

社会福祉法人 緑寿会

特別養護老人ホーム 山科苑

デイサービスセンター 山科苑

居宅介護支援センター 山科苑

京都市山科区大塚野溝町3番地

TEL (075) 593 - 0800

[ryokuju@agate.plala.or.jp](mailto:ryokuju@agate.plala.or.jp)

<http://www3.plala.or.jp/ryokuju/>

# 花咲かだより

題字 森 キヨさん

Blog  
好評up中!



ようこそ! 山科苑へ





### ご挨拶

施設長  
吉澤 英樹

新年あけましておめでとうございます。  
平成二十五年の年頭にあたり、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

旧年中は当法人運営に、ご理解、ご協力を賜り誠にありがとうございます。心より感謝申し上げます。本年もどうぞよろしくお願い致します。

さて、平成二十五年は、山科苑が開設して二十周年を迎える節目の年となります。  
職員一同が、よりご利用者に対してのケアについて、考えていく説目でもあると考えます。

法人では、建物の設備や内装などハード面に關しまして少し手を加えたく現在検討を重ねております。何を、どのように実施していくのかは、またご報告させて頂きますので楽しみにしていただければ嬉しく思います。

今年の干支であります「己」は不老長寿のシンボルだそうです(脱皮↓再生するので、強い生命力を連想させるそうです)。我々の仕事においても、ご利用者さんやご家族さんにとっていい年になるように日々脱皮し、再生し続けなければと思っております。  
改めて、皆様にとっても、素晴らしい年になりますように願っております。



### 新型リフト車



公益財団法人 中央競馬馬主社会福祉財団 様  
社団法人 京都馬主協会 様 より  
車椅子用福祉車両購入事業の助成をいただきありがとうございます。ありがとうございました。

### 来客用駐車場

前回、特養のアンケートにご意見をいただきました来客用駐車場が少ない件に關しまして。あらためて、金・土・日曜日は、来客用駐車場として3、5、6番をご用意致しました。ご遠慮なく、ご利用ください。また、山側の半分も当苑の駐車場になっておりますので、3、5、6番がいっぱいの際はそちらをご利用ください。





# 大運動会



10月は運動会を開催しました。力の強い方も弱い方もどんな方でも参加でき、皆様一人一人が楽しめる競技を7種目(全て山科苑オリジナルです)用意し楽しんでいただきました。

写真は2人が組になって、自分の力士を動かし相手の力士を倒す競技です。2人が協力して力士を動かすのは難しいのですが、2m程の力士がぶつかり合う様は迫力満点で、大いに盛り上がりました。

# クリスマス会



12月のクリスマス会は、恒例の職員芸です。1年間の感謝を込めて、職員が身体を張って芸を披露しました。抱腹絶倒!皆様にお腹を抱えて笑っていただきました。

いつもご利用くださり、ありがとうございます。  
これからも、皆様と一緒に職員一同がんばらせてください。

## いっぱい楽しんで、思いっきり笑って、元気になって

### 職員紹介: 本多 恭子

昨年の7月より、16年間の山科苑特養勤務を経て私のたっの希望にてデイサービス勤務となり皆様と一緒に働く事になりました。

年齢と態度では新人とは思えない“おおちゃく”なおばはんですが、よろしく願い致します。

余談ですが、ワタクシは山科苑で一番年上の介護士でございます。

そして、学生時代からのジュリー(沢田研二様)ファンで、年に2、3回コンサートやお芝居に出かけ、ノリノリに弾けたりシットリ観賞しています。

ご縁があつて皆様とお逢いし、一緒に過ごせる事の喜びを感じ、贅沢な毎日を送れるシアワセに感謝しています。



# 行事ダイジェスト



カゴの屋で昼食をたべて



京都府植物園へ



京都イオンで昼食をたべて、水族館に。



キャンペーンで作品作りに挑戦



梅小路のレストランで昼食。



京都水族館イルカプールにて記念撮影



三十三間堂を見学、千体と言われていますが千一体目を発見し・・・



永観堂 南禅寺 毘沙門堂 日吉大社へ

## 秋の遠足



**10キログラム**

山科苑の3階フロアに神社が出現しました。元旦から、2階、3階のご利用者はもとより、職員もお参りしているようです。背景に、朱色の鳥居があり、絵馬の奉納も受け付けています。少々眺めておられますと、みなさん家族を気遣う内容や、健康を祈願されていました。ただ、中には、体重マイナス10kgと匿名で書かれた物も、皆さまもお参りの際は、誰が書いたか想像してみてください。

広報取材班

## 紅葉ドライブ



**みんなでわいわい**

昨年の話しになりますが、12月28日に、2階フロアにて、お餅つきを行いました。杵つきは、ご利用者はもとより、ご利用者のご家族、厨房職員、施設長、介護職員、職員の家族も一緒におこないました。そのような中で、今年百七歳になられるご利用者もつかれました。何より、職員がショーの様にいくつではなく、上手ではないものの、みんなで、わいわいとつきあげ、まるめるお餅は最高。「やわらかくておいしいかったです」と。

つまみ食い職員より

## グッとよくなる



元旦祝賀会は、一人の入院者もなく全員そろって行うことが出来ました。本年は、出勤職員が前に並んで、ご挨拶させていただきました。職員の一人は、着物に着替え、ご利用者ひとりひとりにご挨拶にまわりました。「普段は、動きやすい服装の職員が、着物に着替えるだけで、場の雰囲気はグッとよくなる」と、男性利用者が、言ったとか、言わなかったとか。元旦の楽しみも、人それぞれですが、何はともあれ、皆さまが元気に新年を迎えられた事が一番かと。

山科苑 職員一同



## それは見事なお手前



山科苑でのお正月はどんな感じなのでしょう？元旦は、祝賀会の後にカルタ取りや、双六(すごろく)、福笑いなどをしながらのんびりと。一日は、書き初めをおこないました。三日は、初釜を行いました。茶道をたしなんでいた職員が、道具を持参しおこなっていました。当初、それ程しつかりとしようとは思ってはいなかったとの事でしたが、初めてみると「ちよつと貸してごらん」と、皆さまそれはみごとなお手前でしたと。

初釜参加職員

## クリスマスイベント



12月24日 クリスマスディナーパーティーをご家族と共に。



12月25日 音羽中学校吹奏楽部と恒例の交流会



## 大晦日カラオケ大会



今年入所した方や、ご家族そろっての大晦日カラオケ大会



**2階の生活**

2階フロアでは今、個別のリハビリに取り組んでいます。以前からもリハビリには取り組んでいましたが、他の業務や対応に追われ、毎日継続して行う事ができない時がありました。

理学療法士、作業療法士の先生方と連携を取りながらその人の歩行状態に合わせた歩行リハビリを行っています。今年、どのように取り組んでいけばリハビリを継続して行えるのか、フロアのリハビリ委員が中心となり、改めて考え直しました。歩行リハビリを行う事の目的は筋力維持ですが、ただ毎日決めた距離を歩くだけではなかなか定着していきませんでした。リハビリの他に何か目的を作ってはどうか、という案があり、1回リハビリをしたら1つピース貼っていく、1ヶ月継続して行くと1枚の絵になる、というパズルのようなものを作成しリハビリを行う事となりました。リハビリを行うご利用者に説明し、一緒にリハビリを行うと、「何の絵が完成するんやろ?」「これは何や?」「もうちょつとで絵が完成するわ」「もうこれだけ歩いたんやな。」と絵が完成するのを楽しみにされたり、自分がこれだけリハビリを行ってきた、と実感されてたりしておられました。

10月から始め、あるご利用者は3枚の絵が完成し、今は4枚目の絵を完成させる為に毎日リハビリに取り組んでおられます。歩行リハビリは足の筋力維持の為に、リハビリを行う中でご利用者の持つておられる思い、「歩いてどこか出かけた」「家に帰りたい」など様々な思いを改めて感じます。

歩行などのリハビリを行う事は筋力の維持にとつては必要な事ですが、ただ毎日リハビリを繰り返すという簡単なことがフロアでは出来ないときがあり、今年、ご利用者が自ら行っているリハビリの成果が見て分かる、歩行リハビリをするもう一つの目的を作る、というひと工夫をする事でリハビリを継続して行う事をしていきたいと思っています。

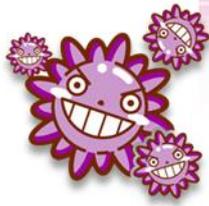
現在は対象としているご利用者は数名ですが、今後はもっと多くのご利用者にとつても、毎日の生活の一部となる事が出来るよう、ご利用者と一緒に考え、行っていきたくと思っています。

密着24時?

# 感染症対策



ナースのお仕事を  
ちよっぴり紹介!  
医務室 だより



最近ニュースでも報じられているウイルス感染症。特別  
養護老人ホーム山科苑での感染症対策って？



冬はインフルエンザを始め、ウイルスや細菌による感染性胃腸炎などの感染症が流行するシーズンです。ウイルスや細菌は、多くの場合、ウイルス等に触れた手を介して感染が拡大します。自分自身でできる予防のポイントは【手洗い】と【うがい】です。

## ノロウイルス

一般には、牡蠣などの二枚貝を原因とする食中毒の原因ウイルスとして注目されていますが、最近では、人から人への感染や汚染された器具が原因で感染する感染症としても重要視されています。潜伏期間は1~2日以内です。乳幼児から高齢者まで、年齢に関係なく発症します。突然、吐き気や嘔吐を発症し、続いて下痢、腹痛が起こってくるのが特徴です。高齢者では、下痢による脱水症や合併症により重症化することがあります。

予防法は、吐物等の処理後には十分な手洗いが特に大事です。消毒には、塩素系の消毒薬が有効です。吐物や糞便は速やかに処理することが感染防止に重要です。ウイルスは乾燥すると空気中に漂い、これが口の中に入り感染することがあるので、便や吐物を乾燥させないことが重要です。

## インフルエンザウイルス

インフルエンザはインフルエンザウイルスによる急性感染症の一種で。発病すると、高熱、筋肉痛などを伴う風邪の様な症状があらわれ、急性脳症や二次感染により死亡することもあります。11月下旬から12月上旬に始まり、翌年の1~3月頃にピークとなり、4~5月にかけて減少します。咳やくしゃみから、つばが飛沫し感染していきます。予防は飛沫したものに触れないことで、マスク、手洗い、うがいが有効です。また、疑いのある方も、マスクをつける、咳エチケットもいわれています。どちらのウイルスも、高齢者は死につながる可能性のある為、十分な注意が必要となってきます。



## 山科苑での対策について



文 看護師 辻中 政代



玄関に消毒液とマスクを設置。感染症の注意喚起をする、垂れ幕も。



玄関に入っすぐの、手洗い場にも、マスク、消毒液、うがい用具を設置。ご利用者はここを使用。



加湿器の2階、3階フロアに10台、居室にも、1台ずつ計26台設置しています。



居室内の加湿器、能力が落ちていた場合は、最新のものに交換しています。



エレベーターの入り口には、次亜塩素酸ナトリウム水溶液の含んだマットを設置。



スタッフルームには、各ウイルスに関する予防・対応マニュアルを置いて、啓発を促しています。



加湿器の設置以外にも、ぬれタオルも設置し、少しでも湿度を上げるようにしています。



それでも、何か起こるか分からない。もしもに備えて、感染症緊急セットをいつでも出せるように各フロアに配備。



感染症について、研修をおこない、スタッフひとり一人がしっかりと対応できるようにしています。



## 居宅介護支援センターだより



昨年、研修でお互いに影響を受けた著書を紹介するという機会がありました。この時に紹介した本ではないのですが、1年を通して印象に残ったのは三浦しん著『舟を編む』でした。ふらりと寄った本屋に2012年度の本屋大賞受賞ということで平積になっており何気なく手にとったのですが、とある出版社の辞書編集部が舞

台のお話で予想以上に面白く、一気に読み終わりました。売れ筋の本や雑誌を出版する花形部署とは違い、手間のかかる編纂が必要な辞書は企業から見ると効率の悪い商品とみなされ、常に地味な扱いを受ける部署。その部署にスカウトされた主人公を中心に、長い年月をかけてひたすらに言葉を収拾、記録、蓄積し、さらにその膨大な言葉の大海から必要な言葉を選び出すという地道な作業を黙々と進めていきます。しかし、表面に出さないまでも社員ひとりひとりが熱い信念を持って、それぞれの立ち位置で支えあい辞書の出版というひとつの目的に向かって一步一步邁進する。その姿と互いを思いやる姿に感銘したのです。

自分の一年を振り返ると、居宅では会議内での事例検討をきっかけに、それぞれの援助内容について自然に話ができる雰囲気になったように思います。もちろん今までも行ってはいたのですがさらに頻繁に。普段はそれぞれの援助業務に取り組んでいるのですが、時にスムーズにいかず、どうしたらいいのかと大いに悩むこともあります。そんな時、会話の中から新たな切り口やヒントになることも多く、すぐそばで相談ができるというのは何よりも大きな安心感があります。ご利用者のその人らしい生活を支えるという目標に向かってお互いが穏やかな中にも切磋琢磨し合い、援助技術の向上を目指して今後も取り組んでいきたいと思っています。最後になりましたが、皆様、本年もよろしくお願いたします。

ケアマネジャー 中村 里美

穏やかな中にも切磋琢磨

## “多事想論” 副施設長より

年始めの般若心経の会にて参加されたご利用者に1年の抱負を聞いてみると、「病気をせず元気にいたい」「家族やみんな健康で仲よく過ごしたい」という声が圧倒的に多く聴かれ“元気でいたい”という思いは万人の願いですね。この“元気でいる”、“健康でいる”ということを考えていると、WHO憲章の健康の定義改正案が頭によぎった。それは以下の4つのことが規定された文章です。



Health is a dynamic state of complete physical, mental, spiritual and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity.

「完全な肉体的(physical)、精神的(mental)、霊的(Spiritual)及び社会的(social)福祉の Dynamic な状態であり、単に疾病又は病弱の存在しないことではない。」

健康であるとは身体的に病気をしないだけでなく、精神的にも病むことなく社会的にも阻害されることなく生きることができることです。そしてなにより魂(スピリッツ)というかスピリチュアルな世界で自己の生きる意味を見だし生命が輝くこと。その条件は“時間性”、“関係性”、“自律性”が満たされることです。つまり、自らの人生を過去から将来に向かってこの現在の“今”を実感する“時間性”が満たされることであり、世界や他者との“関係性”が閉ざされることなく開かれていること。他者との関わりに生きる我々は、他者の中に自己を見いだしながら生き方ができること。最後に何ものにも束縛されない自由な世界の中で“自律的”にアイデンティティを持って自らの“生”を引きうけて生きること。ご利用者の方々が雄弁に語られていた“元気でいたい”という言葉の意図を単なる病気しないということで聞き終わらず、その利用者の“時間性”“関係性”“自律性”にまで目を向けて傾聴し、支援することができればと思う次第です。

“元気でいたい”ということばの叫びをICFの概念を超えてWHOの健康の定義に立ち戻り、肉体的(physical)、精神的(mental)、霊的(Spiritual)及び社会的(social)福祉に Dynamic なよい状態(well-being)であるかどうかという視点で問う。それは、最終的に“よく生きる”ということを目指すことなのかと思います。年始めのご利用者との語らいを傾聴する中から湧き上がった想いであり、生を謳歌できるような1年となるように絆づくりに精進しようかと思っています。本年もどうぞよろしくお願いたします。

副施設長 岸田 光彦

「元気でいたい」という願い

# ボランティア紹介

## イベント & 交流会

- ・西念寺保育園 七夕訪問
- ・ぴあぴあ 訪問
- ・天理教鼓笛隊演奏会 & 交流会
- ・フラワーコーラス敬老の日コンサート
- ・マンドリンアンダンテ演奏会
- ・音羽中学校吹奏楽部
- クリスマスコンサート & 交流会



## サークル & クラブ & サポート

- ・歌声サークル 大西 いつ子 様
- ・生け花クラブ 松井 智津甫 様
- ・ちぎり絵クラブ 橋本 和子 様
- ・デイサービス  
澤 信子 様、鈴木 啓子 様
- ・入浴サポート 石野 義子 様

## フラワーコーラス敬老の日コンサート



## マンドリンアンダンテ演奏会



## 寄贈

・柚子・・・・・・・・中山様



1月3日に  
ゆず湯をしました

## 実習生受け入れ (5月~12月)

- ・ニチイ学館 ヘルパー2級
- ・京都福祉専門学校 介護福祉士実習
- ・華頂短期大学 介護福祉士実習
- ・花園大学 社会福祉士実習
- ・佛光大学 社会福祉士実習
- ・龍谷大学 社会福祉士実習

## 行事予定

- 二月 節分祭
- 三月 ひなまつり
- 四月 お花見
- 五月 外食会



昨年 節分祭  
福男・福女さんたち

## 編集後記

新年もめでたく明けました。3ヶ月に1回発行する、花咲かだよりますが、少々事情があり、半年たつての発行となりました。と、初めからいいわけしておきます。◆さて、表紙を飾る皆様方、何ともよい表情をされております。今回は、色鉛筆でスケッチをしたような仕上げを施しております。百歳を超えるご利用者が、4名、百歳を迎える方が2名。平均年齢が約九十歳、日本人の平均寿命が、約八十三歳です。ですので、皆さまお元気な

に新年を迎えていただけてたと思っています。◆苑最高齢は、今年で百七歳、世界最高齢まで八歳。まあ、あらも歳を重ねられませんが、どちらも、京都というのも素晴らしいですね。◆その最高齢のご利用者、「みんな、元気で、仲良く」が Motto。◆さて、新内閣、強きを助け、弱きを見捨てることのない政治に期待して、本年も、皆さまが笑顔でいられます様に。「みんな、元気で、仲良く！」

■ 相談・苦情受付連絡先

京都市山科区大塚野溝町3番地

緑寿会 山科苑

(075) 593・0800

■ 苦情解決責任者

施設長 吉澤 英樹

■ 相談・苦情受付窓口

副施設長 岸田 光彦

『花咲かだより』 81号 初春号 平成25年1月吉日

発行所/ 社会福祉法人 緑寿会

特別養護老人ホーム デイサービスセンター

居宅介護支援センター

発行担当/ 山科苑広報委員会

広報委員/ 中村里美、安富友規、饗庭恵

上嶋 麻理子 中谷博己