んな秋を楽しみたいと思います。 管理者 西谷 恵里

グループホームやぶ

【入居状況】令和5年8月末現在
入居者数 男性：1名 女性：17名 待機者：12名

縁日祭り

縁日祭りを開催しました!昼食は屋台メニューを7種類用意し、バイキング形式で、好きなものを召し上がっていただきました。午後からはゲームやくじ引きをしたり、綿菓子を食べたり…。みんな一緒に楽しいひと時を過ごしました。



たくさんの屋台メニューから選びました!

何が当たるかな?



上手にすくえるかな…?

花火大会

花火大会を開催しました!手持ち花火と打ち上げ花火を用意しました。「きれいやなあ」「すごい!」と歓声が聞かれ、打ち上げ花火が上がると拍手をされ大盛り上がりでした!



きれいやなあ~★

野菜の収穫

畑に植えた野菜たちを収穫しました!ジャガイモ、キュウリ、ミニトマト、ピーマン、ナス、オクラが収穫できました。収穫した野菜は皆さんで美味しく頂きました!



大きなジャガイモ!

特大キュウリが採れました!

毎日たくさん採れました!

可愛くできました!



かかし作りにも挑戦しました!古着や使い古したタオルを再利用しました。

スイカ割り

スイカめがけてえいや~!!

テラスに出て、スイカ割りをしました。甘くて美味しいスイカでした!



今年の夏は例年に比べ大変暑い毎日でしたが、スイカ割りや縁日祭り・花火大会など夏の行事を楽しんで頂きました。これからは日に日に過ごしやすい季節になります。秋は食欲の秋です。焼き芋や秋刀魚・柿・ぶどうなど、旬の美味しい食べ物をたくさん食べて、毎日元気に明るく過ごして頂きたいと思ひます。

管理者 松田 靖則

小規模多機能ようか

【利用登録者数】22名(男性5名 女性17名) 空き3名
【登録定員25名、通い13名以下、宿泊5名以下】

※無料体験もありますのでご希望があればいつでもご相談ください。

野菜の苗植え



涼しい日にキュウリ、ナスの苗植えを行いました。慣れた手付きで苗を植えられ「大きく育てよー」と声を掛けられながら苗植え後、水やりをされました。

和食バイキング

おふくろの味といえば和食! ということで和食バイキングを開催しました。

「あれこれ欲しくて取りすぎました」「皆と食べると美味しいわ」「あれも取って」と会話が弾んでいました。



うちわ作り、吊るし飾り



手に絵の具を塗り「えいやっ」と手形を付けてから反対面に金魚の装飾を施しました。押された手形を見られ「こんな手が大きかったんか」「こんなことしたの初めてやで」等と笑い声がよく聞かれました。



かき氷作り



昔ながらの手回し式のかき氷機で氷を削りかき氷作りを行いました。かき氷作りを楽しみにしていた利用者様もおられ順番待ちの間、夏祭りの話など昔話に花が咲いていました。

暑さも和らぎ始め過ごしやすい季節になりました。流しそうめんやかき氷づくりを楽しんで、暑い夏を乗り切りました。これからは外出企画や散歩など外へ出かける企画を通して皆様と一緒に楽しく過ごしていきたいと思ひます。

管理者 上垣 友佳

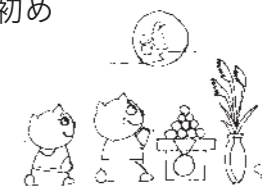
【コラム】八分音符♪「始めること」「辞めること」「続けること」

新型コロナウイルスが、5月に感染症レベル第5類に移行されました。コロナ禍の3年間で、培ってきた多くのものを失いました。ご家族との関係性、地域やボランティアとの交流、さまざまな継続的な取り組み等々。心機一転これらの失ったもののリスタートをしています。一番の課題はこの3年間で、多くのご利用者を看取らせていただいたことです。当然のことですが、ご家族も入れ替わりました。コロナ禍までは、自由な面会や、家族交流会、夏祭り等を通して、常にご家族との顔の見える関係性づくりをしていきましたが、それができなくなりました。ご家族からは、どんなスタッフがいるのかわからないから不安との声も。逆にスタッフも、ご家族が見えないのでケアをするのに不安が付きまといまふ。このような不調和を修復するためのリスタートです。

とは言っても、コロナウイルスがこの世から消えたわけではありません。感染リスクと天秤にかけながらの再生です。ご家族から「早く自由に会えるようにしてほしい」との要望が寄せられます。お気持ちは痛いほどわかります。しかし命を守るのも福祉の仕事。どうバランスをとるかが問題です。

3年前、培ってきたものを辞めるのは簡単なことでした。逆に再び始めるにはエネルギーが必要です。どこかで重い腰を上げて歩き出さなければなりません。しかし、実はもっとエネルギーの必要なことをすでに経験しています。それは、始めたことを約20年近く「続けてきたこと」です。この経験値がある限り、再び立ち上がることも、初めて取り組む時よりは難しくはないはず。

一番簡単なのは「辞めること」次に難しいのは「始めること」一番難しいのは「続けること」。始めたことに結果を出せるか否かは、目的に対する動機づけの強さと習慣化ださうです。習慣のリスタートを目指していきます。



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ひます…

管理栄養士から

「災害時のための備え」

近年台風による洪水や地震などの自然災害が増えてきています。自然災害が起こる前に、自分の身を守る様々な準備をしておくことは大切です。「備えあれば患いなし」今日から必要な備えをはじめましょう。今回は災害時の食料の備えについてご紹介します。

○水

水は、生命の維持にかかせないものであり、1人当たり1日3リットルの備蓄が必要と言われています。

○アルファ化米

アルファ化米は水かお湯を注ぐだけで柔らかいご飯になります。ご飯等の炭水化物はエネルギー源となり、発災から3日目までは水とエネルギーの確保が大切です。

○缶詰

ツナや煮魚、焼鳥などおかずになるものから、果物やデザートになるものなど種類が豊富です。缶詰は調理する必要がなく、開けてすぐに食べられる食品として役立ちます。

○その他

パンやレトルト食品も非常食としておすすめです。缶詰のパンは3～5年保存が可能です。レトルト食品は温める必要がありますが、賞味期限も長く常温での保管ができます。また普段食べているお菓子なども用意しておく、避難生活でのストレスや不安の軽減に繋がります。

大人1人分の必要なもの(3日分)

- ・水: 6～9リットル
- ・缶詰: 5～6個
- ・レトルト食品: 2～3個
- ・パン、カップ麺: 1～2個
- ・アルファ化米: 7食分

ローリングストック法を実践しよう



編集後記

初秋になりました。日に日に過ごしやすくなってきますね。毎年驚くような事件、事故が発生しています。解決しない戦争や紛争など心が痛みます。若者の皆さんが希望をもって明るく元気に生活できるように、少しでも尽力したいですね。

安木 洋二郎