

介護老人保健施設 フォレスト熊本 だより -forest Kumamoto-

第58号

2013 September

やすらぎの森

発行



介護老人保健施設
フォレスト熊本
(江南病院併設)

財団法人 寿仁会

〒862-0970 熊本市中央区渡鹿5丁目1-37

TEL.363-0101 FAX.363-3363

E-mail: forest@kyouninkai.jp

HP <http://www.kyouninkai.jp/forest/>

発行
責任者

上妻和夫

ふれあい いきいきサロン



サロンとはフランス語で、応接室などの部屋、あるいは交流会、喫茶店などを意味する言葉だそうです。これは「地域の中で沢山のひとと楽しく過ごすための場所やつどい」と捉えられています。

高齢者の方の日々の暮らしでは、身体の衰えや病気による症状に対する悩みや不安とともに精神的な面での孤独や孤立の中で毎日を過ごされている方も多いと思います。ふれあい・いきいきサロン(以下「サロン」)は老後をいきいきと暮らすことができる地域づくりを目指し、平成六年に全国社会福祉協議会によって提唱されました。

最近では年齢に関係なくその地域の人であれば誰でも参加できるサロンや男性中心のサロン、園児と高齢者の世代間交流の場となるサロンなどもみられています。主な担い手は民生委員さんや自治会役員、老人会役員、ボランティアさん方が多いようです。開催場所は地域コミュニティセンターや公民館、老人憩いの家などです。頻度は月に一回のところが多いようですが、週に一回あるいは二か月に一回のところもあります。

高齢者支援センターささえりあ 常山

那須 久史



高齢者支援センターささえりあ帯山

圏域のサロンを覗いてみましょう



一つ目は、民生委員を二十七年間されていた方が、自宅の離れを開放して作られたサロンです。支援者は民生委員さんや元民生委員（福祉推進委員）さんです。特徴は手作りの食事を提供され、皆さん一緒に食事をされることです。食事を共にすることでこれまで挨拶程度だった方同士が、交流を通じてお互いの家を訪問される（見舞い合う）関係も生まれるようです。現在は、介護保険サービスをご利用されている方々もケアマネジャーや施設の専門職の方々の支援で行かれている方もおられます。

二つ目は、隣保組（単位）でサロンを開催されているところがあります。こちらは婦人会長をされていた方が自宅を開放され、月に

一回参加される方々が集まりやすい曜日に開催されています。町内では空き家も散在し始め、隣保では一人暮らしの高齢者世帯が増えてきたそうです。そこで自分たちでお互いに声かけや見守りをやっていきましようと思われたそうです。

三つ目は、民生委員さん方が「気軽に集まって、お喋りが出来る場所をつくらう」と公民館で始められたサロンです。参加した方々全員が必ず喋って帰れるような雰囲気作りを心がけておられるそうです。こちらでは参加された方々がお喋りの合間に踊りを披露され、自分自身を認めて、役割を見つけていける印象です。こちらの公民館では校区の色々なつどいや催し物が開かれています。例えば認知症の方が公民館に寄られたときは、その方を拒否せずに受け入れられているそうです。

今回は三つのサロンをご紹介しますが、ご覧のとおり介護予防や声かけ・見守り等、いわば福祉コミュニティづくりの中心的な役割を担っています。今後は認知症の方を支える地域の居場所としても重要性が増していくものと思います。そしてケアサポートの拠点としての役割を發揮していくこと、その為には専門職を巻き込んだ「地域共同ケア」としての運営も必要になってくるのではないのでしょうか。



合同作品

入賞



この度、QOLサービスの「月刊デイ」に当施設のご利用者が創られた、文化祭の合同作品が掲載されました。

今まで、数多くの作品を応募しましたが、塗り絵・絵手紙に続いて3作品目となります。合同作品部門では、初めての入賞となり、なんと全国で2番目にいい賞をいただきました。

皆様のアイデアと日頃の頑張りが認められ、最高の気分です。来年は、ぜひとも全国一番を目指して皆さんで頑張っていきたいと思っています。

アクティビティ推進室室長 池田憲治

家族の会

「春の茶話会」開催

7月6日(土) 13時～15時、フォレスト熊本「家族の会」第18回総会が開催されました。今回は総会という事で平成24年度活動報告や新役員の選任がありました。

また、施設より「地域における老健施設の在り方と支援」を演題として、支援相談室室長谷内聡仁と療養棟3階岩瀬大介が講演を行いました。施設の役割を再確認していただき、どのような取り組みを行っているのか知ってもらおう事が出来たと思います。

今後とも施設からの情報発信の場として、施設への意見要望を出す機会として、ご利用者・ご家族様には「家族の会」参加をお願いしたいと思います。

支援相談室 安部 琢磨



フォレスト熊本研究発表会

8月2日(金)にフォレスト熊本教育委員会の主催で、第11回フォレスト熊本研究発表会が開催されました。今年は感染対策委員会の南ひろみ氏より「老健施設における感染症対策」、訪問看護ステーション盛高和美氏より「認知症の服薬援助の在り方について」、入所療養棟3階池上麻記氏より「施設の外へ遊びに行こう」、アクティビティ推進室池田憲治氏より「通所職員のアートセラピーと離職についての考察」4つの発表がありました。その後、質疑応答が活発に行われ、最後に上妻施設長より講評をいただきました。今後とも研究会や学習会を重ね、より良いサービスが皆様にお届け出来るように職員一同、頑張っていきたいと思っています。

教育委員会委員長 森安玲子



園芸教室 カレー作り

通所リハビリ 綿貫 智子



毎年恒例となっているカレー作りを7月12日・26日と二回に分けて行いました。5階屋上庭園に猫の額程という言葉がぴったりの区画で、毎年通常2月頃に植え付けを行い、多い年は30超kg程収穫が出来ていますが、今年は植え付けが遅くなり、生育状況も悪く小粒で収穫もイマイチでした。しかし、味はホクホクでとても美味しいじゃがいもでした。そのじゃがいもを使って、ご利用者・ボランティアさん・栄養士・スタッフと日頃の腕前を發揮しました。自宅では台所に立った事が無い男性ご利用者も、慣れない手つきでジャガイモの皮むき等率先してされました。また、女性ご利用者は、料理は現役の方も、今はやってない方も見事な手裁きで、野菜が美味しく変身していました。

1時間程度で、カレーライス・大根サラダ・焼き餃子・杏仁豆腐のメニューがテーブルに並び、「いただきます」「ごちそうさまでした」と収穫にみんなで感謝しました。

来年も自分たちで作った野菜を沢山収穫し、料理出来ることを楽しみにしています。

ご利用者紹介

人生いろいろ



林田 長子様

私は五年前脳梗塞で倒れまして、江南病院でリハビリや治療を行いました。その後、フォレスト熊本でお世話になる事になり、今に至っております。

私は、その昔三人の子育ての為、経済面で四十二歳から会社の独身寮で働かせて頂きました。皆さん、学校を卒業されて独身寮に入寮されました。私の子供も何時の日か、何処かの土地でお世話さまになる事を思いますと、入寮された子供さん方と仲良く過ごしたいと思ひまして、楽しく過ごさせて頂きました。色々な事がありました。

色々と体験させて頂きまますと共に、私の拙い思いも出させて頂きました。五十四歳まで働かせて頂きました。

働いております時の寮長様の奥様に、偶然三十年ぶりにフォレストでお会いしました。驚きまますと共に、懐かしく、その後お付き合ひさせて頂いておられます。

私が退職した時、療生の皆さんが送別会をしてくださいました。その

時、全員で寄書をして下さいました。今も大切に保管しております。それを奥様にも見ていただきまして、思い出話をしております。これも、フォレスト熊本のおかげで、嬉しい巡り合いをさせて頂きまして、感謝しています。

通所リハビリでは、頭の体操や音楽療法、リハビリ等とても楽しい指導を受けております。男性・女性のスタッフの皆様、とても優しく、至れり尽くせりの愛を受けており、素晴らしい「幸」を頂いております。お昼御飯も利用者の皆様と美味しく頂いております。私にとりまして、フォレスト熊本は宝のお家でございます。これからも元気に過ごしていきたいと思ひます。



フィットネス始めました!!



理学療法士 佐野 博

当法人で働いている職員ができるだけ、毎日元気な身体で仕事ができるようにと、6月13日(木)より、フィットネスを始めました。毎週木曜日の夕方、4階機能訓練室を職員向けに開放しています。4階機能訓練室にはパワーリハ機器を設置しており、筋トレを中心として有酸素運動やストレッチも行えるようにしております。

皆さん、運動はしないといけないと思って、「時間がない」「忙しい」「めんどくさい」「何をすればいいかわからない」など、なかなかできないものです。しかし、目標を持つ、仲間といっしょに運動をする、運動の効果を実感することで運動は自然と習慣化することが出来ます。もちろん運動だけすればいいというものではありませんが、自分のライフスタイルを見直すきっかけにしています。月に2回は外部からピラティスインストラクターのレッスンを行っており、エアロビクスやリラクゼーションなどのプログラムの追加を考えています。今後、職員の運動不足解消と健康第一をモットーに継続していきたいと思っています。



ご利用者の作品

選 松岡 妙子 先生

歌

山間に夢見る如く咲く合歓の花を愛せし友は逝きたり
いづくにて吹くオカリナか風に乗りながれ来るなり月冴える夜
箱根路の湿生花園の水芭蕉一期一会の花となるらん
今昔の思い出かし折にふれ古きアルバムめぐりてぞ見る
若草のおほいつくせる岸の辺に釣竿を背に父と子かゆく
はや皁月余命告げられ四季はめぐり残りの日々を愛おしみおり
あじさいに負けてはならぬぞしつかりと今日も化粧鏡を見つめ
はらはらと風に散りゆく梅檀のうすむらさきの美しきかな
久々の友の声きき思い出す色々、熱き涙の流る
父親の介護の為の里帰り戻る荷物に母の手土産
紫陽花と友らに祝われふみ出した結婚、楽あり苦あり 七年
パタパタとキジバト二羽の舞い降りて何と花壇に小鳩のおりぬ

橋本 静恵
竹下 富恵
下山りつ子
正木 恒子
續 モモエ
内田 睦夫
村上 洋子
迎田 友子
羽山 民子
園山 京子
池田 憲治
椎原 圭代

俳句

短冊をのせて笹舟流れゆく
西瓜食べ空も心も梅雨の明け
紫陽花の色濃くなるや盆の来る
初蟬や歩行器しばし止めて聴く

續 モモエ
池田 憲治
下山りつ子
竹下 富恵

総評

前号から半年が経ち季節の花も、皆様の心模様も少しずつ変わりがながら、前進されているのが作品に表れていて、嬉しいですね。ただ昨日の外の風景が美しく見えていたのに、何故か今日は、物悲しく感じられるのも仕方ないことで、誰しもあることです。生きていく以上は、とにかく、ああ今日の風景も美しいなあと思えるように、明るく楽しく前向きに生きたいものです。共に頑張りましょう。

編集後記

まだまだ暑い日が続きますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。年々暑くなっているように感じます。フオレスト熊本では8月に納涼祭を行いました。少しでも夏らしさを感じて頂けたでしょうか。この他にも月ごとさまざなな行事を行っています。

通勤途中、夏休みで部活に行っている学生を多く見かけていたが、この暑さの中すごいなと思いました。何かに一生懸命になっている姿は、素敵だと思えます。私も高校生の頃は吹奏楽をしていて、朝から夜まで練習の毎日でした。その時は悩みや、きつさもたくさんありましたが今ではいい思い出です。

これからもフオレスト熊本で、一生懸命仕事をして皆さんとの時間を過ごしていけたらと思います。体調には十分気を付けてお過ごしください。これからもよろしくお願ひ致します。

2階療養棟 千田 宝代



フォレスト熊本 行事写真館

納涼祭



～お知らせ～

H25.10.19 (土) 13時30分
よりくまもと青明病院・フォレスト熊本合同秋祭り開催予定。
多くの方のご来場をお待ちしています。

秋祭り実行委員会



台所リハビリ

毎月第一火曜日に台所リハビリを行っています。片手動作での調理動作獲得や自助具を使用しながら自立に向けた訓練の一貫として行なっております。

自宅によく作っていた料理の他にレンジで簡単に作れるレシピなど、管理栄養士が考え実際に自宅で作れるようにアレンジしております。ご利用者からは、「出来なくなった動作を他の方法を使ってまた料理が出来るようになった」など喜ばれる声も聞かれており、料理を食べながら反省会をして、次に生かせるようにしております。

リハビリテーション科 橋本宏美

