

年頭ご挨拶

施設長 大和田 彰

新年明けましておめでとございます。

「平成最後の年頭」に当たりまして、一言ご挨拶申し上げます。

お陰様で三井陽光苑は、ご利用者、ご家族、地域の方々のご支援を頂き、開設以来17回目の新年を迎えることができました。改めまして皆様に感謝と御礼を申し上げます。

さて、昨年平成30年も、大変印象深い年となりました。スポーツ好きの私にとっては、スケートの羽生選手や女子カーリングチームの平昌オリンピックでの活躍に始まり、大リーグエンゼルスの大谷選手の二刀流、テニスの大坂なおみ選手の全米OP初優勝と、興奮・感動する話題に事欠きませんでした。一方で、7月の猛暑、大阪北部や北海道での地震、相次ぐ台風や大雨といった、災害や異常気象が猛威を振るいました。被災者の方々には心よりお見舞い申し上げます。

介護業界においても、平成12年4月の介護保険制度施行から18年が経過し、平成30年4月1日付で「介護保険法の改正」と「介護報酬の改定」が行われました。今回の改正では、(1)地域包括ケアシステムの推進(2)自立支援・重度化防止に資する質の高い介護サービスの実現(3)多様な人材の確保と生産性の向上(4)介護サービ

スの適正化・重点化を通じた制度の安定性・持続可能性の確保の4点を基本的な視点とし、各サービスの基準・報酬について見直しが行われました。

当然この視点には、三井陽光苑にとっても重要なエッセンスが含まれています。第一は、中重度の要介護者の方を中心に、認知症や看取りにも十分対応する専門性を有した質の高いサービスを提供することであり、開設以来愚直に取り組み、相応の水準を確保しているとの自負はありますが、「より良へ」との気持ちを忘れず、今年も推し進めて参ります。第二は、経営の安定です。平成30年度の報酬改定は0.54%と僅かながらもプラス改定であり、経営上追い風となっています。職員一丸となった継続的努力により、茲許は稼働率もアップしております。「健全な施設経営ができて初めて利用者を支えることができる」という基本を意識し、事業の黒字化を目指します。最後は介護の質・経営の安定を担保する人材の確保です。三井陽光苑は、同業他施設比では比較的安定的な人員運営を実現してきましたが、今後は国の施策にある「外国人人材の受入れ」についても前向きに検討していきます。受入れ後の人材育成・教育体制にもしっかり対応致します。以上、本年もご利用者・ご家族のために、そして地域のために、職員一同全力で努力して参ります。皆様には、引き続きご支援・ご協力賜りますよう、宜しくお願い申し上げます。

新任医師のご紹介



平成30年4月に入職された月原弘之医師(愛媛県松山市出身、心臓外科勤務)の紹介です。月曜日午前中と木曜日午後を担当されています。

【どのようなお子さんでしたか?】

勉強よりも外で遊ぶことが大好きで同級生と山や海をかけ回っていました。数学の授業の中で空間的に物事を考えることに興味を持ったことと手先が器用だったので、それが後々医師の職業につながったのだと思います。高校3年生のときは流石に勉強をしました(笑)。

【三井陽光苑に勤めることになったきっかけは?】

高知大を卒業後、千葉医療センター、東京大学で医師として働く中で三井記念病院の先生とご縁があり、働くことになりました。

【忘れられない患者様はいますか?】

沢山の思い出があり選べません。思い出すと泣けてしまいます。恥ずかしい話ですが、涙もろくへて病院でもよく隠れて泣いています。担当させて頂いた患者様の名前も覚えていません。患者様のご逝去後も御親族と3世代に渡ってお手紙のやり取りを今でもさせて頂いている方もいます。・・・真面目な話ばかりで大丈夫ですか? 堅苦しい奴って思われなかな(笑)。記事の中に「笑」「をたくさんいれといってくださいね(笑)。

【趣を変えまして、好きな医療ドラマはありますか?】

よく聞かれるのですが(笑)あえて見ていません。フラックパンに出てる二ノ(二宮さん)のこととか同僚と話したいんですが(笑)、雑談が議論になってしまいそうなので・・・。

【休日は何をされていますか?】

読書とか書いといてください(笑)。嘘です。バイクツーリング、美術館巡りです。あと、お天道様の下でお酒を飲むことです(笑)。

【おススメの美術館は?】

秋田県立美術館、名古屋ポストン美術館、旭川美術館等々数えきれない程教えて下さいました。

【最後にご利用者、ご家族にメッセージをお願いします。】

心配な事、不安な事があつたらいつでもお話を聞かせて下さい。少しでも力となり寄り添えていけたらと思います。ご利用者からご希望を聞くのが難しい場合でも、ご家族と相談しながらご利用者が一番に望まれている事を一緒に考えていきたいです。宜しくお願い致します。先生のご協力もあり、インタビュウの時間が1時間弱となりました。全てをお伝え出来ないのが残念です。とても気さくで話しやすい先生なので、是非声を掛けてみてください。

敬老会



じ長寿おめでとうじじいさんおめでとう。

三井陽光苑では、9月17日にご利用者のご長寿を迎えられたこと
をお祝いする「敬老会」を開催しました。

今回表彰の対象となられたご利用者は、101歳以上の長寿者が2名、
百寿が3名、白寿が2名、卒寿が13名、米寿が9名、喜寿が1名
でした。

例年、式典を1階にて行っておりましたが、今年はこちらの体
調面を考慮し、各ユニットにて表彰と花束の贈呈をさせていただきました。
また、例年同様に写真撮影をしていただけるよう、1階デイ
ルームにフォトスポットを設けました。ご利用者もご家族や職員と写
真撮影をされ、普段あまり見せることのない表情をたくさんみせて下
さいました。前日まで準備を頑張ってきた職員も、報われる思いがし
ました。

お昼ごはんは、牛肉を使ったお祝い膳をご用意しました。ご家族も
ご注文いただいた方に、日本料理店、今半のお弁当をご用意しました。
各ユニットで、ご利用者、ご家族一緒にお食事を召し上がっていただ
きました。「おいしかったよ」「まだ食べたいね」などたくさんのお言
葉をいただきました。



午後には、和太鼓の会、鼓田の皆さんによる「太鼓の演奏会」が行われました。屋外での演奏でしたが、過ごしやすい気候の中、お楽しみいただけました。魅力溢れる太鼓の演奏にご利用者、ご家族だけでなく、職員も一緒に盛り上がりました。

演奏会終了後は、各ユニットにて、バイキング形式でおやつをご利用者に選んでもらい、召し上がっていただきました。チョコレート、カステラ、フルーツゼリー、プリン、その他、色んな種類のおやつを揃えました。たくさんのお物の中から楽しそうに選ばれる方、悩まねながら、少しでも、お好みの物を選ぼうとされている方、迷ってしまつて職員に選んでもらう方などおり、活気溢れるおやつタイムとなりました。

また、ショートステイでは抹茶パフェ作りをしました。職員も作り慣れないパフェ作りでしたが、ご利用者にも手伝ってもらい、和気あいあいと作る事ができました。分量の加減も上手くいき「うま〜いっだね」「また作りたいね」とおっしゃっていました。

一日を通して、ご利用者の楽しませている姿をたくさんみることができました。また、職員も一緒に楽しませていただきました。今後も楽しい催しを企画してまいりますので、よろしくお願致します。



文化祭

11月3日文化の日に「文化祭」を開催しました。今まで以上の盛り上がりを目標に、文化祭実行委員会が中心となって企画しました。

午前の部では、1階のティールームにて各フロアのご利用者が協力して制作した作品や、職員の個人作品の展示会が行われました。展示された作品を興味深く見るご利用者、ご家族の姿が見られました。今年度も作品の投票を行い、3階北西ユニットの「卵の殻のモザイクアート」が見事1位に選ばれました。表紙に作品を掲載しております。その他にも、4階南東ユニットの「手形アート」や、個人作品の「ハワイアンキルトクッション」「切り絵」等、多くの素晴らしい作品が展示されました。

喫茶コーナーでは、5種類の飲み物を用意し、くつろぎながら作品を觀賞出来る空間を設けました。普段とは違う雰囲気の中で過ごされ、多くのご利用者が「この甘酒おいしいね」「色々な物があるけど、どれも上手」と、作品や飲み物を楽しまれました。また、ご利用者が前日に生けたフラワースタンドを各テーブルに飾らせて頂き、鑑賞された方々からは「綺麗ね」と笑顔で話されていました。

午後の部では、昨年に引き続き好評であった明治大学マンドリン倶楽部OBによる「ロハ・マンドリーノ演奏会」が行われました。「東京ラプソディー」や「情熱大陸」等を演奏され、歌詞を思い出しながら口ずさんだり、手を叩きながらリズムに乗るご利用者の姿が見られました。演奏会終盤には女の子が音色に合わせて、フラダンスを披露し、「可愛い」「上手」との感想が聞かれ、一段と盛り上がりました。

午前・午後の部を通して、参加されたご利用者・ご家族の多くの笑顔を見る事ができ、今年度の文化祭も大成功となりました。参加頂いた方はもちろん、会場へ足を運ばなかった方も紙面から三井陽光苑文化祭の一端を感じて頂けましたでしょうか？

最後にご利用者・ご家族をはじめ、文化祭成功にご協力頂いた皆様の方々に感謝申し上げます。



文化祭の様子



新人研修

三井陽光苑では、年3回新人職員対象で福祉の基本的な理念や法令等を理解し、基本的な実践を安全に出来るよう研修を行なっています。3・4月は介護の基礎知識を中心に社会でのマナーやユニットケア、7月は事故の対応やストレスケア、12月は感染等を中心に行なっています。

新人研修参加前には資料やDVDを配布し、予習をしてから研修に参加しています。講師は各フロアのユニットリーダー・副主任が担当しています。年度によっては新人職員のみではなく、中途採用職員も参加し職員のスキルアップを図っています。10月には入職3年目の職員を対象とした研修も行なっています。基本的な介護の実践のみではなく、新人職員の育成や、今まで行ってきた介護の基礎がしっかりと出来ているか確認のフォローアップにも取り組んでいます。

引き続き研修を行ない、新人育成に力を入れていきたいと思えます。



認知予備力

厚生労働省によれば、平成27年には65歳以上の約5人に1人が認知症になり、その数は70万人を超えると予想されます。超高齢社会が進む今、認知症は身近な問題になっていきます。人生100年時代といわれる現代の日本において認知症は怖い病気の一つとされています。

認知機能は年齢に伴って低下しますが、低下する速度や低下しはじめる年齢には個人差があります。脳の萎縮などの損傷が同程度であっても、必ずしも症状が一致しないことがあります。最近、この個人差を起させるメカニズムとして「認知予備力」が注目されています。脳はたくさん細胞がネットワークを作ることによって働いています。このネットワークがしっかりとっている人は、脳の病気になるってもネットワークが助け合い、働きが衰えにくいと考えられています。このネットワークがたくさんあることを「認知予備力」と言います。

認知予備力を鍛えるにはどうすればいいのでしょうか？認知予備力は、知的活動や適度の運動、他人との会話などで鍛えることができます。理想的には興味をもって新しいことを学ぶのが良いでしょう。一人で計算ドリルをするより、他の人とマージャン、将棋、囲碁、ダンスなどをすると良いそうです。しかし、忙しくて時間がとれない方は、身体を動かしながら、頭も動かす「ながら運動」がお勧めです。

二つのことを同時に行うと、運動機能と思考機能を掌る前頭葉が刺激され、脳の血流が増加し脳が活性化されます。例えば、散歩中に足し算や引き算をしたり、看板を逆さから読んだり、しりとりをする。料理をしながら47都道府県を言う。これらは簡単そうですが、意外と難しいです。ややきついと感じるレベルで、慣れてきたら課題を変えて、笑顔で楽しくすることが大切です。

脳は使えば使うほど、良い刺激を与えれば与えるほど活性化し成長します。脳は何歳になっても成長することがわかっています。認知予備力を高める為にも、脳は積極的に使っていきたいですね。



勤続15年表彰



事務管理課
須藤寿之

『永年勤続』は、もっと重々しいものと思っていましたが、いざ自分がその立場と言われ妙な気分です。今の時代同じ職場で永く勤め上げる事にどれだけの意味が…？との思いもありますが、この先もまだまだ頑張らせて頂きます。



介護課・福祉相談課
岸本朋和

2002年12月に入職して以来、早いもので16年が経ちました。その間、ご利用者・ご家族・その他の、周りの皆様に助けて戴き仕事を続けることができました。今後も「利用者の視点に立つ暮らしの創造」が実現できるよう努力します。



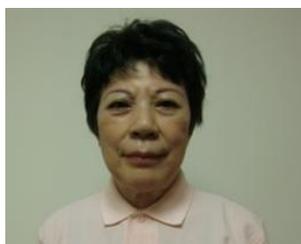
介護課
松本 昭

10年間特養で勤務し、5年前からショートステイで働いています。毎日多くのご利用者を受入れ、送り出す、忙しい日々を過ごしています。これからも体調には気を付け、笑顔を忘れず、毎日頑張っていきたいと思えます。



3階
堀田律子

15年前の陽光苑の様子が思い出されると同時に、その分歳を取ったのだなあと、ちょっと複雑？な気もしています。これからも体に気をつけて頑張りますので、皆さんどうぞよろしくお願い致します。



4階
加藤香須子

兄が介護の会社をしている関係で人材が不足していることを知り、私でも役に立つのではないかとこの仕事に就きました。それから15年振り返ってみると多くの職員が入れ替わり、この仕事の大変さを改めて感じています。



栄養管理課
阿部直子

ご利用者様には食べる喜びを毎日感じて頂きたいという思いで、栄養課スタッフ一同で取り組んできました。その思いでできたのが、陽光苑独自のテリ-又食です。これからも、美味しい食事で、豊かな時間を皆様にお届けします。

勤続10年表彰



ショートのステイ
中村郁也



ショートのステイ
菊池将英



ショートのステイ
遠藤久美子



2階
稲毛康晴



3階
馬淵止寿



4階
阿部千尋



4階
大越美由紀



デイサービス
秋元あつ子



看護課
斎藤琴栄

勤続5年表彰

医師：天野正道

2階：比田井健太・目黒真理子・石橋昇一郎

3階：齋藤学

4階：二又亮介・三橋兼人

デイサービス：奈良橋由樹

ショートのステイ：吉澤隆

心理士：饗場ゆふ

・・・表紙について・・・

3階北西ユニットの文化祭で展示したモザイクアート作品です。毎年、卵の殻を使って、様々な作品に取り組んできましたが、今回は、「冬」をテーマとしました。

卵の殻を色付けして、一つひとつ丁寧に貼って仕上げていきました。冬の寒さを感じつつ、ほっと温まる作品となっております。

作品を3階北西ユニットに飾っておりますので、是非ご覧ください。

【ボランティア募集のお知らせ】

お年寄りごふれあったり、お話し相手をして下さる方を募集しております。

また、回想法・芸術療法のお手伝い、車椅子での散歩介助、お食事のお手伝い、シート交換等の軽作業、折り紙講師等々の活動をして下さる方も募集しております。

詳しくは担当までご連絡ください。

(担当 松本・小林)

・・・編集後記・・・

厳しい寒さが続いておりますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。あっという間に年が明けて、今年度もあと少しです。

一年間、広報委員一同が手探りで誌面作りに取り組んで参りました。皆様にも今後楽しんでいただけるよう頑張りますので、これからも宜しくお願い申し上げます。

～陽光だより～ vol.30

【発行】平成31年1月15日

【発行人】社会福祉法人 三井記念病院

特別養護老人ホーム 三井陽光苑

(施設長) 大和田 彰

(編集) 広報委員会

〒136-0075 江東区新砂3-3-37

TEL 03-5632-3211 (代表)

FAX 03-5632-3212

<三井陽光苑ホームページ>

<https://www.mitsuihosp.or.jp/youkouen/>