



@HOME Wakaba
@HOME East
@HOME West

わかば通信

2007.5

VOL.7

デイサービスセンターあっとほーむウエスト事業開始のお知らせ

暖かくなり、緑が美しい季節となりました。

日頃より私どものサービスをご利用頂き誠にありがとうございます。

さて、このたび私ども社会福祉法人能登福祉会は、平成19年4月1日より「七尾市デイサービスセンター城山の里」の通所介護事業と訪問介護事業を引き継ぎ、サービス提供を行っていくことになりました。

当法人はこれまでご利用されていた利用者の皆様と今後ご利用くださる皆様に対し、充分満足して頂ける介護サービスをご提供できるよう、より一層専心努力する所存でございます。

なお、事業の継承にあたり、通所介護事業所の名称を「デイサービスセンターあっとほーむウエスト」に変更させて頂き、また、訪問介護事業のサービス拠点を「ヘルパーステーションあっとほーむ若葉」に移転してサービス提供を行います。

社会福祉法人能登福祉会が提供するサービスネットワークが広がり、地域の皆様に福祉・介護のサービスをご提供できる機会が増えることは私どもにとりまして誠に嬉しい限りでございます。今後とも変わらぬご支援とご利用を賜りますようお願い申し上げます。



デイサービスセンターあっとほーむウエスト

- サービス : 指定通所介護事業・指定介護予防通所介護事業
七尾市委託事業 閉じこもり予防型デイサービス
- 定員数 : 35名
- 営業日 : 月曜日～金曜日
(休館日: 土曜、日曜、祝日、12月30日～1月3日)
- 営業時間 : AM9:40～PM15:50

@HOME West

お祭り紹介 ～七尾 青柏祭 でか山～



山王神社の宮司さんのお母様であり、当施設にボランティアとして活動されているエナジー若葉の代表者大森カズ様に山王神社や青柏祭のいわれについてお伺いしました。

最初に山王神社のいわれと青柏祭についてお伺いします。

山王神社は正しくは大地主神社（オオトコヌシ神社）といい、総本宮は比叡山の「日吉大社」です。奈良時代に能登国守の守護神として日吉大社より分かれて創建されました。また、山王神社創建の際、七尾湾を琵琶湖に見立て、琵琶湖のほとりの唐崎神社を模して、七尾の小島町の唐崎神社も創建されました。

青柏祭は山王神社の祭禮で、1000年前の山王神社再建の時のお祭りが起源だそうです。青柏祭当日、山王神社での神事では、神饌を青柏の葉に盛りお供えしますが、このことより「あおかしわ祭り」、即ち「青柏祭（せいはいくさい）」と呼ばれております。

また11月には青柏祭と対の祭りとして赤良柏祭（あからがしわまつり）がおこなわれます。

青柏祭のお供え物でユニークなものは鯖を33匹（戦時中、集めるのが難しいということで3匹になりましたが）赤貝25個を神様にお供えします。

伝説では、人身御供の神事として、女の子を差し出すことになっていましたが、それに替わるものとして、でか山が奉納されるようになったそうです。

以前、青柏祭は5月中旬に開催されていましたが、なぜ5月初旬に移ったのでしょうか？

5月中旬に祭りがあると、仕事を休めないため人手の確保ができなくなるので、苦肉の策としてゴールデンウィークになりました。結果、観客も増え大変な賑わいとなっています。ただ、柏の葉は5月10日頃にならないと伸びないので、前の年の柏の葉を使用しています。また、竹の子やふきが祭りではごちそうですが、時期的にふきがまだ出ないことに苦労しています。

大森さんが思う青柏祭の見所はどの様な所ですか？

山王神社で行われる青柏祭神事で、最後に「しめ切の神事」があります。「これで青柏祭が終わりました。これからは市民のでか山の祭りですよ。」ということで、祭主がしめなわを刀で断ち切ることで、区切りとなりますが、これが神事の見所だと思います。（時間の都合で、奉納されたでか山は、この儀式の前に動き出すのですが。）

でか山の見所は、やはり巨大なでか山を、大テコを使い狭い路地で方向転換する「辻回し」や、橋の上で方向転換する「橋舞」などではないでしょうか。テコを扱う方、油を塗る方など大変危険が伴いますが、山を運行する方たちが心をひとつにして動かしていくことに感心します。

大変貴重なお話をありがとうございました。青柏祭がまた違った目で見られそうです。

🌸🌸久井かをり様🌸🌸 祝100歳おめでとうございます。 ございます。

2月15日に、久井かをり様 長寿を祝う会を行いました。



岡田理事長のあいさつ。「一日一日を、楽しく過ごされる事を祈ってお世話させて頂きます。」



飯田先生のあいさつ。「みんな、仲良く楽しく長生きしましょう。」

よつば保育園さんの慰問

おゆうぎ(4歳児) 獅子舞(5歳児) 合唱(全員)の後、「お誕生日おめでとうございます。いつまでもお元気でいて下さい。」と、久井様に花束のお誕生日プレゼントを贈りました。

おゆうぎのお返しに、ご利用者から園児さんにもプレゼントを...



スタッフによる七尾まだら(皆緊張していました。)



七尾市長より記念品の贈呈。

「100歳になってどんな気持ちですか？」など声を掛けて下さる。久井様から「ありがとう」と笑顔がこぼれました。

岡田理事長より記念品の贈呈。



ご家族からごあいさつを頂きました。



守施設長より閉会のあいさつ。

スタッフから色紙と千羽鶴のプレゼント。



これからも、お元気で長生きしてくださいね。



ボランティアさん

★独占インタビュー★

毎週火曜日にボランティアに来て頂いている**福田恵子**さんにインタビューを行いました。

Q・ボランティアを始めようと思ったキッカケは？

A・時間が出来た為、社会と繋がりを持ち、少しでもお役に立ちたいと思ったからです。

Q・ボランティアを通して学んだことはありますか？

A・「自分の家族だったら？」という気持ちを持って接する事が大切だと思いました。

Q・ご利用者や職員にメッセージを...

A・ご利用者の方は、一日一日を穏やかに過ごして下さい。

職員の方は、ストレスを溜めないように...

ありがとうございました。様々な方に助けられ、スタッフ一同感謝しております。これからもどうぞ宜しくお願いします。



パン屋さん特集

* 明治堂さん編 *

あっとほ一む若葉では特養の多目的ホールに月曜から木曜に日替わりで県内の4箇所のパン屋さんが移動販売にきてくださいます。

パンを心待ちにされるご利用者は多く、中には30分以上も前から待っていらっしゃる方も…。ちょっとふくよかになられる方がいる位本当にパン好きな方がたくさんいらっしゃいます。

今回は毎週火曜日に来られている明治堂さんのご協力を得て、明治堂さんにおける人気のパンを紹介致します。

現在あっとほ一む若葉での販売担当をして下さっているのは黒川和美さん（写真左側）です。朝10時過ぎから出発し、七尾市、志賀町、中能登町等様々な場所へ車で移動販売されており、多い日には15件程訪問されるそうです。あっとほ一む若葉には午後1時過ぎに来てくださいます。

明治堂さんの店頭での売れ筋商品は「夕張メロン」（写真A右上）です。メロンパンにメロンクリームが入った見た目もメロンのような楽しいパンです。

あっとほ一む若葉で人気があるのは、「パティシエール」（写真Aバスケット左側）。これはデニッシュ生地に生クリームとカスタードクリームを包んだパンです。またミニサイズのクロワッサンが入ったメープルクロワッサン（写真Aバスケット右側）も利用者様に好評だそうです。

そして今一押しなのは期間限定の「イチゴデザート」（写真A手前）。サクサクパイの上にイチゴクリームとイチゴがのった春らしい商品です。

皆様火曜日13時頃にあっとほ一む若葉に来られる際は美味しいパンが沢山ありますので是非買いに来てください。（都合により日によってはお休みされる場合もあります。）



明治堂 七尾市大田町108部13-1



イラスト提供：ふわふわ。り

新連載 わんこ巡り

今回紹介するのは、船木家のマルちゃんです。

□プロフィール

- ・ シーズー ・ 6歳
- ・ オス ・ 好きな食べ物 ちくわ



抱っこして。



□名前の由来

- ・ 飼い始めた時、まんまるで可愛らしかったのでマルちゃんと名付けられたそうです。

□性格

- ・ のんびりとした性格で、甘え上手だそうです。

ご利用者の作品紹介

養護老人ホーム利用者の方で普段から編み物や縫い物をされている達人たちの作品を紹介します！



手編み座布団



手編みベスト

製作者 小川よしの様

コメント：縞の色合いを考え、仕上げをきれいにすることに気がつかれました。友人や孫にプレゼントするのが楽しみ。



ズボン



ブラウス

製作者 三野済美子様

コメント：自分や友人の古着を利用して作っています。裁断による襟ぐりや袖ぐりが難しかったです。縫い物は自分で作れたと思うと楽しく、気分転換にもなります。



ジャケット



スカート

製作者 片平トメ様

コメント：ジャケットとスカートは着物を利用して制作しました。ジャケットのデザインは自分で考へ、ものさし等使わずに作成しました。生地さえあれば簡単なものなら何でも作ります。



手編みベスト



手編みセーター（小）

製作者 島崎たみ子様

コメント：襟ぐりの形が難しかったです。娘に勧められて編み始めましたが、同じく編み物をする友人に刺激を受け、お互い教えあって編んでいます。セーターは曾孫にプレゼントします。

皆さんからのお便り

優しさと感謝の日々

大平 道子様（利用者ご家族）

「春のうららの♪」に合わせ音楽好きの夫と2人で、共にテノール・アルトのパートで歌う事がとても楽しみだったのを思い出します。また、図書館の読書サークルで月例会の新刊本を読み、感想文を書き皆と話をするなど『ご機嫌』な毎日を過ごしていた頃は、介護疲れになることなど思ってもいませんでした。

一人娘が嫁ぎ、私も38年間の仕事に終止符。退職後は保育士としての経験を生かし「子育て支援」のボランティアでもと計画し、「毎日が日曜日」を満喫するつもりだった矢先、夫が「要介護2」の判定を受けました。

夜中にゴソゴソとタバコを吸うため動き出し、夜間タバコ禁止の立て札をテーブルに置くも効果無く、紙オムツもグショグショで心配で眠ることもできず、介護疲れから怒ることもあり優しさなど飛んでいってしまいます。

現在、あっとほ一む若葉のショートステイを利用するようになり介護疲れが軽減されたように思います。私にとっての1泊の重みはぐっすり眠れるひとときと共に、優しさと感謝を思い出す夜です。1日中夜中もベッドにいない夫を介護していただき、職員の皆さんには感謝・感謝です。

少しずつ認知症も入ってきており不安もありますが、弱音を慎み、定年まで40年間働いてくれた夫に対して、優しさと感謝をしなければならぬと思直す66歳の妻です。

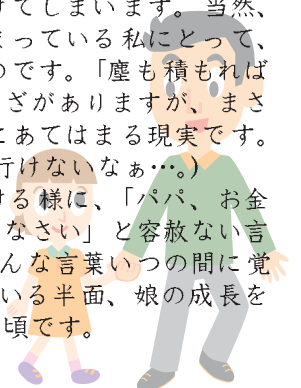
子供の成長は早いものです。

春木 恒（介護職員）

私には2歳になる娘がいます。一緒に車で外出するとよく、「パパ～、ジュース買って」と言います。可愛い娘の為ならと自分のお小遣いから出費していますが、最近はエスカレートしてきました。

近くで買い物するコンビニエンスストアで、前まで1本しかジュースを手にとらなかったのが、「これも飲む！」と言って、小さな手でジュースを抱え込みます。まあこれ位いいかと思いきやレジへ行こうとすると今度は「パパ、アイスもー」と泣き顔になり甘い私はつい買ってあげてしまいます。当然、お小遣いの金額が決まっている私にとって、この出費は大変なものです。「塵も積もれば山となる」とのことわざがありますが、まさにその言葉が今の私にあてはまる現実です。（このままじゃ飲みに行けないなあ…）

更に追い打ちをかける様に、「パパ、お金持ってるの？早く出さない」と容赦ない言葉を浴びせられ、「こんな言葉いつの間にか覚えてたんや!!」と驚いている半面、娘の成長を実感している今日この頃です。



睡眠は、脳と体を休めるためにとらなくてはならないものです。寝付きが良く、朝までぐっすり。起きたときに爽快感のあるそんな快眠を得るために、不眠を解消し、熟睡するための方策を紹介します。

◇規則的な生活リズムを身体に覚えさせる！

- ・朝起きたらカーテンを開け、日光を浴びて朝であることを体に知らせる。

◇仕事や人間関係のストレスは寝る前に解消しておく！

- ・帰宅途中や帰宅後に、あまり緊張しない程度の軽い趣味に集中して気分転換する。



◇寝る前は、心身のリラックスを心がける！

- ・お気に入りの音楽を聴いたり、ぬるめのお湯に20～30分ゆったりつかる。また、好きな入浴剤も効果がある。入浴は食後1時間半後が効果的。

◇寝付きを良くするために外からの刺激を減らす！

- ・外部の光はカーテン等で光を遮る。とくに東側の窓は早くから朝日が当たるので、遮光カーテンに。

◇寝る前の食事や飲み物にも注意！

- ・空腹では寝付きにくい為、ベッドに入る2時間前までには食事を終える。
- ・大量のアルコールは寝つきを良くするものの、アルコールの興奮作用や尿作用により夜中に何度も目が覚めやすくなる。睡眠の質が悪くなるので、快適な睡眠には食事のときに日本酒1合(ビール中ビン1本)程度にとどめる。

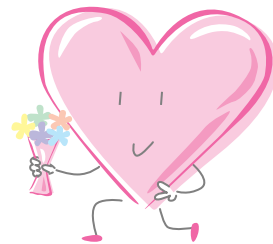


Q:『介護保険』(かいごほけん)ってなんですか？

A: 被保険者が保険料を納付し、介護が必要になった場合に介護サービスを受ける事ができる社会保険制度です。
「申請 認定」の流れを経て介護認定された方がサービスを利用できるようになります。

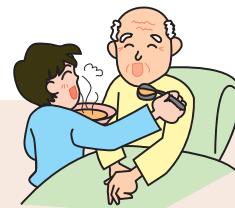
①65歳以上の方(第1号被保険者)

第1号被保険者のうち介護サービスを利用できる方は日常生活の中での家事などに支援が必要な方や、寝たきりなどで常に介護を必要とする状態の方です。
(要支援1～要介護5の方)



②40歳以上65歳未満の方で医療保険に加入している方(第2号被保険者)

このうち国が定めた特定疾病によって介護や支援が必要になった方は介護サービスが利用できます。
(要支援1～要介護5の方)
要介護者は要介護状態に応じて決められた給付額の範囲内で、希望するサービスを1割の自己負担で受けられます。



★介護サービスの種類★

- ・訪問介護(ホームヘルプサービス)
- ・訪問看護
- ・通所介護(デイサービス)
- ・通所リハビリテーション(デイケア)
- ・特別養護老人ホーム
- ・短期入所生活介護、短期入所療養介護(ショートステイ)
- ・福祉用具の貸与 など色々あります。

私たちスタッフが日頃使っている専門用語。今回は最もスタンダードな言葉をご説明させて頂きました。皆様にはできるだけわかりやすくお伝えするよう気を付けておりますが、もし、耳にして分からない事がございましたらお気軽にご質問ください。



栄養満点!! 簡単レシピ

高齢者に不足しがちな

カルシウム & ビタミンB1 たっぷりメニュー

自宅で介護されているご家庭で役立つレシピをお教えます。ぜひ参考になさってください!

きなこ牛乳プリン 【カルシウム】

材料 (1人分)

きなこ	大さじ2 (10g)
牛乳	100cc
さとう	大さじ1 (9g)
粉ゼラチン	1.5g
水	小さじ1 (5cc)
ゼラチンをふやかしておく	

作り方

水に粉ゼラチンを振り入れて、ふやかしておく。
鍋にきなこ、牛乳、さとうを入れて、きなこのダマがなくなるまでかき混ぜ沸騰させる。
火からおろした へ を入れて、完全に溶けるまでかき混ぜる。
の鍋底を冷水にあてながら、トロミがついてきて固まり始めるまで冷してから、型に入れて冷蔵庫に入れ冷し固めて、できあがり!!

注意 きなこは牛乳には溶けないので、あたたかいうちの型に入れて冷ますと底にきなこが溜まります。



ひじき入り炒り豆腐 【ビタミンB1】

材料 (1人分)

木綿豆腐	50g
にんじん	10g (千切り)
いんげん	5g (斜め千切り)
卵	20g
干し椎茸	1g (千切り)
ひじき	0.5g
豚小間肉	15g
しょうゆ	3g
さとう	2g
みりん	1g
サラダ油	0.5g

作り方

豆腐は荒くくずして熱湯に入れ、再び煮立ったらふきんを敷いたザルにあげて水気をきる。
鍋にサラダ油を熱し、豚肉、干し椎茸、ひじきを炒め、 を入れてほぐすように炒める。
にんじん、しょうゆ、さとう、みりんを加えて汁気がなくなるまで、炒り煮する。
最後に溶いた卵と、いんげんも加えて混ぜ合わせ、卵に火が通ったら、できあがり!!



【カルシウム】

《働き》

リン、マグネシウムなどとともに骨や歯を形成し、健康を維持する。
心臓の鼓動を保ち、筋肉の収縮をスムーズにする。
神経の興奮を鎮め、精神を安定させる。
血液を固めて出血を防ぐ。

《不足すると?》

骨や歯が弱くなる。
神経質になったり、イライラしやすくなる。



【ビタミンB1】

《働き》

ご飯やパン、砂糖などの糖質の分解を助ける。
脳の中樞神経や、手足の末梢神経の機能を正常に保つ。

《不足すると?》

食欲の低下。便秘。疲れやすい。
手足のしびれ。むくみ。心不全。



ご自宅でする介護豆知識

- ・お食事の際テーブルに濡れタオルを敷き、その上に食器を置くと食器のズレ防止に!
- ・毛布やバスタオルを丸めて身体に当てると、体位変換用の枕の代用品に!



貴重なご意見をありがとうございます



【ご意見の内容】 ご家族より

ショートステイご利用者より「自宅に戻り荷物を確認したところ、化粧品、下着、靴下がはいっていない。しっかり確認していない。」との苦情を受けました。

【改善結果】

調査したところ、一部の品目はご家族の勘違いと分かりましたが、下着が1枚足りませんでした。ショートステイご利用者の荷物チェックは必ず2人で、確認しながら行うこととしました。

【ご意見の内容】 ご家族を通じた第三者より

「通所介護の送迎が遅れた際、ずっと待っていたのに待たせた事へのお詫びもなく行ってしまった。」との苦情を聞いた第三者の方が「サービス業なのだから気を付けた方が良いですよ。」と忠告下さった。

【改善結果】

日頃、接遇には心がけておりましたが、まだまだ不足していることを反省し、再度職員に周知徹底いたしました。

【ご意見の内容】 ご家族より

通所介護から帰宅したご利用者が、ご家族に「毎日お風呂に入っていますか、臭いですよ。と職員に言われた。」と訴えた。ご家族が「職員の方がそんなこと言うはずがないでしょう。」と聞き返したら、答えが曖昧になってきたので本当のところを確認したい。

【改善結果】

ご利用時の本人様の状況等のお話を交え、ご家族と色々お話をさせて頂き、本人様の施設に対する遠慮から来る気持ちの表れである事がわかりました。対話を大切にする事によりご家族にご理解頂けました。

【ご意見の内容】 ご本人より

いつも上座に座っているので、男性ご利用者が良く思っていないのではないかと。また、職員も「いつも同じ場所に座っている」と言っているのではないかと。

他のご利用者にジーっと見られるので気分が良くなかった。

【改善結果】

ご自宅へ訪問し、本人様に納得して頂くまでお話を伺いました。職員はもとより、そのように思われている男性ご利用者はいない事をお話し、ご理解頂きました。その後継続してご利用いただいております。

【ご意見の内容】 ご本人より

夜間ナースコールを押したら「すぐ行きます」と返答があったが、来るのに15分も掛かった。来た時に強い口調で言い訳され、ナースコールを押しにくくなった。自分の希望を伝えたいが、聞いてくれなかった。

【改善結果】

職員に指導助言し接遇の改善に取り組み、接遇に対する検討会を開催しました。

また、自分の意向を押し付けず、利用者本位のサービスを提供することを再確認しました。

【ご意見の内容】 お便り箱より

おばあちゃんの食事介助をしに来たのに、「こちらで介助するのでいいです。」と断られた。家族が面会や食事介助を行う事が迷惑だととれる態度であった。また、隣席のご利用者がお食事を上手に食べられず手が汚れていたのを拭いたところ、「こっちでやるのでいいです。」と言われ、タオルをとられた。優しさを感じ取れず、とても不愉快になった。一人の職員の心ない対応によって全体の評価を下げる事となる。

【改善結果】

二度とこのような事がないよう、言葉遣いや態度には十分注意する事を徹底して促しました。接遇に関する研修は継続して実施しています。

【ご意見の内容】 ご本人より

養護老人ホームの洗濯機、乾燥機の位置が車椅子利用の方にとって高い為、何とかして欲しい。また、乾燥に時間がかかりすぎる為改善して欲しい。

【改善結果】

車椅子ご利用者、小柄な方が利用し易いよう、洗濯機3台、乾燥機3台をドラム式一体型洗濯乾燥機に切り替え致しました。結果、乾燥時間も70分短縮されました。

【ご意見の内容】 ご家族より

養護老人ホームのご利用者に面会をしたいので、電話する際にその方のデイサービスの利用予定を即答できるようにしてほしい。

【改善結果】

すぐにお答えできるよう養護ご利用者のデイサービス利用一覧表を作成し、周知いたしました。

スタッフの取り組み

～18年度はこんなこと勉強しました！～

私たち職員は外部研修の他に月1～2回施設内で研修会を開催し、知識や技術を身につけるよう取り組みを行い、お互いを高め合っています。

テーマによって対象者も異なり、全職員対象の研修から新人対象やリーダー対象のものまで階層別体系的に実施しています。講師は職員が務める他、外部より講師をお招きする場合も有り、最新の情報や必要な知識を習得するよう努めています。

研修方法は講義形式やグループワーク、実践などを行い、いろいろなテーマでの事例研究発表会も開催しています。

ちなみに18年度はこのようなテーマで行いました。

「介護保険制度改正のポイント」

「ターミナルケア」

「高齢者の口腔ケアと嚥下障害」

「介護の基本」

「リーダーシップの基本」

「緊急時・特変時の対応」

「高齢者の特性について」

「リスクマネジメント」

「危険予知の勉強会」

「パソコンの操作法」

「安全・安楽な移乗介助法」

「コミュニケーション技法」

「感染防止対策について」

「身だしなみの援助」

「事例研究発表会」



ご寄付頂きありがとうございました。

福祉の向上に心温まるご芳志をありがとうございました。

J A能登わかば女性部	様	瀧本光弘	様
七尾市社会福祉協議会	様	羽座栄子	様
香島中学校ボランティア委員会	様	高松利夫	様
東湊小学校	様	山口清信	様
古城町町会長 山本 敏夫	様	達 清	様
たっしゃで楽しまんかいねグループ	様	大森カズ	様

そのほか、多くの方々からタオル等を寄贈賜りました。
頂きましたお気持ちを利用者の皆様の為になるよう使用させていただきます。

(順不同)



～スタッフ募集中～

あっとほ一むな職場で私たちと一緒に働いてみませんか。
ご家族、ご親戚、お知り合いの方をご紹介して下さい。

看護職・介護職募集
経験者・資格保有者優遇

パート職員希望の方は、勤務時間等
調整いたします。

勤務時間等詳細は下記担当者または
ハローワーク七尾まで

連絡先 **0767-53-8701**
あっとほ一む若葉 総務部 林



編集後記

若葉が美しい季節となりました。ピクニックなどに出かけ、のんびり日向ぼっこや読書をするのもよいですね。

今回のわかば通信は「自分が貰った時に楽しめる広報」をテーマに企画いたしました。

また、ご自宅で介護されているご家族にも役立つ情報を採り入れ、介護に限らず楽しい記事作りを委員皆で心がけました。

あっとほ一むにもっと親しみを持っていただけるようこれからも頑張っていきたいと思えます。

* 広報委員 *

岡田 真季	達 一誠
寅松 由佳	別本奈緒子
前田 久美	松本 学
山本 哲久	



指定介護老人福祉施設
特別養護老人ホーム あっとほーむ若葉
0767-53-8701
0767-53-8715

養護老人ホーム あっとほーむ若葉
0767-53-8702
0767-53-8716

指定短期入所生活介護
特別養護老人ホーム あっとほーむ若葉
0767-53-8701
0767-53-8715

指定居宅介護支援事業所
あっとほーむ若葉
0767-53-8703
0767-53-8718

社会福祉法人 能登福祉会
0767-53-8700 (代表)
0767-53-8715
URL : <http://www.homewakaba.com>

指定訪問介護
ヘルパーステーション あっとほーむ若葉
0767-53-8704
0767-53-8718

七尾市在宅介護支援センター
あっとほーむ若葉
0767-53-8713
0767-53-8717

指定通所介護
デイサービスセンター あっとほーむイースト
0767-53-6690
0767-53-6691

指定通所介護
デイサービスセンター あっとほーむウエスト
0767-54-0477
0767-54-0551