

いちばん星

第3号

星の郷

発行日 平成18年5月31日

発行 社会福祉法人富士宮福祉会
特別養護老人ホーム星の郷
〒418-0035 富士宮市星山字向原1058
TEL.0544-23-3302 FAX.0544-24-9564



Dユニットの食事風景



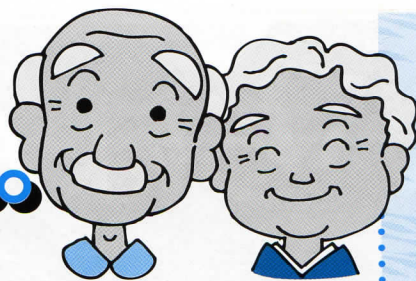
Eユニットで行われました食事会です。
ご家族様にもご参加していただきました。

星の郷周辺散策 お花見

介護保険制度の 改正について

平成十二年四月の介護保険制度施行から五年。現在までに約三〇〇万人以上のサービス利用者が制度を利用するまでになっております。今後、高齢者数が増大していくこともあり、ますます介護保険制度の社会的必要性、重要性が増大していくとされております。その五年間経過の間にさまざまな問題も浮き彫りになってきており、平成十八年四月から保険料の大幅な上昇が実施され、また新たな改革として、資金の効率化重点化を図る観点から、「介護予防サービス(新予防給付)」と「地域支援事業」というサービスが創設されております。これは要介護状態の重度化の防止、要支援・要介護状態になることの防止のために創設されており、制度改正に伴い、星の郷で提供するサービスにも変更がございますが、高齢者が住みなれた地域において安心、安全に暮らせるように、より良いサービスの提供に心がけてまいります。

スタッフは見た! ゲストさんの...



星の郷だより

デイサービスセンター

歩けるようになったよ!!



星の郷デイサービス
ベストスマイル賞



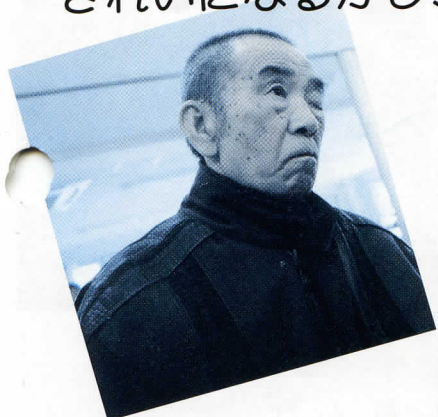
おやつのお味は??



バーバー土橋にて...
きれいになるかしら



夫婦仲良く



小学生の音楽演奏を
聴いて涙...涙...

お誕生日おめでとう!



いつも細かい作業
ご苦労さまです



デイサービス星の郷歌手のみなさんでーす☆



体操のお兄さん?!

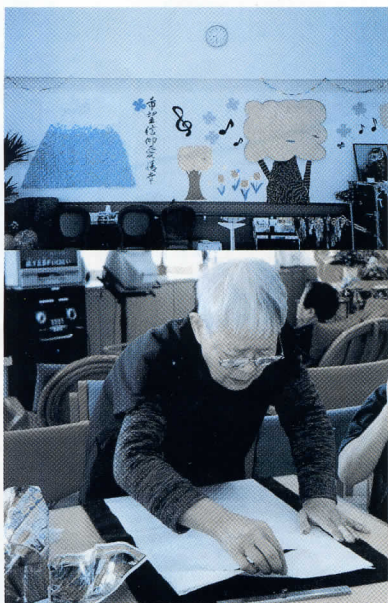


1. 2. 3...
運動・運動...

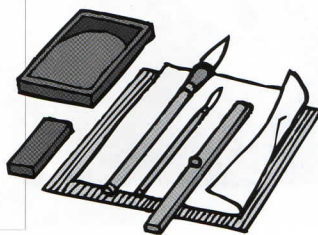
エイエイオ～!



仲良しなお二人で～す。



元氣にお早ようニコニコして
 100が始まり初冠てお茶を飲み
 ながら白星の郷 私達だけの
 お花見が出来ます万円の見事
 な桜エッセイそのうちには表紙を
 書いてます人智恵をいかに表
 五作から他愛りた話に夢中
 になつて笑ひ過ぎて涙を流すわらわ
 をかむやり好きお縁にうて楽園の
 ハジメのようす帰りの時間になん
 とつとつ、願いを叶へたいわが
 マターネと手を握る百は終ります



宮島柳子様の作品です
 デイサービスの壁に飾る字などは
 スタッフにわかり達筆な柳子さんに
 書いていただいでい
 ます。柳子さんいつ
 もありがとうございます
 ます。



湧玉(A)
宝永(B)

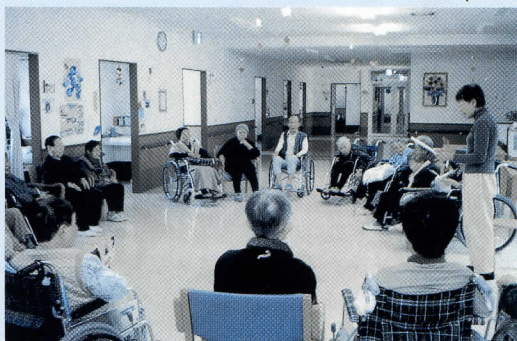
三月二十九日(水)、A Bフロア合同で雛祭りの会を開催いたしました。特養より七名様、シヨートより十二名様に参加されました。

雛役を囲み、まず、「雛祭り」の合唱でスタートしました。そして、メインイベントの記念写真の撮影。男性はお内裏様、女性はお雛様の衣装を身にまとい、雛飾りの前で、一組ずつ写真におさまっています。照れるゲストに「かわいいー!」「きれいだね!」「笑って!」の声が飛び交います。「次は私の番?」待ちきれない様子のゲスト。賑やかさが聞こえたのか、隣りのCDのゲストまで来て、写真におさまりました。「雛祭り」のBGMが流れる中、大盛況で終わったひとときでした。

貴船(C)
木ノ花(D)

いちばん星をご覧の皆様、こんにちは♪CDユニットです。今回はCDユニットがどんな入所様で構成されているか、少し紹介しましょう。まずCユニットは、いろんな事が気になって仕方がないF様、男性スタッフが大好きなT様、常に物静かなY様、Cユニット最高齢明治生まれのA様、日々の食事にはちょっとしたうるさいH様、最近読書にはまっているE様、みかんが大好きなS様、お茶を人一倍飲まれるH様、少し難しいY様、夜は多弁になるS様、いつもスタッフの手伝いをしてくれるK様、若い頃はスタイルが良かったであろうS様、帽子が大好きなK様、以上十三名の入所様で、構成されています。Dユニットは感情表現豊かなS様、時折涙を流されるE様、食事は常に平らげるY様、いつも誰かを待っているS様、怒ると怖いS様、見えないところで頑張っているM様、おしゃべり好きなI様、ご主人にとっても愛されているO様、いつも穏やかなS様、物知り博士のM様、靴下が嫌いなI様、女性スタッフが大好きなT様、いつまでも美しいY様、スタッフを癒してくれるM様、腕力はまだまだ現役O様、寝相の悪いN様、以上十六名の入所様で構成されています。個性あふれる皆様ですがユニットで生活を共にすることで、刺激しい、励みになっているように思います。

これからもスタッフと共に、支えあいつつ、暮らしていきます。





入所されてい
方には、必ずケア
プランというもの
があります。それ

す。施設で生活する為の目標みたいなものです。(気になっ
たご家族は、職員にケアプランについて質問ください)

私達介護職は、そのケアプランに沿って介護を行い元気に
暮らして頂けるように努力しています。しかし、認知症の方
には、理解してもらえないことがとにかく多い。歩行が不安
定な方に、歩行器(歩行を介助する機器)を使うようお願い
しても、すぐに置き忘れてしまう。

ケアプランに沿って正しい事をしている、本人にとって
は迷惑この上ない事なのかもしれない。それでは、介護では
なく調教になってしまいます。
そこで私達は立ち止まって考え
てみる。その人らしく生きても
らうことは、難しい。でも、そ
の人の尊厳を守りながら、穏や
かに過ごしてもらいたいとい
う気持ちは常にもつようになり
たいと思います。今後本人はも
より御家族にも誠実な対応をし
ていくフロアでありたい。



富士(E) 浅間(F)



た。ゲスト
からも、楽
しかった、
また、来て
欲しい！と
の声が聞か
れました。



朝霧(G) 白糸(H)

三月上旬、地
域の子供たちと
ゲストの交流を
持つことが出来

ました。元気いっばいの声が響
き、いつも静かなフロアが、お
祭りのような賑わいでした。子
供たちのはつらつとした歌声に、
普段、体を動かすことの少ない
方が、体を揺らしながら聞き入
っていたり、表情の乏しい方が、



子供たちの紙芝居につられ、ニコニコ顔だったり、私たち
スタッフでは出来ない、ゲストのよい反応を引き出してくれ
た子供たちに感謝、感謝です、お年寄りには、子供が大好きで
す。三十分という、短い時間が過ぎると、寂しいのか号泣さ
れる方がいらつしやる程です。私たちも、子供たちのはしゃ
ぐ姿を、目を深めて見ているゲストの姿に、喜びを感じしまし

栄養士

こんにちは。
梅雨の季節です。

これからの季節は、食中毒の多く発生する季節です。食中毒を起さない習慣を身につけましょう。

「清潔に」外から帰ったとき、トイレの後、調理する前、食事の前にはきちんと、手洗いをお願いします。なまものを扱った後は、手と調理器具を洗剤でよく洗いましょう。

「手早く」買ってきた食材は、帰宅後すぐに適温で保管しましょう。調理したものはすぐに食べましょう。冷ますものは手早く冷まし、冷蔵庫で保存しましょう。(時間がたってしまった場合、中までもう一度よく火を通します。思い切って捨てることも大切です。)

「殺菌」まな板・包丁・布巾は、使用后よく洗い、消毒しておきましょう。食品の中心まで火が通るようによく加熱しましょう。

医務室

暖かい春の陽射さしの中、みなさんいかがお過ごしでしょうか。今日和、星の郷医務室ナース六人です。気候は暖かいです。また、体調を崩しやすい季節でもあります。ゲストさん達の小さな変化も見落としてはなりません。体調の変化、心の変化をスタッフみんなで観察しています。体調不良者がいる場合には、ドクターに指示を仰ぎ、看護職、介護職共に協力しあいながら一日も早く回復して頂けるよう一生懸命ゲストさん達を看護しています。「目配り・気配り・思いやり」の心を持ち、いつもゲストさん達の笑顔あふれる星の郷でいられるように、体調管理しています。看護・介護する喜びを感じ、受け止めつつ、よりよい看護を、星の郷ナース六人で提供していきたいと思えます。

在宅介護支援センター

ちょっと生き方を見つめて…

人生八十年と単純に考えて一日は二十四時間：八時間は睡眠で八時間は仕事等に分けたとき、自分の時間として残り八時間。この八時間をどう使うかによって人生大きく変わる気がする。私はお風呂で歌う事が好きで下手な歌もエコーが効いて心地よい気分となりつついつい一時間位平気が入ってしまうんですが、一年で二一九〇〇分(三六五時間)八十年の内、約三年は湯船につかっていることになる。又テレビも二時間位つい見ってしまうんですが、バラエティー番組中心でいつも大笑いしています。これも時間に直すと一年で(七二〇時間)・八十年の内、約六年半も笑い続ける事になる。(おかげで長生きするだろう!)一日にたわいもない話をしている事も時間に直すと三時間位はしているだろう。一年で計算すると六五七〇〇分(一〇九五時間)八十年の内、約九年間たわいもない話に時間を費やしている事になる。

全てを否定するわけではなく心身のリフレッシュをする為にも必要ではあるが、日々何気なく過ごすことがとても、もったいない!そう思えて為らない。そう思うと、一日の使い方をどのように過ごすか常に考え行動するべきだと考える。前向きに一日一日を、その時その時を大切に、自分だけでなく社会の為・人の為・実りある日を過ごす事が大切だなと…そして自分自身を日々磨き、輝きのある価値ある人生を送りたいものだと、そう思う今日この頃です。

よく時間が無いと言っているが…やはり時間は自分で作るべきだと思う。

在宅介護支援センター

佐野啓子の一人事より。

介護予防

介護保険制度が変わりました！

星の郷では、一人一人にあったサービスを心掛け、その人がその人らしい生き生きとした生活が送れる様質の向上に努めております。

又介護保険制度が大きく変わり介護予防事業が導入されました。高齢者が介護を必要とする要因には疾病によるものと、老化によるものがありますが、いつ迄も健康で自立した生活を送る為重視されたのが介護予防事業です。

星の郷では高齢者でも身体機能低下を予防し、又虚弱化が著明となつてからでも元に戻す事が出来る事を示した方法を取り入れ、一人一人にあわせた運動機能向上の為のプログラムを作成し、取り組んで行きたいと思っております。

地域の皆様においても同様の取り組みや又気軽に施設に立ち寄って楽しんで頂ける様、企画調整中です。地域の皆様の心配事や、介護の相談はもちろんの事、御希望の講座等ありましたらお気軽にお声をお掛け下さい。

お問い合わせ

介護予防準備スタッフ

☎23-3328

近藤・佐野・小林

ケアワーカー

突然ですが、「燃え尽き症候群」ってご存じですか？今まで熱心に仕事に打ち込んでいた人が、突然無気力状態になってしまうことを「燃え尽き(バーンアウト)症候群」と言っています。

「とある特別養護老人ホームで働いている介護士Aさんは、一生懸命仕事をし、ゲストの要望にできるだけ応えられるようにがんばって働いていました。しかし、どんなにがんばっても亡くなってしまうゲストはあります。自分のやっている仕事に対して空しさを感ずるようになってしまいました。このような空しさによって、やがて心も体も疲れ果ててしまい、仕事へのやる気を失い、ついにはうつ状態へと陥ってしまいました。」が燃え尽き症候群の典型です。その他の症状として、無気力感、疲労感、不満足感、無感動などの症状、それが悪化すると、仕事を機械的にこなすようになり、アルコール依存、体調不良など身体症状も見られるようになります。

正直私もここ最近、この症状が当てはまりました。無気力・体調不良・介護マシーンになっていた事など結構思い当たります。(私)の場合は、介助する側・される側の感情など一切を無視し、ただひたすらにその日の仕事をこなし、家に帰る。ゲストの事を個別に考えると頭が混乱してしまつた状態でありました。そこで、四月と仕事のペースを落とした事が良かったのか、だんだん調子も上向きになりました。

この「燃え尽き症候群」は対人援助職に特に多く見られており、予防法としては、十分な休息をとること、全てを完璧にこなそうとするのではなく多少の妥協は許すこと、失敗したことに重点を置かず自分が達成してきたこと、出来ることに焦点を当て自分を肯定的に評価するといったこと、などが対応方法だそうです。みなさんもお気を付けて。



「介護サービス情報の公表」 がはじまります

利用者の適切な選択と競争の下で、良質なサービスが提供されるよう、サービスの専門性・生活環境の向上、事業者規制の見直しとして、平成十八年度より、「介護サービス情報の公表」がはじまります。

府県（またはその指定機関等）が実施主体となります。

また、公表される情報については、いつでも誰でも入手ができ、地域にあるすべての事業所について、同じ項目をもとに比較・検討ができます。

これは、介護サービスが利用者にとって円滑に選択され、利用されるよう、事業者・施設に対し、必要な情報の公表を義務つけた仕組みとなります。

公表する内容としては、要介護者等が適切かつ円滑に介護サービスを利用する機会を確保するために必要なもの（厚生労働省令で定める）とされており、介護サービスの内容（基本情報）及び運営状況（調査情報）に関する情報となります。

なお、公表並びに情報収集は、中立性・公平性、調査の均等性を確保するため、都道

「介護サービス情報の公表」

により、当事業所、施設においては、サービス改善のための自主努力のしくみなどを自ら公表し、良い事業者として利用者等から選ばれるよう、介護サービス全体の質の向上を目指していきます。



星の郷を見学して

A・C・C・国際交流学園

今年の二月六日に施設を見学させていただきました。どうもありがとうございました。日本語学校の外国人学生が、日本の福祉の現場を見て、どんな感想を持つのか興味深いものがありました。学生の中には、将来福祉の仕事に携わりたい者もありましたので、実際に見学できて、かなり満足できたようです。施設の充実ぶりには全員驚かされました。福祉に携わるということの厳しさ、大変さ、それから

学生の声

先日は星の郷を見学させていただきました。ありがとうございます。施設の広くてきれいな環境や、スタッフと入所されている方々の笑顔を見て、ここは本当にいいところだなと思いました。私も将来福祉の仕事がしたいです。大変だとすることはわかりましたが、がんばるつもりです！



編集後記

5月に入りだんだんと暖かくなってきたと思ったのもつかの間、最近の天気予報では雨マークばかりですネ…

梅雨も控え、日々の温度差が激しい毎日が続きますが、みなさん体調の方はいかがでしょうか？

さて、今日まで頑張ってきた広報紙「いちばん星」を作成してきたメンバーが、次回から新しくなります。

今まで応援して下さいましたみなさん、ありがとうございました。

梅雨のいやーな気分をふっ飛ばしてくれるような楽しい広報紙作りを目指して頑張りたいと思いますので、これからも「いちばん星」をよろしくお願いします。次回もおたのしみ！！

編集スタッフ

原田 有子 小林麻貴子
樋上 貴之 遠藤とめ子
鈴木 健哲 森山由紀子
佐野恵里子