

コロナ禍でも楽しく元気に生活 特養サンホームふじみ



第八十二号 社会福祉法人 富士見会

ふじみだより

令和二年十一月一日



▲8月30日(日)開催の納涼祭は外部からの来場者、出演者はなく、介護職員が、昔話「桃太郎」をもとに脚本した演劇が上演されました。上州弁で赤城山にコロナ鬼を退治に行く出し物。アマビエ様が「3密を避け、予防に努めるとコロナ鬼は2度と出現しないので、疫病退散となるよう皆さんで力を合わせて頑張りましょう」と話され、職員の熱演に会場の入居者もたくさんの拍手を送っていました。(介護福祉士 広井記)



新型コロナウイルス感染症により、介護現場でも生活様式が一変した毎日が続いています。施設では万全に感染防止対策を施して、入居者・利用者皆様に喜んで頂けるよう工夫しながら、例年通りの恒例行事を開催しました。

目次

- P 1～2 恒例行事の紹介
- P 3 リハビリだよりNo.3
- P 4 包括北部だよりNo.4
- P 5 施設職員研修報告
新しい職員紹介
- P 6 温かい心に感謝
お知らせ
編集後記

▲これまで世の中・家庭を支えてきた入居者皆様を敬う敬老会は、9月15日(火)開催。この日のために職員が真剣に練習してきたソーラン節を披露。「どっこいしょ!どっこいしょ!」と掛け声を挙げ踊る様子に、入居者からは「迫力があって面白かったよ。また見たい」と、満面の笑みを浮かべて称賛の声が上がっていました。(介護福祉士 狩野記)

ホームページアドレス <https://fujimi-kai.or.jp>

感染防止のため恒例行事も単独で開催

ふじみのさと

納涼祭で中庭に露店開店

ふじみのさとは、8月27日(木)

ユニット施設内で納涼祭を開催。

当日は大声でしゃべらない、・密にならない等注意をして頂きながら、施設中庭には、射的・かき氷・綿菓子・ヨーヨー釣りの露店も開店し、職員手作りのお神輿も登場。

コロナ禍でご家族等の面会もままならない中で、入居者は童心に帰られ、久しぶりにたくさん笑顔があふれていました。



▲ 職員手作りのお神輿



▲ 贈られた色紙を喜ぶ入居者

敬老会で色紙を贈呈

入居者の長寿を祝い、9月17日

(木)恒例行事の敬老会を開催。節

目の傘寿(80歳)、米寿(88歳)、白寿(99歳)、百歳を迎えられた5人へ色紙を贈呈しました。贈られた入居者からはお元気な声で「ありがとう」の言葉が返ってこられ、入居者・職員全員で長寿を祝いました。(介護福祉士 樺澤記)



「コロナ禍でも楽しく恒例行事を催す

ふじみ第1・第2デイサービスセンター

通所介護施設の2つのデイサービスセンターでもしっかりと感染防止に努めながら、例年通り夏から秋の行事を開催しました。

職員の余興出演で

利用者大喜び

8月20日(木)〜22日(土)の3日間は、しばし暑さを忘れるお楽しみ納涼祭Ⅱ写真上段、9月21日(月)〜23日(水)の3日間は、利用者の長寿をお祝いする敬老会を開催しましたⅡ写真下段。

更に、秋だけなわの10月8日(木)〜10日(土)には、大運動会を開催。選手皆さんは紅白のチームに分かれ、大玉送りやパンあてゲームに挑戦、日ごろのリハビリやレクリエーションの成果を発揮し、珍プレイもあり。笑い声の絶えない楽しい運動会となりました。

利用者からは、職員が日ごろから感染防止に努めて下さるお陰で、いつも通りお楽しみみの行事を催して下さり、とてもよかったですと感謝の言葉を頂きました。

コロナ禍で外部からの演芸出演者を招くことが出来ず自粛している中で、当施設職員が自前の音響設備を持参して出演、デイサービス利用者も大歓迎でした。演目も利用者には懐かしい昭和歌謡のメドレーや尺八で会場を沸かせ、たくさんの拍手で会場は盛り上がり、ありがとうございましたⅡ写真中段。

これからも新型コロナの収束を願いつつ、共に変わらない日々を利用者が楽しく過ごせるよう、当デイサービスセンターでは、利用者に寄り添って頑張っていけます。

(ふじみ第1デイ 永倉記)
(ふじみ第2デイ 関口記)



人生100年時代に

健康寿命を延ばそう

スタンディングリハビリ
導入1年後の変化

ふじみデイサービスセンター

リハビリだよりNo.3

「人生100年時代」と言われている昨今では、70歳を超えて働く人も少なくありません。そのためにも必要不可欠な要素として、「健康寿命」を延ばすことへの関心が年々高まっています。

健康寿命とは、「心身ともに自立し、健康的に生活できる期間」のことを指します。2000年にWHO（世界保健機関）が提唱して以来、「寿命を延ばす」という従来の指標に加え、「健康でいられる期間を延ばす」という健康寿命の指標が重要視されるようになりました。

そこで、健康寿命とよく比較されるのが「平均寿命」です。平均寿命とは、0歳のときに何歳まで生きられるかを予測した平均余命。



健康寿命との違いは、日常生活に何かしらの制限がある健康でない期間となります。

厚生労働省の2018年発表の資料によると、男性の平均寿命は80.9歳、健康寿命は72.1歳となっており、約9年の開きがあります。

さらに、女性の平均寿命は87.1歳、健康寿命は74.7歳と男性以上に大きな差が生じています。

日本人の平均寿命の数値は年々延伸傾向にあるものの、高齢者が人生の最後まで自立した生活を送れるという理想的な長寿社会の実現には課題も多いようです。

特に、運動不足による全身の筋力低下は転倒による骨折や認知症の引き金にもなります。

そこで当デイサービスセンターでは家庭でもできる運動（スタンディングリハビリ）をご紹介します。これは立ったり座ったりする動作を繰り返し行う訓練です。この訓練を1年間実施した結果を左図に示します。年間を通じて訓練を継続した利用者13名の平均値は、下肢筋力増強とともに握力・歩行スピードは改善・向上しました。

平均年齢87.6歳（男2名 女性11名）	令和1年11月	令和2年10月
握力（右）	16.4kg	18.3kg 向上
握力（左）	14.8kg	17.6kg 向上
Time up & go test	15.5秒	8.8秒 向上
5m最大歩行	6.58秒	3.4秒 向上



右の写真は実際の様子です。座布団を使って無理のない高さから始めます。集団でやることで笑いあり、励まし合いあり、和やかな雰囲気です。いつでも見学にお越しください。

（作業療法士 峯浦記）

地域包括ケアシステムのイメージ



「高齢になっても住み慣れた土地で暮らしたい・・・」そう考える人は多いのではないだろうか。左の図の「地域包括ケアシステム」とは、高齢者が要介護状態になっても、住み慣れた地域で自分らしい生活を最期まで送れるように、地域内でサポートし合うシステムのことです。

包括北部だより (NO.4)
地域包括ケアシステム
構築を目指して
富士見地区・芳賀地区
調整会議開催

国は各自治体に対して、地域包括ケアシステムを構築する際に行うべき三つのプロセスを示しています。

- 一 地域の課題把握と社会資源の発掘
- 二 地域関係者による対応策の検討
- 三 対応策の決定と課題への具体的な策の決定

この三つのプロセスによって、地域包括ケアシステムの構築が実現されていきます。この二つ目の段階で、調整会議を行うようになっていきます。調整会議には、さまざまな地域関係者が参加し、地域内に共通して生じている課題を抽出したうえで、それを政策につなげるための検討・議論をおこないます。

当前橋市地域包括支援センター北部(包括北部)では、去る10月27日富士見地区、同月30日芳賀地区の調整会議を開催しました。参加した皆様から、たくさんのご意見や課題が挙げられ、活発な話し合いが行われました。それを行政の

方に伝えます。

地域の皆さまの力を持ち寄り、住みやすい地域づくりを目指して、地域包括ケアシステムを実現していきたいと考えます。

(社会福祉士 後藤記)

ふじみ居宅介護支援Cも
調整会議に参加しました

10月30日(金)、包括北部主催の芳賀地区調整会議に富士見地区の居宅介護支援事業所を代表し、主任ケアマネとして参加しました。

当日は、担当している高齢者を事例紹介させて頂きました。認知症の独居高齢者として、押し売りや訪問販売の消費者被害、徘徊保護など心配事はありますが、自治会や民生委員の方々をはじめとした地域やご近所のご理解・見守りのもと、介護サービスを利用し、在宅生活を継続できている事例です。

私たちケアマネジャーは、高齢者個人と生活を取り巻く環境を考

慮し、地域資源や介護サービスを導入し管理調整した上で、地域包括支援センターと協働し、住み慣れた地域での生活が継続できるように支援していきます。認知症高齢者に限らず、誰もが、わが町で安心・安全に生活を営むことが希望です。

(主任介護支援専門員 高沢記)



▲ 富士見公民館で行われた富士見地区調整会議

施設職員研修報告 Ⅱ身体拘束等適正化研修会Ⅱ

富士見会は、平成30年4月の制度改正を受け、年2回の身体拘束等適正化研修を実施しております。

今年は新型コロナウイルス感染症の影響を受け施設内研修を見送っていましたが、全職員を対象に、1回目を9月16日(水)開催。

研修の冒頭は、今回の新型コロナウイルス対策で①あなたが心配し、努力したことを3点挙げる。②自分の部署をとて褒めたいと思うことを2点挙げる。その上で感染対策を施したテーブル毎に話しあいました。講師より褒めあう職場は、身体拘束を限りなく少なくすることのお話でした。

次に、「法人・事業所・部署・自身の強み」を個人ワーク・テーブルで考えました。自身で気付かない所を気付かせてもらえたり、この場に参加する事で気付ける事がありました。「身体拘束等適正化」に関する課題を挙げる事について

は、「法人・部署・自身」で挙げました。職員のストレスケアや施設のハード面、ちょっと待って下さいを言ってしまうがちである等々が挙がりました。

また、どうして不適切ケアは起きてしまうのかも考えました。職員の知識不足・ストレス・業務の進行を優先する等々挙がりました。グループ討議は、介護職や看護師、デイサービスの職員、特養の職員、相談員、ケアマネ等いろいろな立場の職員で構成され、さまざまな意見が飛び交いました。

今回の研修では、日々の振り返りを行うこと、職員同士で褒めあったり、認めあったり、注意しあえる環境を作っていく必要があると感じました。そして職員が同じ理念や目的・目標を持つことで利用者様・入居者様の生活の自由を制限しないように努め、尊厳ある生活を送って頂けるようにしていくことがとても大切であると再認識しました。

(ふじみのさと生活相談員塚越記)

Ⅱ介護チャレンジ事例発表Ⅱ 介護技術とサービスの 質向上を目指して

特養サンホームふじみでは、10月21日(水)、同施設内において今年で5回目となる「介護チャレンジ事例発表会」を、感染防止対策をしっかりと施し、全部署の職員が出席して開催しました。

当日の発表は、特養施設から新型コロナウイルス感染症対策についての発表が2件、通所介護のデイサービスからスタンディンググリハビリ効果を最大限に引き出す介護福祉士の役割等2件、在宅での相談を取り扱っている居宅介護支援センターや地域包括支援センターからそれぞれ事例の報告が1件ずつ、厨房からは非常災害時における栄養・食生活支援について等、全部で8件の発表がありました。

発表の事例は、コロナ禍でも職員は言葉に表せない緊張感と隣り合わせの中で、半年間各々の現場で積み上げてきた研究成果を発表

し、更なる介護技術とサービスの質向上に繋げていく事を目指しており、今年も感動的なたくさんの方の発表となりました。

(副施設長 榊澤記)



- ◎ 新しい職員紹介 ◎
①氏名 ②配属先 ③趣味 ④抱負

- ①
② サンホームふじみ
③ 旅行
④ 早く利用者様の顔と名前が覚えられるように頑張りたいと思います。

温かい心に感謝

皆様の善意に心から

厚くお礼申し上げます。

- 塩澤正男様
玉ねぎ 50 kg
- 米 90 kg
- 羽鳥はや子様
紙パンツ 54枚
- 紙おむつ 12枚
- 尿取りパッド 3枚
- 萩原利博様
紙おむつ 72枚
- 安楽寺様
アルコールハンドジェル 500ml×30本
- 原澤末江様ご家族
中古車椅子 1台
- 須田勝利様ご家族
オムロン血圧計 1台
- 角田博治様ご家族
尿取りパッド 40枚
- 紙おむつ 16枚
- 紙パンツ 11枚
- 船津精一様ご家族
金 1万円
- GUN-TEE様
(群馬のTシャツ工房)
- マスク 500枚
- 窪田ふさ様ご家族
金 3万円
- 紙パンツ 524枚
- 角田みつ様ご家族
尿取りパッド 35枚
- 紙おむつ 19枚
- 紙パンツ 4枚
- おしりふき 6袋
- 樺澤たね様ご家族
紙おむつ 240枚
- 大木要作様ご家族
金 10万円
- 富士見聖苑様
大判ウェットティッシュ 20枚入り×50個
- 匿名様
金 1万円
- 青木邦恵様
なす 45 kg



▲当施設十五夜のお飾り

お知らせ

◆年末年始のご利用日◆

・特養サンホームふじみ
【併設ショートステイ】

年中無休です。

・地域密着型特養ふじみのさと
年中無休です。

・ふじみ第1・第2
デイサービスセンター

年末 12月30日(水)まで

年始 1月4日(月)より

・ふじみ居宅介護支援センター

年末 12月30日(水)まで

年始 1月4日(月)より

但し、緊急の場合は、

288-1800へご連絡下さい。

・地域包括支援センター北部

年末 12月30日(水)まで

年始 1月4日(月)より

但し、緊急の場合は、

288-7770へご連絡下さい。

編集後記

皆様のご協力により「ふじみだより」第八十二号が発行出来ましたので、ここにお届けします。

庭先の万両の実が赤みを増してきており、深まりゆく秋を告げております。皆様には、コロナに加え風邪等を発症することのないよう十分気をつけて下さい。

いまだに出口の見えぬコロナ禍の中ではありますが、新しい生活スタイルの中、施設職員として自らの心身をいたわりながら、入居者・利用者皆様が日々笑顔となれるよう、やるべきことをしっかりと頑張ります。

(副広報委員長 岩崎記)

ふじみだより 第八十二号

発行日 令和二年十一月 一日

社会福祉法人 富士見会

発行人 星野好孝

〒三七一〇一五

前橋市富士見町小沢二〇七番地一

TEL 〇二七-二八八-八三二