

託児所しゅしゅ 英語教室

平成23年に誕生した「託児所しゅしゅ」。昨年11月から、英語の先生に来て頂き「英語教室」を始めました。たまにしか出会わないお友達、1才から6才まで年齢も様々。先生が入って来られると「Good Morning」と恥ずかしそうにご挨拶。最初は、おとなしく英語の絵本を見ていると思ったら、だんだん興味津々に。絵本を触ったり、英語で発音したりと。さすが、飲み込みも早い、発音もバッチリ! 今回は、英語の絵本の読み聞かせと、英語で貼り絵を製作。はさみで折り紙を切って貼ってと、それぞれに考えます。はさみの持ち方が危なく見ているこちらは「ひやひやどきどき」。子ども達はお構いなしに、一生懸命取り組んでいました。最後に「バイバイ」と元気にご挨拶。先生とハイタッチでお別れ。元気いっぱいの英語教室でした。

ペットボトルキャップを集めて
世界の子どもにワクチンを届けよう!!

ペットボトルのキャップを集めることで、社会に貢献する活動を行っています。普段なにげなく捨てているそのキャップで「救える命」や「守れる地球環境」があります。キャップ約1,600個でワクチン1人分になります。「捨てる」を「集める」に変えて、社会貢献に・・・ペットボトルキャップ回収は、誰でも参加できる支援の一つです。ペットボトルキャップ回収が、『世界の子どもたちに意識を向けるきっかけにしていただければ・・・』との思いから始めました。集めたキャップは、五條市社会福祉協議会さんを通じて役立てて頂きます。ご家庭でもキャップを集めて頂き、ご来苑の際に事務所にお渡しさいますようご協力をお願い致します。

知っていますか?

口コモティブ症候群(運動器症候群)

口コモティブ症候群(口コモ)とは「①歳を重ねることで、筋肉やバランスが取れなくなる。②移動能力の低下に伴い、転倒・骨折しやすく、日常生活に支障がある。」ことをいいます。骨や筋肉は、知らず知らずの間におとろえ低下します。それぞれの身体にあった運動を考え、身体を動かしましょう!

口コモチェック

- ◎家中でつまずく、滑る。◎階段をあがるのに手すりが必要。
 - ◎15分くらい続けて歩けない。◎片脚立ちで靴下がはけない。
 - ◎横断歩道を青信号で渡り切れない。
 - ◎2kg程度の買い物を持ち帰ることが困難。
 - ◎家のやや重い仕事(掃除機かけ、布団のあげおろし)が困難。
- ※日々の生活で、1項目でも該当するようであれば要注意です。

「ミニむつき庵まきの」からのお知らせ

「気軽に排泄ケアの相談ができる場所が地域にあつたらお役に立てるのでは…」という思いから生まれたミニむつき庵。まきの苑内の「ミニむつき庵まきの」に続き、4月から音和舎一休(イオン五條店内)にて毎月第3水曜日、14時~15時に相談時間を設けています。身近なところで老若男女問わず、安心して相談して頂き、幅広い視点からの情報提供を目指しています。誰にも相談できずに悩んでいらっしゃる方、介護でお悩みの方、ほっと一息つきながらお話ししませんか。おむつフィッターがお待ちしております。(担当:小谷・紙透)



ミニむつき庵まきの(まきの苑内)

ふくろう通信



第76号
春号

発行 社会福祉法人 正和会 広報委員会
奈良県五條市大沢町5番地25-1 TEL 0747-24-4455(代) FAX 0747-23-6226
E-mail 正和会 seiwakai@seiwakai-gojo.or.jp URL http://www.seiwakai-gojo.or.jp/
まきの苑 makinoen@seiwakai-gojo.or.jp ルポゼ rupoze@seiwakai-gojo.or.jp

平成30年4月発行

法人理念

われわれ正和会は地域における最高の福祉の充実を目指し日々精進することを旨とする



今年も2本、記念の桜が増えました。いつかの春、人の心を癒すほどにしっかりと根を張り成長することを祈り、共に成長していく事を願った入社式後の植樹式でした。

皆様には益々ご清祥のこととお慶び申し上げます。平素は当法人の事業運営にご理解とご支援を賜り誠にありがとうございます。

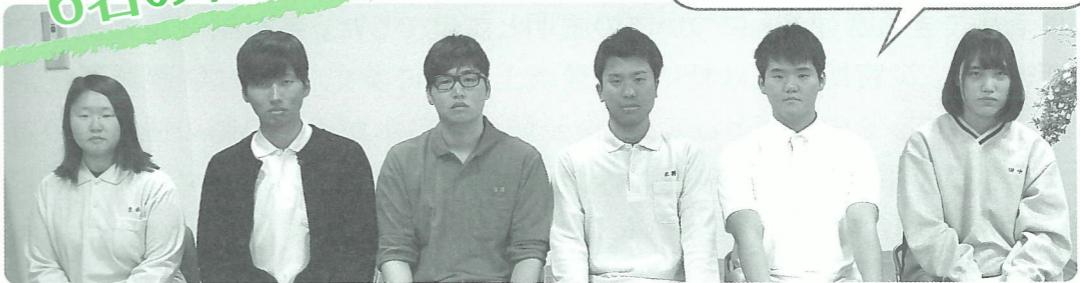
さて、私ども正和会は法人設立25周年を迎えることができました。これもひとえにこれまでご縁を頂戴した多くの皆様のお陰であると心から感謝申し上げます。「はやく一人前に」、そして「ここがあつて良かったと思っていただけるように」との思いで、少しずつできることをして参りました。最近では地域の方から「こんなことはできないか」「あんなことをしてほしい」といったお声も頂戴するようになり、本当にありがたいことだと感じております。

そんな節目の平成30年度は介護報酬の改定の年でもあり、ご利用者の皆様には各事業所から変更内容等をご案内させていただいております。皆様にはご理解いただきますよう改めてお願い申し上げますと共に、「やっぱりここで、ここがあつて良かった」と思っていただけるよう気を引き締めて法人として、また事業者としてなすべきことをしっかりとして参ります。皆様には変わりませぬご支援賜りますようよろしくお願ひ申し上げます。

社会福祉法人 正和会 理事長 飯田 明子

4月2日
6名の職員が入社しました

笑顔で精一杯がんばりますので、
よろしくお願いします。



京本 美紀

まきの苑
介助員

鍵谷 明俊

ルポゼまきの
機能回復訓練士

馬場 雄大

ルポゼまきの
機能回復訓練士

北野 大地

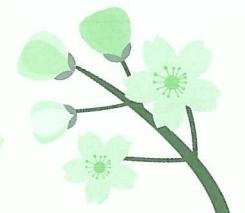
まきの苑
介護職

福井 真司

音和舎
健康運動実践指導者

田中 春妃

まきの苑
介護職



平成30年4月2日(月)、入社式を行いました。“初心忘るべからず”で日々努力をし続けてくれることを期待しつつ、皆様、よろしくお願い申し上げます。

新人歓迎会

平成30年4月6日(金)「新入職員歓迎会」を開催しました。今年度は、法人設立25周年ということもあり、例年とは少し異なる趣向で新入職員を歓迎しました。キャンドルと生花が飾られたおしゃれな空間と、スペアリブやタコス、オードブルブュッフェの美味しいお食事。毎年お越しいただいている「ライスファミリー」の皆様のパワフルかつ心に響く歌声パフォーマンスで、活気に満ち溢れた歓迎会となりました。初めは緊張していた新入職員も、先輩職員との交流や、会場の盛り上がりに笑顔が多く見られるようになりました。楽しい時間もあっという間に過ぎ、和やかな雰囲気の中お開きとなりました。



五條高校生のインターンシップ受け入れ

昨年より、五條高校生のインターンシップ受け入れを行っています。今年は、看護師、理学療法士、作業療法士、管理栄養士希望の19名を受け入れました。インターンシップとは、望ましい勤労観・職業観の育成、主体的に進路を決定する能力・態度の育成、学習意欲の喚起などを目的としています。法人にとっては、インターンシップの目的をそれぞれの生徒さんが達成できるように、また、将来の貴重な人材となるきっかけになることを期待して担当させていただいている。最終日の意見交換会では、「体験をして、○○になります。」と力強く発表される方が多く、受け入れ側としては役割を果たせたかなと嬉しく思っています。昨年インターンシップに来苑された生徒さんの多くは体験職種の道を専攻されると進路指導の先生からお聞きしています。未来に向かって力強く羽ばたかれますように!



地元自治連合会との合同防災訓練

平成30年3月11日(日)牧野地区自治連合会と合同で防災訓練を行いました。今回の内容は、南奈良総合医療センター 副院長 吉村淳様をお招きし「災害時における健康管理について」の講演と、当法人栄養課による「非常時に活用できる調理法」についての説明と試食でした。吉村副院長の講演では、災害関連死について学びました。災害関連死は特に70歳以上の方に多く、慣れない避難所生活が続き体調不良になることが原因です。その対策として、肺炎予防の為の水が少ない時の歯磨きの方法や、避難所の管理方法などを教えて頂きました。非常時の調理法では、パッククッキング(ポリ袋に食材を入れて湯煎加熱するだけで料理ができる調理法)について学び、試食後は「美味しかった。実践できそう。」との声がありました。

日頃から災害時に対する知識を身につけておくことの大切さ、地域との繋がりが最大の防災になるということを今回の訓練を通して改めて感じることができました。

ルポゼまきの家族会のご報告

平成30年3月25日(日)、ルポゼまきのにて家族会を開催、30名のご家族にご参加いただきました。今回の内容は、平成30年度介護報酬改定に先立ち、地域包括ケアシステム構築に向けたルポゼまきの役割と今後の取り組みについてでした。4月からの新しい取り組みとして、自立支援介護の実践を掲げています。自立支援介護とは、「水分摂取、栄養、自然排便、運動」の重要性に着目し、ご本人の体調を整え、活動性を上げることで体力を回復し、意欲や活力を取り戻すことを基本精神とする自立を支える介護です。「単なるお世話型の介護」から「自立支援介護」へと積極的に取り組みます。後半には、ご利用者の1年の暮らしをスライドショーで上映しました。ご利用者の笑顔に感動して涙されるご家族もいらっしゃいました。日頃仕事等でなかなか面会に来られないご家族にもご参加いただき大変有意義な会となりました。ルポゼまきのでは今後も定期的に家族会を開催します。次回は取り組みの成果を発表できるよう日々努めます。ご参加いただいた皆様、誠にありがとうございました。



就職前応援 /『就職前フェスタ』開催



平成30年3月25日(日)、来年4月の就職に向け、高齢者福祉を通じた街づくりに関心のある学生の方々を対象に「就職活動のスタートラインに立つ前に働く自分のイメージを作ろう」をテーマに就職前フェスタを開催しました。内容は、① 高齢者福祉で働く専門職からの役割とやりがいについての説明 ② 就職後の自身のキャリアアップについての説明 ③ 施設見学 ④ 学生と専門職とのディスカッション 学生から「人の役に立ちたい仕事をしたいので進路を悩んでいる。学校での学びを今後の仕事に活かすためにはどうしたらよいか」など日頃の悩みについて専門職のスタッフに質問があり、こちらの回答に「新たな学びとなった」との感想をもらいました。今回のフェスタで、少しでも多くの学生さん達に高齢者福祉の仕事にたずさわる楽しさを感じていただき、福祉への就職者が増加したらしいなと考えています。



ボランティアさん大募集!!!

正和会ではボランティアの方々を随时募集しております。お年寄りとのお話し相手だけでもかまいません。ボランティア活動には特別な技術や資格は必要ありません。福祉に興味のある方、ボランティア活動に興味のある方、また興味はあるけど始めるきっかけがない方、先ずは貴方の得意な分野や興味のある活動に参加されてみませんか?貴方にぴったりのボランティア活動が必ず見つかります!! ご希望の方は下記までご連絡下さい。多くの方のお申し込みをお待ちしております。

【お問い合わせ・申込先】社会福祉法人 正和会 総務部 連絡先 0747-24-4455



2018年4月発行

発行
社会福祉法人 正和会 広報委員会
奈良県五條市大沢町5番地25-1
TEL 0747-24-4455(代)
FAX 0747-23-6226
E-mail seiwakai@seiwakai-gojo.or.jp
URL http://www.seiwakai-gojo.or.jp/

事業所交流会

音和舎にてH29年度「事業所交流会」を開催しました。サービス事業所間での関わりが会議や面接などに限られ、あまりお話を聞く機会がなく関係性の構築が困難であると日頃から感じていました。そこで、関係各所の方々と気軽に相談や意見交換ができるよう、顔の見える関係性の構築を目的に交流会を開催しました。地域包括支援センターや居宅介護事業所・五條市内及び近辺の病院の地域連携室などに声をかけ、業務終了後の時間に集って頂き、音和舎に設置しているリラクゼーションやフィットネスなどの体験や卓球を楽しんだり毎回内容を変えての開催に、日頃の仕事の話やプライベートの話をしながら楽しい時間を過ごして頂けたのではと感じています。「次回はいつ頃?」と声をかけてくださる方もおられました。平成30年度も内容を検討しながら開催し、交流の場所作りを通じて地域福祉の向上に貢献していきたいと考えています。

『フィットネス楽』活動報告



地域の方に格別のごひいきを賜りながら、毎週土曜日開催しております音和舎“樂”フィットネス。健康意識の高い女性サークルのようなグループや毎週安否確認をするかのように集い合う友人など、様々な目的で色々な方がお越し下さっております。始まって2年9ヶ月が経ちますが、その成果も随分実感していただけているようです。70代女性「ここに来させてもらってから、血圧が安定してきた」、80代男性「歩いたときの膝の痛みが前よりも楽になった」、60代「とにかく外に出ようという気持ちが湧く、気持ちが前向きになった」などたくさんのお声を頂戴しながら、国が求める地域包括ケアシステムの推進において、これからもその役割が果たせるように努力して参ります。

変形性膝関節症

膝の軟骨がすり減ったり、骨の変形が原因で運動時に痛みが出てくる疾患です。痛みが出てくるとついつい安静にしてしまいがちですが、安静期間が長すぎると逆効果となる場合があります。強い痛みが落ち着いたら、適度な運動をして症状の改善を図りましょう。

膝痛体操

痛みなどの症状が強い時は医療機関に相談して行いましょう。



膝を伸ばす

- ①いすに浅く腰かけ片脚を伸ばす。
- ②両手を膝より少し上に置き、ゆっくり押して15~30秒間伸ばす。この時、背中を伸ばして足先を上に反らして行う。

【10回を1日2セット】



〈仰向けで行う方法〉

- ①仰向けになり左膝を立てる。
- ②右膝を伸ばしたまま、10cm持ち上げて5秒間キープし、ゆっくり下ろす。反対側も同様に行う。

【左右各3回を1日1セット】



膝を曲げる

- ①床に座り軽く両膝を立てる。
- ②片方の足首に両手を添え、ゆっくりとお尻の方へ引き寄せ、15~30秒間キープする。

【左右各3回を1日1セット】

浮世絵展開催



平成30年1月10日(水)から1月28日(日)まで、江戸時代の面影を残す五條新町通りの大野屋展示コーナーで「浮世絵展～五條新町から世界へ～」(後援:五條市・五條市教育委員会)を開催しました。展示した作品は9点、長野県在住で浮世絵研究家の垣下氏所有の作品をお借りしての開催でした。本物の浮世絵を手軽に鑑賞できるうえに、五條市にゆかりのある作品や浮世絵展開催中にテレビ番組で取り上げられた作品など話題性のある作品もあり、市外から何回もご来場いただいた方や市内小学校の児童も母親と一緒に鑑賞されるなど大変好評でした。ご来場いただきました皆様、ご協力いただきました地域の皆様、ありがとうございました。

町家カフェゆるり オープンから1年！

地域貢献事業『町家カフェゆるり』が、間もなくオープン1周年を迎えます。開店当初は、お客様が来てくださるのか不安でいっぱいでしたが、そんな心配もどこ吹く風。地元のみなさんや観光客の方々がたくさんお越しくださいました。2月にはMBSテレビで放送中の「ちちんぷいぷい」で、ゆるり特製の『柿プリン』を紹介していただき、今では柿プリンを目当てにお越しくださるお客様も増えました。顔なじみのお客様もたくさんできました。皆さんに支えられて無事2年目を迎えることができます。心より感謝申し上げます。また、4月からジビエを使ったランチメニューが始まりました!「ゆるりに行つたことがない」という方、「カフェには何度も行ってるよ」という方も是非一度、ランチメニューをご賞味ください。ご来店お待ちしております。



(↑)柿プリン



(↑)ジビエハンバーグ

【メニュー等のお問い合わせ先】 町家カフェゆるり 直通電話:080-2454-1093 場所:奈良県五條市新町2丁目5-12



音和舎一休がオープンし5ヶ月が経ちました。色々な方の笑顔に出会え、参加者同士の新たな関係作りにも少しばかりお役に立てているなど実感しております。今後も地域の「憩いの場」として、子どもから高齢の方まで幅広い世代に利用していただける空間を提供して参ります。4月からは、日曜日の囲碁・将棋に小学生からも参加できます。是非、お近くにお越しの際はお立ち寄り下さい。出店者も随時募集しております。ご関心のある方は下記までご連絡下さい。お待ちしております。

《4月メニュー表》

	10:00~11:00	11:30~12:30	13:30~14:30	15:00~17:00
日	英語であそぼ! レインボーキッズ (参加費500円)	ゲロゲロじいさんの子供のアトリエ (参加費500円)	囲碁・将棋	囲碁・将棋
火	英語であそぼ! レインボーキッズ (参加費500円)	指ヨガ& セルフマッサージ (参加費500円)	NEW リラクゼーション &ミュージック	健康体操
木	元気ヨガ (参加費500円)	シンギングボール チベットの法具ヒーリング	ふくろう相談 (介護と健康の相談)	日本舞踊・子供舞踊 入門コース (参加費500円) ※14:00~17:00



子供美術教室

3月から『えがく』『つくる』『飾る』『みんなで』という4つのジャンルで発想力を養う「子供美術教室(子供のアトリエ)」を開催中。

1回500円 毎週日曜日

時間:11:30~12:30

皆様のご参加お待ちしております。

音和舎 一休 TEL.0747-24-5588

(又は、正和会 地域貢献事業係TEL.0747-24-4455)