

なるの里 だより

2024年 2月

第46号



〈特養ご利用者の作品〉



社会福祉法人 なる共生会

特別養護老人ホームなるの里
なるの里短期入所生活介護事業所
デイ・サービスセンター太陽
奈留高齢者生活福祉センターやすらぎ荘

〒853-2204 長崎県五島市奈留町船廻879番地1
TEL 0959(64)4848 / FAX 0959(64)4846
TEL 0959(64)2552 (やすらぎ荘)
E-mail : tokunaru@aquarius.interq.or.jp



LINE
QRコード

新年ご挨拶

理事長 生田 照 美

明けまして、おめでとーございます。

奈留島の元旦は穏やかに迎えることが出来、2024年の始まりを、ご利用者の皆様とお祝いすることが出来ました。

しかし、午後からの緊急速報を見てビックリ!!

『能登半島地震!!震度7・6!!』

『お正月どころではないだろう!!』

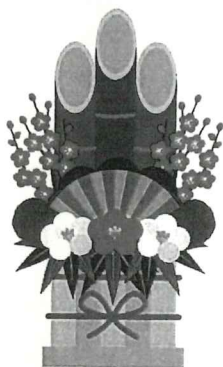
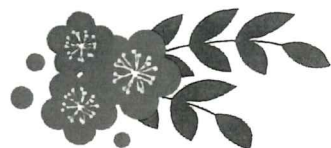
何と言っているやら、連れて来れるものなら、ご利用者を少しでもこちらで介護したい気持ちでいっぱいです。厳寒の中、避難生活も大変だろう。

亡くなられた方や、行方不明の方々の数も増え続け先が見えない毎日。被災された皆様方におかれましては『心より、お見舞いを申し上げます!!』

さて…近年の厳しい経営状況の中、今年の4月には、介護報酬の改定があります。

1・50%の引き上げが正式決定しておりますが、物価高騰や新加算、及び各種義務化の対応の中で、はたして、どうなんだろう…!?と懐疑心があるのも本音であります。

2024年が我々、全人類にとりまして、光差す良い年になりますように、心から祈ります。

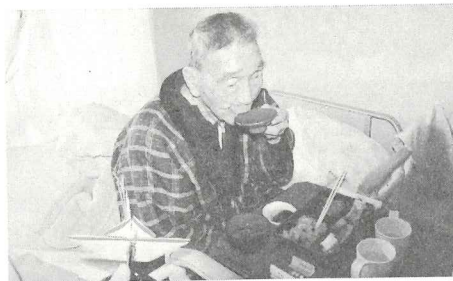
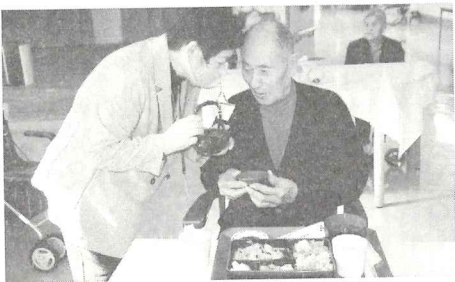


新年祝賀会

R6.元旦

今年も平穏無事な
一年でありますように
願いを込めて
お屠蘇を頂きました





コスモスの中で



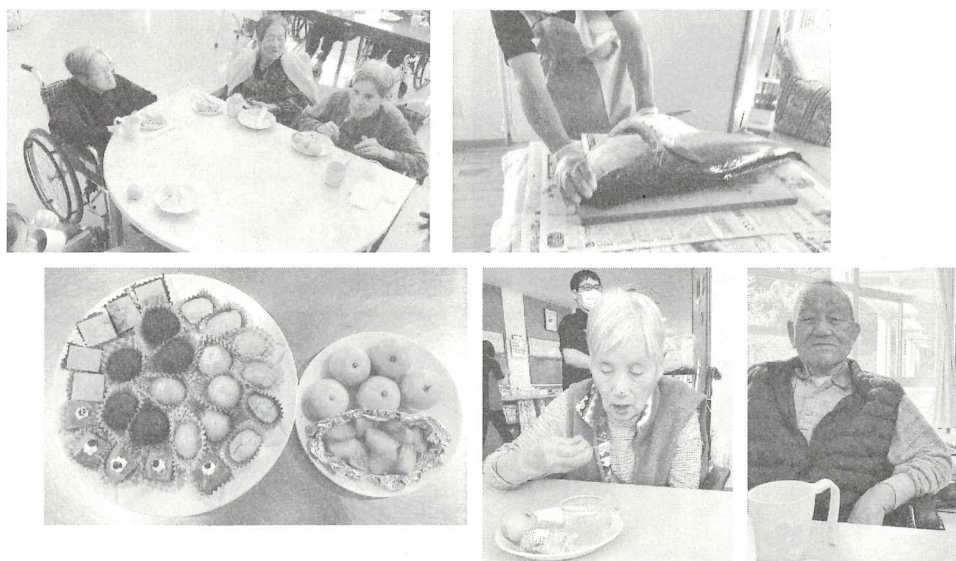
皆さん
お花のような笑顔で
とっても素敵



スイーツバイキング

R5.11.17

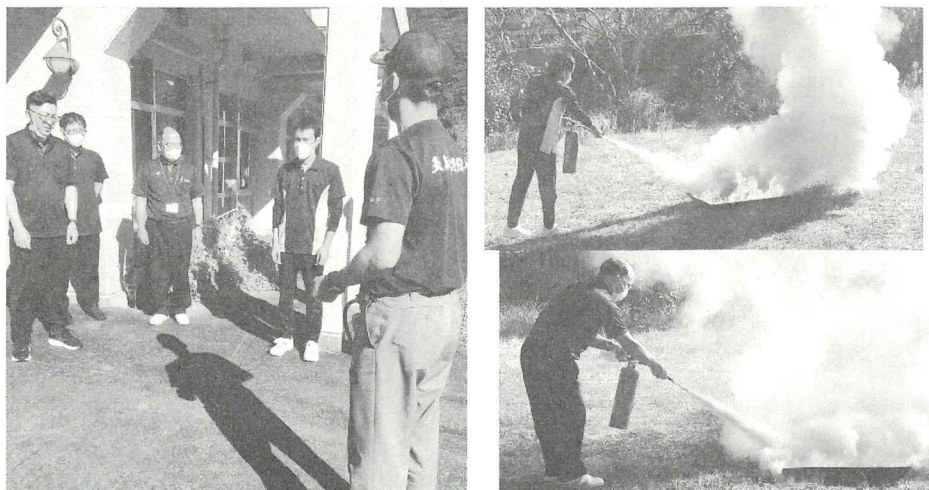
おはぎやケーキ、果物、ゼリーと
色々なスイーツをお好きなように取り
嬉しそうに召し上がっておられました
職員が釣ってきた大きな魚もあり
喜ばれていました



消防訓練

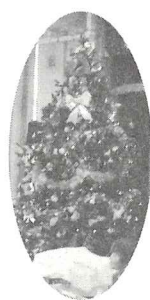
R5.11.22

消防隊員の話
を熱心に聞き真剣に
取り組みました。

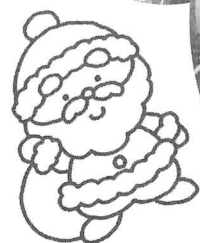


クリスマス会

R5.12.24



皆さんそろって元気に乾杯！
一年間のスライドショーを見たり、歌を
うたったりと楽しませていただきました。
プレゼントいただき「うれしかねー♪」と
喜ばれていました。
来年も元気に乾杯しましょうね😊



思い出ありがとう

★寄村 スミ子様（令和五年十月三日永眠 享年九十一歳）

いつもニコニコ笑顔で接してくれた寄村さん。職員に「ご苦
労様です」をよく声をかけてくださり癒されていました。
なんでも「自分でなくては」という思いが強くなれば
屋さんでした。

★柿森 富子様（令和五年十月二十一日永眠 享年八十八歳）

白ごはんが魚が大好きでよくおかわりされていましたね。
看護師、介護職員の名前を覚えておられるのには関心さ
せられました。最期は子供さん、お孫さん全員に見守ら
れ、幸せでしたね。

★小島 ミチエ様（令和五年十一月五日永眠 享年八十九歳）

人とお話をするのが好きでいつも笑顔でしたね。
職員に対して「あんた達も大変ねー」とよく労いの言葉
をかけてくださいました。

★田中 ツマ様（令和五年十一月十二日永眠 享年九十三歳）

元気な頃の思い出が頭に浮かんできます。
とても手が器用な方でした。職員皆さんからも「田中さん」
と親しまれる方でした。
たくさん思い出をありがとうございました。

ご冥福をお祈りいたします。

研修会に参加して

施設での「看取り」研修会に参加して

介護職 浜村 絵里 香

看取り介護とは、身体的および精神的苦痛を緩和軽減することなく人生の最期まで尊厳ある生活を支援することです。看取りを行うにあたりケアするのは利用者様だけでなく、食事、排泄等や不安を感じているご家族への心のケアを行う中で、強い悲しみや日常生活の支援だけでなく、利用者様ご家族の心に寄り添い、意思疎通をはかり希望に沿った支援ができる様、多職種で連携を図り行っていくこと。また研修の中で講師の先生が、看取りは利用者様とご家族が主体であり職員は安らかな最期の時間を支援すること、ご家族で最期にすごせる時間であり、職員は立場をわきまえた対応をすることも必要だと話されていました。

死というものは誰にでも訪れます。穏やかにその時を迎える手助けができる様、変化を見逃さない知識を身につけ、利用者様やご家族と普段からコミュニケーションを図り、共感できる様、努めていきたいと思えます。そして利用者様、ご家族、職員皆が納得できる様、協力し看取り介護を行っていききたいと思えます。

拘縮・褥瘡を予防、改善する姿勢ケア研修に参加して

介護職 北川 中

講師の方は、大淵哲也氏で理学療法士を主にやって来た先生でした。

まず、拘縮改善といえばアイ・ロイガ担当、褥瘡改善といえばナース・医師と言うイメージがあると思えます。医療職がそのような機能・役割を持っていることも間違いではありませんが、実際「三百六十五日二十四時間を通して生活支援にあたる介護スタッフ」が拘縮・褥瘡の発生・悪化予防を発揮していかない場では、拘縮・褥瘡に対する治療効果は半減するし、いくらでも再発する」との事でした。

講義は、二日間に分けて「不良姿勢による重度化のメカニズム」「正しい臥位ポジショニング」「正しい車椅子座位ポジショニング」を学びました。現在コロナによってオンラインでの講習でしたが映像だけでは、こまかい事がわかりずらく実際に講師の方がするのを見てみたいと感じました。

この講習を学んだ事を他の職員に伝え、利用者が元気に過ごせる様にしていこうと思えます。

感染予防・対応力強化研修会に参加して

介護職 岩村 美鈴

私は、十月十一日にオンラインによる研修会に参加させて頂きました。

新型コロナウイルス感染症も、令和五年五月八日より感染症上の位置づけが、2類から5類へと変更になりました。これに伴い介護現場も「With コロナ」で行う介護にフェーズが移りました。しかし、高齢者施設等における感染対策等について校正労働省より「感染症法上の位置づけ変更後も、高齢者施設等における感染対策の徹底を当面継続すること」としています。

日頃からの感染対策として、①マスクの着用、②換気、③面会とされており、可能な限り面会の確保に努めると共に、面会時の感染対策の実施を働きかけるとしています。例えば、体調が悪い時には面会を控えて頂く、マスクの着用をして頂く、面会時の飲食は遠慮して頂く等です。

介護現場・福祉現場では感染症が拡がりやすい場で、その要因として①集団生活で一定の時間を一緒に過ごす場である②トイレ等共有(共同使用)する場所やモノがある③外部から感染症が持ち込まれる可能性がある④感染者が出た場合、個室対応や距離を保って対応が難しいことが挙げられます。

代表的な感染症の種類として、インフルエンザやノロウイルス感染症、現在では新型コロナウイルスが挙げられます。

高齢者施設は、感染症に対する抵抗力の弱い高齢者が集団で生活しているため、感染症が拡がりやすい状況にあることを認識しておく必要があります。感染症をなくすることは出来ませんが、感染の被害を最小限にすることが大事になります。

標準予防策として、常にマスクの着用、一つのケアごとに手洗い又はアルコール消毒液による手指消毒、必要に応じて使い捨て手袋や使い捨てエプロンやガウンを使用し、感染対策を行っています。

介護サービスは、大規模災害が発生しても感染症の流行があっても中断できません。自分自身の体調管理に努めつつ、皆様が安心して生活できるよう感染対策の徹底に努めたいと思えます。

「高齢者ケアにおけるイライラ感情との向きあい方」に参加して

介護職 松村 みや

高齢者ケアに携わる看護・介護職は、常に感情を酷使する労働を行っています。講師にアンガーマネジメント・ファシリテーター資格を所持する梅沢佳祐氏をむかえ、対人援助職である「介護職」は感情労働といわれるストレスをためやすい職業です。仕事を通じて抱えるストレス・職業性ストレスなどのように向き合うべきかや、個人として、また組織としての取り組み方について学びました。

アンガーマネジメントとは、人間関係や仕事にも影響をあたえかねない怒りの感情と上手に付き合っていくための心理教育または心理トレーニングです。

人は、自分がこれまで大事にしてきた価値観や理想を裏切られた時に、怒ります。「○○すべき」という強いこだわりと、マイナスの感情、状態の二つが揃うことで怒りは発生します。反対に言えば、どちらかを減らすだけでも怒りを小さくすることが出来ます。怒りをアンガーマネジメントでは「怒らない」状態を目指しません。怒りを区別し、自分が主体的に感情を選択できるように、一種のスキルとしてアンガーマネジメントを身に付けるのです。

一番取り入れやすいのが「呼吸瞑想」です。リラックスし椅子や床に座る。背筋を伸ばして手をゆつくり置く。ゆつくりと呼吸に意識を向ける。鼻呼吸で鼻腔を通る空気の感触や腹部が膨らんだり引つこんだりする事を感じ取る。頭の中に浮かんできた思いやイメージを受け止める。ゆつくり呼吸に意識を戻していく。これを五分から十分程行う。毎晩、寝る前電気を消して行い、最後に深呼吸をして寝ると良いそうです。

アンガーマネジメントをする事で、お互いの人権を尊重し、あらゆるハラスメント、差別のない社会の為に人と人を繋ぐ共通言語として役立てていき、職員個々人のレベルに見合った目標を掲げ、モチベーションを高めて日々の業務に活かしていこうと思えます。

利用者中心の支援を考える虐待防止研修会に参加して

介護職 大小田 美香

施設等による高齢者虐待は、新聞やテレビ等で見聞きする機会が多くなっています。

平成17年に高齢者虐待防止法が制定されました。この法律は、高齢者に対する虐待を防ぎ、保護するための措置や支援について定めた法律ですが、年々虐待の件数は増え続けているのが現状です。虐待行為は、身体的虐待、介護世話の放棄・放任(ネグレクト)、心理的虐待、性的虐待、経済的虐待があり、高齢者施設で一番多い虐待は、身体的虐待です。

利用者との会話の中で「ちょっと待って」という言葉や声かけは、スピーチロック(言葉の拘束)と呼ばれ、時間を止める行為であり、身体的、または精神的な行動を抑制します。また、事故事件が起きるきっかけに繋がります。

スピーチロックを防ぐために「その後で伺います」や「1分後に伺います」など具体的な時間を伝える事が大切です。

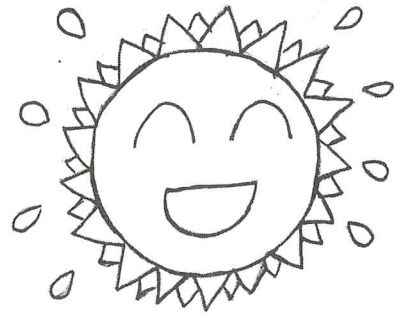
不適切なケアの原因の一つに職員のストレスがあります。人手不足や業務の多忙さなどで身体的な負担や精神的な不調によりストレスを感じ、イライラする、怒りっぽくなる、集中力・注意力の低下に繋がります。

小さいストレスが蓄積され、虐待へと変わっていきます。イライラしている時は溜め込まず、他の職員に「イライラしています」と感情を素直に吐き出すことが大事ですと話されていました。不適切ケアの存在が放置されることで蓄積され、エスカレートしていきます。不適切ケアの段階で発見し虐待の芽を摘み、改善して対策をとることが大切です。

先生が最後に虐待、不適切支援は現場では簡単に解決できないが、おかしいことはおかしいと言いつつ続けなければいけない。私達がマビしてしまつてはいけないうい、諦めてしまつてはいけないうい。いつも考え続けること、わからないから考え続ける不適切ケア、虐待防止は皆さんで考えることが大切です。と話されていました。

この研修会に参加させて頂いて、自分の身内や自分が虐待される立場だったらどう思うか、自分に置き換えて利用者の気持ちに寄り添い、利用者が安心して生活してもらえようようにこの気持ちを忘れず、日々業務に努めていきたいと思えます。

ディサービス 太陽



2024



あけまして
おめでとうございます

今年も楽しく
頑張りましょう



新年のご挨拶

通所介護管理者 葛 島 輝 明

新年を迎え謹んでお慶びを申し上げます。

新型コロナウイルスも第五類へと移行されましたが、高齢者福祉施設におきましてはまだまだ油断できない状況にあります。

今年は、介護報酬改定の時期を迎え審議会では様々な議論が交わされておりご利用者様におかれましては改定に伴いご理解とご協力を頂く事となると思います。

さて、奈留町内の高齢化率も更に高まり団塊の世代の方々が70～80歳代へ突入しようとしており更なるサービスの多様化が求められる中で少しでも利用者様の期待にこたえられるよう時代に合った質の高いサービスが提供できるよう職員全員で取り組み努力してまいりたいと思っております。

令和6年も皆様にとって良い1年となりますようお祈りいたします。

今日の
メニュー

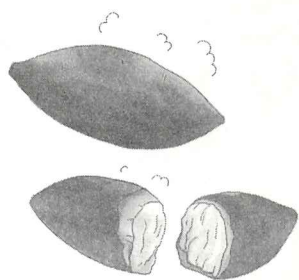
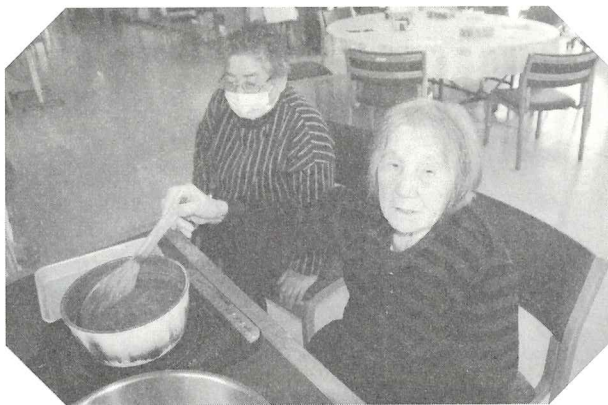
ぎょうせん作り



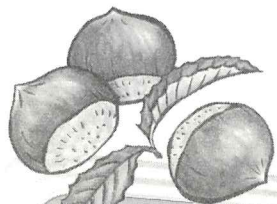
おじいちゃんも



芋を茹でた汁でぎょうせんが出来る？ 昔の人の知恵ってすごい!!



ぎょうせん作りは…
何時間も混ぜ、あくを取りの
くり返しで大変でしたね

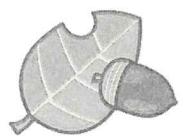


イ豊敷

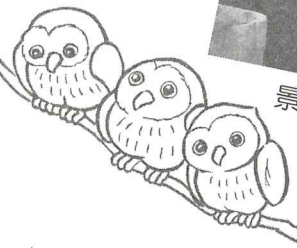
ドライブ



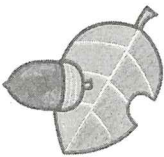
運転手さ～ん どこに行きますか～??



景色のよかね!!
私とどっちがキレイ(笑)



久しぶりのドライブで楽しかね



どこでんよかけん連れて
行ってくれれ! ヤッホーイ





❄️クリスマス・忘年会❄️

MERRY CHRISTMAS



♡ポーズ決まっています♡



私は誰でしょう…ウフフ♡



「ご馳走いっぱい
腹んふとかよ～」



♡カラオケ大好き♡



“美声を響かせました”

大変だ～ 気を付けて～
横から誰か覗いてる??



ハーモニカ
見事でした

え～?? イケメンサンタ登場



サンタさんのプレゼン! 中身は??



今年も楽しく過ごせたね～
来年もヨロシク



賞品ゲット(笑)



ご近所さんで
ハイ・チーズ



エプロン姿ステキ

☆新年の目標☆

利用者ができる限り自宅での生活ができる様、サービスを提供し、支援していきたいと思っています。

北川 慎也

健康に留意し、利用者さんと共に、一日一日を楽しく大切に過ごして行きたいと思っています。

原塚 清美

利用者さんに喜んでいただけるようなサービスを提供できるよう日々努めていきたいと思っています。

矢口 とも子

利用者様に楽しんでいただき、笑顔にできる様、頑張ります。

田中 剛

「ここに来るのが楽しみ！」と思えるようなデイサービスに出来るよう努めたいと思います。又、笑顔で元気に仕事を出来るよう自分自身の体調管理に気を付けたいと思います。

夏井 志織

利用者が元気にデイに来れるよう支援し、自分自身健康管理に気をつけて、仕事に努めたいと思います。

北川 稚砂子

利用者様と過ごす時間を大切にし、何でも話しが出来る雰囲気作りを心がけ、利用者様が日々健康で楽しく生活出来るようにサポートしたい。

矢口 威秀

高齢者福祉生活支援センター

〈やすらぎ荘〉



新年
明けまして
おめでとうございます
やすらぎ荘入居者様は現在
男性一名、女性四名の方が
生活されています。
これから安定した生活が
送れるよう援助員一同支援
していきたいと思っています。



～ホールにて～
昔話に花が咲きます😊





(吉田タネ氏から元旦の膳に歌を一句いただきました。)

『夫となら
なをよかろうに
今日の膳』



日頃から、沢山の皆様方よりの『御芳志・
御厚意・ボランティア・御協力』
ありがとうございます。

心より感謝申し上げます。

(名前掲載につきましては、都合に
より割愛させていただきます。)



編集後記

『一日の計は朝にあり。
一年の計は年の初めにあり。
一生の計は仕事にあり。
一家の計は自分の生き方で決まる。』
今年が、幸せな年でありますように…。



お願い

毎日寒い日が続いております。

年末から「インフルエンザ」や「コロナ」
が市内においても流行しております。感染
予防はまだまだ必要であります。

職員からの感染がないように健康管理に
努めたいと思います。

ご家族や、面会の方々におかれましても
『インフルエンザ』等の自覚症状がある場
合は、しばらくの間面会を御遠慮して頂き

ますようお願い致します。

また面会の際は事前にTEL
で、予約をしていただき
ますよう、よろしくお願い
致します。

