



# wakaba

通信

わかば

URL : <https://www.homewakaba.com>



「別々の人生が重なり親友に」

あつとほ一むウエスト

# Photo Album



あっとほーむ若葉  
「冬を彩る手作りツリー」



あっとほーむウエスト  
「重ねた歩みが今日の  
素敵な笑顔に」



あっとほーむイースト  
「大きいの掘れました!」



あっとほーむ若葉  
「桜と共に新たな季節の  
幕開け♪」



あっとほーむ若葉  
「久しぶりの小旅行♪」



あっとほーむレガール  
「美味しい笑顔」



あっとほーむコモド  
「Xmasファッションショー」

座ったまま運動「サザエさん体操」で地域とひとつに！  
あっとほーむコムド



年齢の方やご家族、関係の皆様も一緒に体を動かしてください、自然と手拍子や笑顔が広がる和やかな時間となりました。

「知っている曲で楽しかった」「みんなと一緒に体操できて嬉しい」などの声も頂き、職員にとっても心温まるひとときでした。  
毎回の参加を通して、地域とのつながりの大切さを感じています。

今後も地域行事への参加や、コムドでのイベント開催を通じて、地域の皆様に介護施設をより身近に感じていただけるよう、交流の機会を大切にまいります。

9月に、南大舌地区敬老文化祭に参加しました。  
地域密着型の施設であるコムドは、日頃お世話になっている皆様との交流を深めること、地域行事への参加を大切にしています。  
当日は「サザエさん」のテーマ曲に合わせ、椅子に座ったままでできる体操を職員4名が披露しました。  
「サザエさん体操」は無理のない構成で、幅広い年代の方が参加しやすい内容だったこともあり、会場の高



フォトアルバム／座ったまま運動「サザエさん体操」で地域とひとつに！／作る・撮る・楽しむ活動 あっとほーむウエストクラブレポート

作る・撮る・楽しむ活動  
あっとほーむウエスト クラブレポート

クラブ活動に力をいれているあっとほーむウエストで特に盛り上げている活動をご紹介します

ハンドメイドクラブ

アイデアを形にし、地域やお世話になっている人へ  
つるし飾りやブローチなど、これまで沢山の作品を制作してきました。  
ブローチは、ボランティアで来て下さっているオカリナサークルの皆さんへプレゼント。後日、そのブローチを身につけて演奏に来て下さり、利用者さんも「大切に使ってくれているんだね。」と嬉しそうにされていました。  
つるし飾りは矢田郷コミュニティセンターへ贈り、飾って頂いています。お立ち寄りの際は、ぜひご覧になってみてください。



映えスポットクラブ

想像力が花開き、撮影までワクワク  
今年度スタートした「映えスポットクラブ」。担当職員は「仕事が好きな方も、体が不自由な方も、みんなが参加できるクラブにしたかったんです。施設が明るくなり、利用者さんの気持ちも明るくなるスポットを作りたいと思いました」と話します。  
「映えて何？」と首をかしげていた方も、スポットが完成すると「素敵!」「今の若い子はすごいね!」と大変喜ばれ、撮影時は自然と表情がほころびます。  
作る楽しさと、撮る楽しさが重なり、活動のたびに明るい声が響いています。



月夜に浮かぶイメージでスポットづくり

新作はSNSで随時ご紹介します!

皆様が安心して生活を続けられるよう、デイサービスやショートステイ、特別養護老人ホームでは、担当の機能訓練指導員を中心に、日々様々な訓練に取り組んでいます。

## ▶ あっとほーむイースト 機能維持と回復にむけた活動



筋力訓練や歩行訓練、拘縮が強い方への関節可動域訓練、認知機能の維持向上を目的とした活動を行っています。

少人数で実施するため、和やかな雰囲気の中で無理なく参加できるのが特徴です。



ご本人やご家族から伺った困り事を元に、その方に合わせ個別訓練を行っています。レクリエーションにも取り入れ、楽しみながら機能維持に繋がるよう工夫しています。「できることを増やす」だけでなく、「今の生活を続けられるように支える」ことを大切にしています。

季節の壁飾りづくりや、「作ってみたい」という思いに寄り添った作品づくりにも取り組んでいます。手先を動かす活動は機能訓練にもつながり、完成した作品は大きな達成感となっています。



身体機能の維持向上はもちろん、介護されるご家族の負担が少しでも軽くなるよう、訓練を通して支援しています。

イーストは笑い声が絶えない明るい雰囲気です、私たち職員も利用者さんと一緒に楽しく過ごしながら、寄り添った支援を続けています。



### 利用者さんの声

Y.F様 「イーストで習った足の体操を自宅でも続けています。転ばないように、自分のために取り組んでいます。」

T.F様 「訓練した日は、身体や足がとても楽になります。背中が丸まってしまうので、腕の上げ下げ体操をして、なるべく伸ばすようにしています。」

## ▶ あっとほーむ若葉 日常の中で無理なく続ける 生活リハビリの実践

特別養護老人ホームでは、専門職が行う機能訓練に加えて、介護士が中心となり、利用者さんの生活がより豊かになることを目指し、生活機能の向上に取り組んでいます。

人は環境が変わることで、何をすればいいかわなくなったり、役割や自信を失い、孤独感を抱くことがあります。それにより活動量が低下し、身体機能だけではなく、認知機能にも影響が出ることがあります。そこで、利用者さんの思いを聞き、日常の中でできる事をご自身で行ってもらい「生活リハビリ」を大切にしています。内容は、その日のご気分や体調、できる事に合わせて個別に調整しています。

食事や移動などの日常生活動作のほか、洗濯物たたみや日用品のセットなど、職員が見守りながら無理なく取り組める作業を通して、活動量の確保や身体機能の維持につなげています。また、「できることがある」という気持ちは役割の再発見となり、意欲や自信の回復、認知機能の低下予防にも効果が期待できます。こうした積み重ねが、「その人らしい暮らし」を支える力になります。

皆様が安心して過ごせる環境作りと、残存機能を生かしたりリハビリの取り組みを大切にしていきます。

104歳

山田 あきみ様



ご兄弟は何人ですか？

女4人、男2人の6人きょうだいで、私は3番目です。みんな長生きで、90歳を超えるまで生きました。

ご家業「山田屋」の始まりを教えてください。

祖父の母が女郎浜町（現府中町）で魚の小売りを始め、その後作事町でお店をかまえ、夫婦2人で魚卸を始めました。

何歳までお仕事をされていましたか？

90歳近くまで会社を手伝いました。すごいですね。お仕事で苦労されたことは何ですか？

島（能登島）から出てきて何も分からず、そろばんを覚えたりなど、いろいろと苦労しました。

ご趣味を教えてください。

以前は会社裏の小さな花畑で、仕事後によく草むしりなど暗くなるまでしていました。旦那さんとは仲良く旅行なども行きました。

日頃、山田様のデイサービスのお迎えに伺うたび、とても愛されて暮らしているご様子が伝わり、幸せにお過ごしだと感じています。

大正10年9月27日  
能登島の鰻目生まれ。

ご長男夫婦、お孫さん夫婦、ひ孫さんと9人暮らし

98歳

松本 ゆり子様



ご主人との思い出を聞かせて頂けますか？

山が好きな人でね。富士山の五合目まで二人で登ったり、乗鞍岳や大阪の山にも沢山行ったのよ。亡くなったけれど何でも話を聞いてくれる本当に優しい人だったの。

素敵なお主人ですね。二人で登山に行くなんてとても素敵な趣味ですね。ゆり子さんのご趣味は？

女子挺身隊（第二次世界大戦中、軍

需工場などへ動員するために組織された勤労奉仕団体）から帰ってからは、生け花や、お裁縫、着付け、習字など沢山の習い事してきたのよ。今は塗り絵をしているの。見本を見ながら同じような色合いを作るのが難しくてね。

（塗り絵を見せて頂き）本物みたいにお上手です。色合いが素敵ですね。長生きの秘訣はありますか？

100歳まで車椅子には絶対乗らないよ

うにって（笑）今は美味しいものを食べている時が一番幸せよ。100歳になってお祝いのちゃんちゃんこ着たいわね。

昭和2年6月21日  
能登部生まれ。

17歳で愛知県の女子挺身隊に志願入隊。空襲の恐ろしい体験を経て終戦後帰郷。20歳でご結婚。

## 養護老人ホームの暮らし



近年、単身高齢者の増加や、地域の支えあいの希薄化など、暮らしが変化する中で、養護老人ホームの社会的役割は重要になるといわれています。

経済的な困難や住環境の悪化、頼れる家族がないなど、生活基盤に不安を抱える高齢者は年々増加するとみられており、社会的に孤立して声を上げられない方もいます。

こうした状況の中、市町の措置による入所施設として、市町と協力し「最後のセーフティーネット」としての役割を果たせるよう、生活再建に向けて総合的にサポートしています。また、自立支援を大切にしており、お一人おひとりができる限りご自身らしく毎日を送れるよう生活を支援しています。

相談支援や社会参加の機会をすることで孤立を防ぎ、必要な方には、介護保険サービス事業所と連携しながら生活支援と介護の両立を図ることで、安心と自立を支えられるよう取り組んでいます。

### 季節に沿った暮らしを共に楽しむ



### 交流の機会を作り、繋がりを深める

日々の生活を大切に過ごしなが、食事や体操、季節の行事やお祝いなどを通じて、他の利用者さんと時間を共有されています。

また、地域との交流など、暮らしに自然と笑顔が生まれ、楽しみを感じながら暮らせる環境を提供することを大切にしています。

### 利用者さんをサポートする、様々な支援



#### 訪問リハビリ

介護保険利用で、理学療法士・作業療法士が来所し、機能維持・回復のためのリハビリを実施。目標を持って訓練をしています。



#### 訪問介護

生活動作に介助が必要な方には、訪問介護事業所のヘルパーが、養護の支援員と連携し、入浴・移乗・排せつなどの身体介護を提供します。



#### 生活の相談

生活する上での困り事、お金や手続きに関する相談、ご家族との連絡調整は、担当の生活相談員がサポートしています。



#### 買い物支援・外出支援

日用品・おやつ等の買い物支援を毎週実施。外食・外出行事や、ご自宅への外出支援も行っています。

# 認知症ケアをともに深める時間

対話から気づきを育てるグループワーク あつとほ一む若葉

10月に認知症ケアに関するグループワークを開催しました。主体となったのは、部署の各チームをまとめるリーダー職員で、特別養護老人ホーム、短期入所生活介護、養護老人ホームの看護職、介護職が参加しました。

事例をもとに、行動・状況・ケアの経過を整理しながら、フラットに意見を交わし、他グループの意見も共有することで、多角的に捉える時間としました。

「原因を分析する力」・「思考を広げる力」・「視野を広く持つ力」を養い、サービスの垣根を越えて学びあう場として、有意義な機会となりました。



## 参加した特別養護老人ホーム職員の感想

"同じ事例を読んでも、それぞれが汲み取る部分や見方が違い、多くの意見が生まれました。どの意見も興味深く、もっと話を聞きたいと思える内容ばかりでした。私はまず、事例の中から「すぐに解決すべきこと」と「今でなくてもよいこと」を整理し、その上で「どこに焦点を当て、

どうすれば解決に繋がるのか」を考えながら意見をまとめました。

グループ内外で話し合う中で、自分とは異なる考え方に触れ、思考が広がっていくのを実感しました。また、普段はあまり関わる機会のない職員の方々と意見交換ができたことも、大きな収穫でした。より良いケアにつながる架け橋だったと感じました。"

## ケアマネcafeに参加

居宅介護支援事業所あつとほ一む若葉

石川県介護支援専門員協会が主催し、能登中部・北部のケアマネジャーが集まる「ケアマネcafe」に参加しました。

ケアマネジャーは、日頃の業務で医療関係者や介護サービス事業所の職員と連携する機会は多いものの、ケアマネ同士が交流する場は意外と少ないのが現状です。

ケアマネcafeは、そうしたケアマネ同士のつながりを目的に開催されており、昨年度は秋に矢田郷

地区コミュニティセンターで行われました。

学びのコーナーでは、今後の業務に欠かせなくなると考えられるICT講座が開かれ、パソコンの基本操作や便利な文字入力の方法、近年話題のAIの仕組みについての説明がありました。さらに、AIを活用して、普段の担当者会議や打ち合わせの議事録を作成してみる体験も行われました。

そのほか、定期的な服薬をサポートする「お薬ロボット」の体験や、

電動車いすの試乗など、実際に触れて学べるコーナーもありました。

また、私たちケアマネ自身も健康チェックを受けました。ストレス度測定や血管年齢、野菜摂取量など、皆自分の数値を見て安心したりショックを受けたりと、にぎやかな時間でした。ケアマネcafeへの参加を通して、他の居宅支援事業所や施設のケアマネ同士と交流し学び合いながら、業務に活かしていきたいと感じました。

# ICT活用による業務プロセス改善

## 消耗品管理のスマート化

日本では75歳以上の人口が増え、要介護認定者も増加しています。一方で、令和5年度には介護職員数が初めて減少し、介護人材不足が深刻になっています。

あっとほーむ若葉では、限られた人員でもより良いケアを届けられるよう、ICTを活用した業務の効率化を進めています。そのひとつが、消耗品管理を効率化する

「Yomi2 (ヨミヨミ)」の導入です。

おむつやマスク、手袋などの消耗品はケアに欠かせませんが、在庫確認や発注といった管理業務は時間がかかり、職員の負担となっていました。

そこで、スマホとバーコードを使った在庫管理・発注システムを導入し、消耗品管理にかかる時間を大幅に削減しました。これにより、施設全体で在庫管理ができるという安心に繋がりました。

こうした業務のスマート化により、ケアの質向上を目指しています。



「Yomi2 (ヨミヨミ)」は、消耗品を使う際にバーコードを読み取るだけで在庫情報が自動送信され、納入企業がリアルタイムで各フロアに補充してくれる仕組みです。在庫確認や発注、運搬を行う必要がなく、業務が効率化されました。

ステージ披露・オンライン交流  
利用者の皆様との温かいふれあいの時間をありがとうございました。

- 飯川天狗太鼓 様
- 大村翠静社中 様
- コーラス鹿西 様
- 城山民謡会 様
- 新蔵富美雄一座 様
- 七尾あいじこども園 様
- 七尾市シルバー人材センター 様
- オカリナサークル 様
- 七尾みなと放課後児童クラブ 様

### 作成・編集 広報委員会

- 小山 真季
- 岡崎希乃花
- 受川 佳奈
- 島田 妙子
- 近間 育滋
- 今田 京子
- 小坂 葉菜
- 赤坂真理子
- 津梅 志穂
- 谷 希



インスタグラムQRコード

各施設の日々の出来事や取り組みを投稿しています。ぜひ、フォローを願います

- 七尾民謡会 様
- ナニフラスタジオ 様
- 橋本 廣子 様
- 浜風笑楽太鼓 様
- 東みなとこども園 様
- 湊谷 世津子 様
- 港町豊漁太鼓 様
- 矢田神社青年団 様
- 山崎 孝弘 様
- 山崎 敏枝 様
- 令和7年8月〜1月末まで

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  
TEL.0767-53-8701 FAX.0767-53-8715

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

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  
TEL.0767-53-8701 FAX.0767-53-8715

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

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

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

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

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

小規模多機能型居宅介護施設 あっとほーむコモド  
TEL.0767-59-1290 FAX.0767-59-1291

小規模多機能型居宅介護施設 サービス付き高齢者向け住宅 あっとほーむレガール  
TEL.0767-53-0071 FAX.0767-53-0072