

# しんあい

## 季刊

社会福祉法人  
**多摩同胞会**

〒183-0042 東京都府中市武蔵台1-10  
TEL042-367-8801

多摩同胞会のホームページでは、  
ブログを毎日更新しています。

<http://www.tama-dhk.or.jp/>  
をぜひご覧下さい！

2014年(平成26年)8月5日発行 第91号 ◆編集と発行 しんあい編集部



### 泉苑

- ・特別養護老人ホーム信愛泉苑
- ・高齢者在宅サービスセンター  
泉苑ケアセンター

### 緑苑

- ・養護老人ホーム信愛寮
- ・特別養護老人ホーム信愛緑苑

### あさひ苑

- ・府中市立特別養護老人ホームあさひ苑
- ・府中市立あさひ苑  
高齢者在宅サービスセンター

### 神田事業所

- ・特別養護老人ホームかんだ連雀
- ・かんだ連雀高齢者  
在宅サービスセンター
- ・千代田区立岩本町ほほえみプラザ

### 児童福祉

- ・子ども家庭支援センターしらとり
- ・母子生活支援施設白鳥寮
- ・母子生活支援施設網代ホームきずな
- ・府中市子ども家庭支援センターたち

### ・スウェーデン研修報告

- ・特養ホームの  
快食・快眠・快便
- ・緑苑安心シニア塾専門講座
- ・役員・評議員のご紹介
- ・施設だより  
「今年の夏は  
これで乗りきろう！」

# 平成26年度 スウェーデン研修報告

今年もスウェーデン、ヨーテボリの福祉施設「三つの財団」で2名の職員が体験実習しました。それぞれ感じたこと、考えたことをご報告いたします。



## 5月25日 研修1日目

11:40 成田発→  
コペンハーゲン経由→  
18:30 ヨーテボリ着  
\*約13時間の長旅  
サマータイムの為、  
時差は13時間

## 5月28日 研修4日目



ジムを見学。プロのトレーナーがついており、ハードなトレーニングをしています。写真の方は2キロのおもりで訓練していました。㉔



午後はオペラ(カルメン)を鑑賞した後、HBT(同性愛者に対し理解を持ってもらう活動)に関する映画を観ました。㉕



## 5月29日 研修5日目

9:00~14:00、C5Aユニットで実習。写真は昼食のメニューです。ナイフ等はナプキンに包まれて出てきます。ワンプレートでしたが、見た目以上にボリュームがありデザートにはパンケーキが付きました。朝食は起きてきた順に食べていました。11時頃に食べていた方もいらっしゃいました。

## 5月26日 研修2日目



エンゴードバックケンのA棟で財団の体制や組織について説明を受け、アクティビティの階(1階)を見学。その後実習先のC棟5Aユニットを訪れ、ご利用者・職員に挨拶をして日本からのお土産を渡しました。

## 5月27日 研修3日目



9:00~16:00、C5Aユニットで実習。お土産を使ってご利用者と交流をもちました。特に“動くもの(独楽、紙風船、紙飛行機)”が好評でした。写真は折り紙で作ったカエルを、ご利用者が花紙の上に跳ばそうとしているところです。



## 5月30日 研修6日目

ベガハウスの見学。写真は11階バルコニーです。日光浴も“アクティビティ”の一つ。昼食時、庭に面するレストランで食事をされている方も。一般の方も利用されており、開放された施設です。

## 5月31日 研修7日目

12:40 ヨーテボリ発→  
コペンハーゲン経由【機内泊】→  
6月1日 9:35 成田着

## スウェーデンでのアクティビティを体験

岩本町ほほえみプラザ 通所介護員 小俣 健太郎



私たちが訪れたエンゴードバックケンのCハウスの5Aユニットには、アクティビティのフロアがあり、「フットバス」、「ジム」、「レクリエーション室」、「利用者も予約できるレストラン」など様々な設備が整っていました。Cハウスのご利用者もそのフロアを利用されていました。

フロアのトレーナーがついている「ジム」には4人のご利用者が参加されていて、ある女性のご利用者は2キロあるおもりを使って、上腕筋や肩などを鍛えており、日本とは違うパワフルなトレーニングに驚きました。(写真㉖)

「教会のようなホール」では「文化活動」と呼ばれる活動を行っており、セミプロの歌手によるカルメン(大変迫力がありました！)(写真㉗)や、スウェーデン国内で行われているHBT(同性愛者に対して理解を深めてもらう)活動の映画の鑑賞などを体験し、また、エンゴードバックケンから少し離れたところにあるベガハウスでは理学療法士の方にパワーポイントを利用したリズム体操を教えていただきました。

研修前に考えていた疑問である「アクティビティとはどういうものか」について職員のアシアさんに尋ねました。アシアさんは「大きなイベントだけでなく利用者が希望することを職員と一緒にやってあげること、たとえば利用者の希望で髪をとかしてあげること」もアクティビティであると答えました。

それを聞いて、日々の些細なことでも、ご利用者の気持ち、希望を聞いてサービスを提供することが大切なのだなと思いました。

私はデイサービスで働いていますが、ご利用者本人のことをよく知る、知ろうとする、という基本的なことがやはり重要なのだと思います。もちろん、希望があってもかなえられないこともあると思いますが、ご本人のやりたいこと、できることを見つけて、可能ならば個別のアクティビティとして成立させ、デイサービスでのご利用者の満足につなげることができたらと思います。

## 個人を尊重する

かんだ連雀 ホーム介護員 松本 幸二郎

研修に参加する前は、特別な取り組みはなされているのか?といった疑問がありました。研修を終えてから思うのは、実際の所基本的には同じだったということです。日本とは違うと感じた点は、先ずは施設というものの捉え方です。

日本では転倒等の事故が起きると訴訟問題等に繋がることがあります。スウェーデンでも転倒等の事故は起きますが、訴訟問題になることは無いそうです。なぜなら施設とはいっても、あくまでも賃貸のアパートに住んでいるのと同じで、そこで事故があっても仕方がないと考えられるからだそうです(ちなみに病院では訴訟問題は起るそうです)。

施設を特別な空間と捉えずに一般社会と同様に扱い、レストランは外部の方も利用できるようにしていますし、閉鎖された空間ではないのです。そして何よりも感じたのは、個人を尊重しているという点です。例えば居室への立ち入りや写真の撮影については、職員よりも先ずはご利用者に確認をする様に言われます。この点について私自身しっかりと見直す必要があると感じました。

又福祉機器の導入が進んでいて、介護する側もされる側もお互いに負担の無い介護というのが徹底されています。スウェーデンでは、個人が必要とする物については、制限なく行政より購入又は貸与という形で与えられるそうです。連雀においても簡単な移乗用具については見直しをしていくことが出来ると感じました。

高額な税収により福祉に予算が取れるのですが、やはりこの状態を長く続けていくには色々問題はありスウェーデンでも少子高齢化は進行していて、人手不足は問題になっています。3つの財団では職員の質を上げる為に雇用時にしっかりと基準を設け、入職後も就業しながら学校に通える様なシステムを設けています。この点は日本でも見習うべきで、私自身もっと勉強をして知識を身につけていかないといけないと改めて感じました。

全てスウェーデンにならえというわけではなく、私達は今置かれている環境の中で出来る限りのことをするべきで、私達が日々取り組んでいる援助について、もっと自信を持っていいのだと感じました。



# …平成26年度 特別養護老人ホーム の取り組み…

快 食

快 便

快 眠

かんだ連雀では、2年程前にご利用者の排泄および夜勤体制の見直しにより、その結果日中の職員配置を厚くして、余暇活動を積極的に実施できるようにしました。

初めは、職員も何を行ったら良いのか悩んでいましたが、ご利用者が望む事が良いと考えアクティビティ研究会で検討しました。

ある日ご利用者から「〇〇しようよ」と提案して下さるようになりました。現在では、体操、活花、書道、歌、物作り、朗読等の活動の他、ご利用者のアンケートから月1回の外出活動として、水族館、回転寿司、博物館に出掛けるようになりまし

## 活動を通して

た。活動を行っている時のご利用者の反応は「出来た、楽しかった、疲れた、またやりたい」等様々です。また、様々な方と交流することで、ご利用者同士のコミュニケーションも増えました。

この様に、活動を行うようになり、ご利用者はお腹が空き食事を良く召し上がる。体を動かし、お通じもすっきりする。活動的になる事で体は疲れ、夜ぐっすり休む事ができ、「楽しかった」と、笑顔も増えました。これからも、良かったと感じて頂けるよう工夫、検討して参ります。

（かんだ連雀ホーム主任 中村小夜子）



## いいたよぐ眠る

快適な睡眠と聞いて思う事は、まず「こんな枕が良いかも知れない」「こんな布団が眠りやすい」と寝具を考えます。眠る為には大切なものです。その方の好みの高さの枕や硬さの寝具、明るい方が眠りやすい、暗くて静かな方が眠りやすい等々、その方に合った環境が必要です。そのためにご利用者一人一人の睡眠状態や寝具類、環境等を確認しシートにまとめています。これを基に適切な睡眠環境作りに取り組んでいます。

また「入居者の皆さまに、日中を居心地良く過ごして頂いているか？」と考えました。小さい頃から気持ちよく過ごした日の晩はぐっすり眠れた

記憶があります。楽しい食事や楽しい活動、また居心地良く過ごす事で安心して、夜ぐっすり眠れるのではないのでしょうか。

緑苑では、墨に親しむ会（書道）やカラオケ広場、花を活ける等の活動の他に、今年度から入居者一人一人に「寄り添い」、側にいて気持ちを受けとめようと考えました。安心できる環境があっただけで、「こちよい睡眠」につながると思いません。この事を、今年度は職員全員が意識して取り組んでいます。

（緑苑従来型特養主任 紺野 一哉）



今年度の法人の事業計画のひとつに

「利用者満足を目指しに原点にたちもどり、基本的なサービス向上に具体的に取り組みます」があります。

法人の特養ホーム各施設では、事業計画の達成に向けて活動を始めました。

ひとりひとりのご利用者の「よかった」「安心した」のための快食・快便・快眠に向けた取り組みをご報告します。

## 「すっきり」に向けて

1日食事を食べない人は…います、1日寝ない人も…います、1日排泄をしない人は…いません。という事であさひ苑では「快便」に向け取り組んでいます。

便秘にはいくつかのタイプがありますが、意外にも、便をしたいという気持ちを我慢したり無視したりしたために、便秘になる人が多いのです。あさひ苑でも多くのご利用者が排便が困難で、何らかの介助を必要としています。ご利用者の身体の状態にあった生活環境を作り、排便を習慣づけることが快便をとり戻す第一歩につながります。

食事・水分・下剤の調整も、もちろん重要な事ですが、何よりもその人の排便パターンを把握する事が重要だと考えています。排便のパターンは

人それぞれです。昼間でも、1日おきでも、その人にとって気持ちのよい便がスムーズに排泄されていけば便秘ではありません。生活リズムがあり、排便が習慣になっていけばいいのです。ご利用者の排便時間・排便しやすい体勢を知り、職員間で情報を共有し、ベストなタイミングで声掛けしトイレに誘導するという事を最優先し取り組んでいます。

現在、多くのご利用者が薬などで排便を「コントロール」しているのも事実です。高齢になると便秘の傾向が強くなるのは仕方ない事ですが、ご利用者が快適な生活を送り、気持ちよく排便していただくために「コントロール」ではなく「サポート」をしていけるよう取り組んでいます。

（あさひ苑ホーム介護員 窪田 健）



## 健康は食から…

食べて美味しく見た目にも美味しい、そして心地良いぬむりにいざなう…

そのような栄養面からもアプローチをした、夢のようなお食事を食事係が用意してくれました。その名も「快眠ワンプレート」。

そのメニューは、ビーフストロガノフ、ほうれん草とブチトマトのキッシュ、アスパラのピーナッツ白和え、バナナ小豆牛乳プリン…どれもこれも聞いているだけで、よだれが出てきそうなものばかりです。

牛肉や卵には…ぐっすりと質の良い眠りを取るのを助けてくれる作用があります。「おぉー」

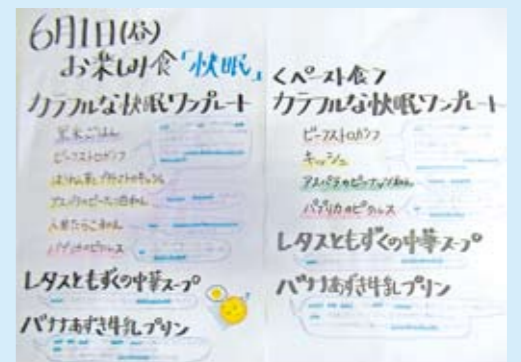
ピーナッツには疲労回復の効果があり…バナナや小豆、牛乳には沈静効果、リラックス効果がある。「えええ〜」

日頃、何気なく口にしている食べ物も色々な効果があるんですね。

介護職員は正直、目から鱗でした…（お恥ずかしながら）。

美味しく召し上がられる、ご利用者の皆様の表情を拝見し、食べる事への楽しみを改めて感じる事が出来ました。快食し快眠をする事で快便にもつながる。当たり前前の自然の摂理であり、忘れてはいけない大切な事でありませぬ。

（泉苑ホーム2階主任 石丸 哲也）



専門講座

平成26年度

緑苑 安心シニア塾

安心して豊かなシニアライフを過ごすために必要な身近なテーマについて、地域の皆様といっしょに考えることを目的に昨年度開講したのが緑苑安心シニア塾です。

平成26年度上半期は、「専門講座」を開講しました。これまでの参加者からいただいたご意見を参考にテーマを練り直し、外部の講師もお招きしてさらに深めた内容になりました。のべ170名の参加者のうち5名の方が全課程に出席され、修了証をお渡しいたしました。

秋には、第2回「基礎講座」を開催する予定です。皆様のご参加をお待ちしております。

	日にち	テーマ	講師
第1回	平成26年 5月14日（水）	シニア世代の生活資金	上野廣美（社会保険労務士・事務局事務長）
第2回	平成26年 5月28日（水）	シニア世代の多様な住まい	武田潤一郎（社会福祉士・かんだ連雀施設長）
第3回	平成26年 6月11日（水）	終活について	宮川巧氏（1級葬祭ディレクター・社会福祉法人東京福祉会）
第4回	平成26年 6月25日（水）	包括支援センターのしごと	清野哲男（社会福祉士・泉苑地域包括支援センター長）
第5回	平成26年 7月9日（水）	在宅療養について	宮田乃有氏（地域看護専門看護師・なごみ訪問看護ステーション）
第6回	平成26年 7月23日（水）	シニア世代の入院準備と病気	樋口和子（看護師・緑苑地域包括支援センター）



修了式には石川常務理事（左）から修了証をお渡しし、樋口看護師とともに記念撮影しました。



毎回熱心に講座にご参加頂きました。

平成26年度韓国交換  
研修が始まりました

表紙でもご紹介しましたが韓国・一松学院との交換研修は今年で9回目となりました。写真中央の男性ジョンさん（ヨンドンポ老人総合福祉館部長）は第1回目の研修でも来日されました。6名の方々が6月23日～6月27日の研修期間に法人各施設を精力的に視察、現場実習されました。「10年間で変わったこと、変わらないことがわかった。施設が地域に開放されていることを学んだ」と感想を述べられました。秋には法人職員が韓国を訪問する予定です。



役員および評議員のご紹介

2年間の任期満了にともない役員（理事・監事）と評議員の改選がおこなわれ、平成26年7月23日より新体制になりました

就任のご挨拶

理事長 鈴木 恂子

このたび法人役員改選にあたり、理事長に選任されました。平成二十四年七月に坂本名誉理事長から引き継ぎ二期目を迎えることになりました。

折しも七月四日には社会福祉法人の在り方について報告書が発表され、社会福祉法人のあり方が厳しく問われています。今後の二年間は社会福祉・地域福祉が大きく変化する多難な時期でもあり、同時に挑戦の時でもあります。

幸い今期は役員全員が再任されました。各施設のご利用者、ご家族の皆様が安心していただけるように、また地域福祉の拠点施設を目指して職員とともに努力してまいりますと存じます。

また評議員は、今期より理事六名に代わり、学識経験者、府中・千代田両社会福祉協議会および各施設の運営協議会からの選出増をはかり、より広く深く地域の皆様、ご利用者の皆様のご意見を法人の事業運営に反映する評議員会へと機能が強化されました。

役員、評議員の皆様のお力添えをいただき、社会福祉法人として役割を果たしてまいりたいと存じます。

今後ともご指導、ご支援のほどよろしくお願いいたします。

平成二十六年七月二十三日



坂本名誉理事長ご夫妻を囲んで

- ◆理事（10名）
- 鈴木 恂子（理事長）
  - 石川 國雄（常務理事・事務局長）
  - 小笠原 祐次（常任委員）
  - 板垣 光繁（常任委員）
  - 内野 滋雄
  - 相羽 孝昭
  - 田口 俊夫
  - 鈴木 龍一郎
  - 関 道子
  - 坂本 卓穂
- ◆監事（2名）
- 五十嵐 勝紀（財務担当）
  - 佐藤 昌美（事業担当）

- ◆評議員（21名）（ ）選出母体
- 鈴木 恂子（理事長・常任委員）
  - 石川 國雄（常務理事・常任委員）
  - 小笠原 祐次（理事・常任委員）
  - 板垣 光繁（理事・常任委員）
  - 松原 康雄（明治学院大学教授・副学長）【新任】
  - 鳥羽 美香（文京学院大学教授）【新任】
  - 梅澤 稔（千代田区社会福祉協議会）【新任】
  - 見ル野 一太（府中市社会福祉協議会）【新任】
  - 石井 宏（泉苑運営協議会）
  - 江田 廣子（泉苑運営協議会）
  - 橋本 巖（緑苑運営協議会）
  - 高澤 久美子（緑苑運営協議会）【新任】
  - 石渡 榎子（あさひ苑運営協議会）
  - 岡 美奈子（あさひ苑運営協議会）
  - 堀田 康彦（かんだ連雀運営協議会）
  - 吉田 允俊（岩本町ほほえみプラザ運営協議会）
  - 岸 豊子（網代ホームきずな運営協議会）【新任】
  - 永井 文子（しらとり運営協議会）【交替】
  - 福岡 重男（施設長）
  - 松崎 哲也（施設長）
  - 近藤 政晴（施設長）



# 施設 だより



## 今年の夏は

### これで乗りきろう！



暑い夏も工夫しだいで楽しく気持ちよく過ごせます。みなさんはどのようにこの夏をのりきっていますか？

## 緑苑

### 夏まつり

緑苑の夏といえば、毎年の夏まつりです。今年も緑苑移転20周年にちなんで、感謝の気持ちを込め、「夏まつり」を8月17日(日)に開催します。

屋外に屋台が並び、「焼きそば」や「お好み焼き」のソースの香りが食欲を湧かして、子供たちも大好きな「からあげ」と「いなり寿司」、更に「チョコバナナ」が揃い、祭りの定番である「綿あめ」や「かき氷り」等の甘味処、子供からお年寄りまで楽しめる「輪投げ」や「ヨーヨー釣り」のゲームコーナー、喉を潤すジュースやビールもご用意、最後は施設内の地域交流スペースにて「盆踊り」で夏を楽しんでいただきます。



近隣自治会や婦人会の皆さま、ボランティアや緑苑家族会の皆さま等、多くの地域の皆さまの協力をいただき、盛大なお祭りになるよう準備をしています。緑苑の入居者の皆さまから屋台で何を食べようかと、待ちわびているお声がきかれます。私たちも、皆さまが暑い夏の楽しいひとときを過ごされ、溢れんばかりの笑みをみせていただけるよう、精一杯がんばりたいと思います。

(生活相談員 丸山 徹)

## しらとり

### 夏野菜とともに

しらとり保育室では子ども達が自然と触れ合える機会を設け、季節に応じた楽しみ方ができるようにと工夫しています。自然豊かなしらとり近辺の裏山で虫を探したり、おたまじゃくしを育てたり、と色々な体験をしています。夏は昨年からの取り組んでいる野菜作りをしています。食育の一環ではありますが、砂遊びの延長で苗や種を植えるところから一緒に始めます。最初は「なんだこれ」と不思議そうに眺めていた子ども達。春に植えた野菜たちが少しずつ育ってきて、実をつけていく野菜を毎日眺めて嬉しそうにお水をあげたり土をかぶせたりと一生懸命お世話をしてくれます。

普段食卓や給食に出てくる野菜がどのようにできるのかを知ることが出来る機会でもあり、野菜が苦手な子どもも自分で育てたトマトは思わずかじりついては酸っぱそうなお顔をみせてくれました。お家でも生野菜を食べるようになったと嬉しい話も聞かれています。たくさん遊び、たくさん食べ、夏を超えれば一回り大きくなっている子ども達。暑さに負けず、太陽の光を浴びて元気に育っている野菜たちのように、子ども達もすくすく育ってほしいと思います。



(保育士 萬 友希子)

## きずな

### 梅シロップ作り

きずなには梅の木があり、毎年梅を収穫しています。昨年は梅シロップとカリカリ梅を作りましたが、今年は梅シロップ作りを子ども達が手伝ってくれました。子ども達にとっては人生で初めての梅シロップ作りを、前の日から楽しみにしていたようです。



まずは梅の実に串を刺して穴を空け、梅のエキスが出やすいようにし、氷砂糖と一緒に大きな瓶に詰めました。子ども達は、梅の実をいくつか串刺しにし、お団子のようにして見せてくれたりと、ユーモアたっぷりでした。満面の笑みを浮かべたり、時には真剣な顔付きになったりと、いろいろな表情を覗かせながら作業を楽しんでいました。作業後には、昨年漬けた梅シロップを水で割ったジュースを飲んだのですが、子ども達は「甘くて美味しい！」と、大満足でした。

子ども達が漬けた梅シロップがいつ飲めるようになるのか、今からとても楽しみです。自分達が漬けた梅シロップで作るジュースは、一段と美味しいと思います。梅のクエン酸パワーで暑い夏を元気に乗り切ります。梅シロップ作り以外にも、子ども達にはきずなの自然を活かした体験を通して、身体で、心で、たくさん良い思い出を作ってもらいたいです。

(心理療法担当 富山 真輝)

## あさひ苑

### 夏対策

地球温暖化の影響でしょつか、年々暑さが厳しくなっています。あさひ苑では室内で快適に過ごすことが出来るよう、毎年暑さ対策に取り組んでいます。今回は各部署の対策についてご紹介します。

高齢者在宅サービスセンターでは活動室にある大きな窓からの日差しを避けるため、今年は「へちまカーテン」を作成。蔓が1箇所集中しないよう、蔓の先をカーテンに巻き付ける作業を利用者のご協力を頂きながら行ないました。今では蔓が屋根まで伸び、へちまの実がなるのを楽しみに来苑されています。

特別養護老人ホームでは、2階・3階の西日対策として「日よけシート」を窓の外に設置しました。虚弱なため、居室で過ごす時間の長い方がカーテンを閉めることなく、外の景色を楽しみお事が出来るようにしています。残暑が続きますがクーラーに頼るだけでなく節電を心がけ、今後も暑さ対策に取り組んでいきたいと思えます。



(ホームヘルパー 中嶋 恵以子)

岩本町

ゴーヤのグリーンカーテン

日差しが強い時期になり、暑さも日に日に増しています。ほほえみプラザの4階にあるグループホームは南側が全面大きな窓になっていて、陽が燦々と差し込むため、昼間はとても暑くなり、ご利用者も歩くだけで汗をかくほどです。そこで毎年行っているグループホームの暑さ対策をご紹介します。それはエゴで見た目も涼しいゴーヤのグリーンカーテンです！

ゴーヤの苗をホームセンターに買いに行くことから始め、地域のボランティアの方々と一緒に苗をプランターに植え、毎日忘れずに水をやる所まで、全てご利用者と一緒に行っています。

「ここまで伸びましたね！」と自分の腰より高く伸びた葉っぱを見て嬉しそうなお二人。

「本当ですね、昨日より伸びたかしら？」と日に日に伸びるゴーヤの変化に敏感なお二人。

「ここは陽当たりがいいし、毎日水やりを頑張ってる下さっているおかげですよ。心なしか今年は去年よりもゴーヤの育ちがいいように思いますよ。」私も一緒にゴーヤの成長を楽しんでいます。

「今日もいい天気だから、たくさんお水をあげましょうね」と水やりに精を出すBさん。

ネットいっぱいゴーヤの葉っぱが伸びて、見た目も涼しく過ごせるようになることを楽しみに、今日もご利用者と一緒に水やりを頑張ります。

(グループホーム介護員 菅沼 美希)



連雀

訪問職員の暑さ対策

夏の暑さが年々増してきているような気がします。それは地球温暖化の影響なのか、はたまた気候変動なのかはわかりません。

一日の最高気温が25℃以上を「夏日」、30℃以上を「真夏日」、そして、35℃以上を「猛暑日」とされているようです。

ここ神田では、府中に比べ1〜2℃気温が高いような気がしますが、きつとそれは、アスファルトが張り巡らされ、コンクリートジャングルに囲まれているからなのかもしれません。

そんな神田界隈を日々、訪問をしている職員たちの暑さ対策も一苦労です。

自転車を主な機動力としている女性職員たちは、暑い中アームウォーマーや手袋を付け、日焼け止めを塗り日焼け対策をし、首には冷やしたジェル状のネックウォーマーをしてクーリングをしながら、お年寄りのご自宅を駆け巡っています。訪問から帰宅すると、着替えをしたり、制汗スプレーでクールダウンしたりと、いろいろな方法で、夏を乗り切っています。

(ホームヘルパー 浅見 達也)



たち

水のお絵かき

暑い夏がやってきました！じりじりと熱い日差しの中、外で遊ぶにはなかなか厳しいこの季節。たちは室内ひろばなので、涼しくゆったり遊べるかな...と思いきや、子ども達はいつだって真剣。夢中で遊ぶと汗だくになり、まるでシャワーを浴びたかのような子もいたり...それでも笑顔で元気に遊んでいます。

そんな中、ひろばでは「水のお絵かき」が大人気です！専用のシートに、水の入ったペンで絵や線が自由に描けます。乾くと自然に消えるので、何度でも繰り返し楽しむことができます。ペンとスタンブがセットに入っているので、お父さんやお母さんも一緒に楽しめます。お絵かきに興味を持ち始めたばかりのお子さんも、思う存分描けて嬉しそうです。

受付カウンターにてペンとスタンブが入ったバケツを職員が手渡ししています。「カーシート」「どうぞ」のやり取りもまた、子ども達にとっては楽しいことのように張り切って来てくれます。

外でプールや水鉄砲などの水遊びも楽しいけれど、室内ならではのこーいした水遊びもまた、涼しい気持ちになれることでしょう。水で遊ぶだけでなく、しっかりと水分補給もして、大人も子どもも元気にこの夏を乗り切りたいですね。



(地域支援ワーカー 木村 恵理佳)

泉苑

府中市の熱中症予防のための見守り活動

府中市では一人暮らし高齢者などを対象に民生委員や自治会を中心に「熱中症予防グッズ」を配りながら、熱中症予防の啓発とゆるやかな見守り活動を行っています。昨年は「涼感スカーフ」、今年は「ミニタオル」です。以前から相談で関わっているAさん。一人暮らしの生活が数年前から続いています。

最近の夏の暑さは長期的に高温の日が続きますが、Aさんは昨年の「涼感スカーフ」を愛用され、鉢巻きのように頭に巻いて過ごしています。巻いたまま外に出ることも多いとのこと、小学生の集団に出会うと「おじいちゃん鉢巻している！」と声をかけられ、会話が弾むとのことでした。今年の「ミニタオル」はまだ使っていないとのことでしたが、これから冷凍庫に入れてタオルを凍らせ、暑い日には顔を拭くなど活用して下さることでしよう。

また、民生委員や自治会の方々には熱中症予防グッズをツールにして、普段なかなか会えない高齢者の方や気になる方のお宅を訪問して下さいます。その時にご本人の様子も気になったり、何度か訪問したが本人に会うことができない場合などは地域包括支援センターに連絡が入り、職員と一緒に訪問したり、状況を確認したりします。



(地域包括支援センター相談員 岩淵 研哉)

ニュースミニ

「談話室いずみ」OPENのお知らせ

泉苑では、毎月第3金曜日の午後2時半から、地域で介護されている方々のために『談話室いずみ』をオープンしました。...



泉苑 清野哲男

御寄贈・御寄付ありがとうございます(敬称を省略させていただきます)

浅川医院 伊藤忠テクノソリューションズ エフユニバース 大沢良三 大塚元子 北野弘美 K C J G R O U P 株式会社キッザニア東京 公益財産法人報知社会福祉事業団 合名会社中屋紙業社...

ボランティアの御協力ありがとうございます(敬称を省略させていただきます)

- 会田久枝 赤林好子 浅野貞子 網代恵美 網代弘子 荒井迪子 荒波智子 有本陽子 アロハレ 飯塚喜...

編集後記

海やお祭りや花火、夏らしいことをたくさん楽しんで楽しみたいと思います。

(しらとり 萬友希子)

最新情報をお届けできるよう頑張ります。(あさひ苑 中嶋恵以子)

(あさひ苑 丸山徹)

毎日「たっち」の様子をお伝えしていきます。

(たっち 木村恵理佳)

皆様に施設内の色々な情報をお届け出来ればと思っております。

(泉苑 青木美沙子)

原稿を書くことの難しさを改めて痛感！また、その意味で学びの多い号でした。

(泉苑 岩湖研哉)

読みやすい文章を書くには、本を読む事が重要だと実感しました。

(あさひ苑 片湖誠)

介護に関するご相談は 無料ダイヤルで！

●泉苑 0120-6540-24 老後支援 24時間 ●あさひ苑 0120-2942-24 福祉にっこり 24時間



多摩同胞会のホームページを携帯でもどうぞ！