

『家族介護教室』『介護予防教室』を開催します! / 参加費無料 /

家族介護者教室

介護に関する知識や技術を知ること、介護をされるご本人も、介護者も、心身の負担が軽減されます。また、年間約10万人⁽¹⁾と増えている介護離職や、介護疲れを起こさないためにも、家族介護教室は大切な場となります。

介護予防教室 【転倒予防・認知症予防・IADL訓練】

地域の方々、ご自宅ですべて元気に暮らすための教室で、転倒や認知症予防、料理教室を中心に、講義や簡単な運動・調理などの実践で学ぶことができます。コロナ渦で、外出や交流の機会が減り、身体活動時間も約3割減少⁽²⁾していると言われております。介護予防教室では、心と体の健康維持のために、お家でできる介護予防もご紹介します。

・総務省 H29年度就業構造基本調査(1)
・国立長寿医療研究センター『感染予防と身体活動』(2)

- ▶ 開催時間 13時30分～15時
- ▶ 定員 20名(料理教室のみ10時30分～12時・定員10名)

日時	場所	講座内容	定員	講師
2/13(土)	砥部町文化会館2階会議室1	転倒予防教室	20名	作業療法士 藤田 健次
2/27(土)	砥部町文化会館2階会議室1	認知症予防教室	20名	認知症介護指導者 小椋 真吾
3/5(金)	砥部町文化会館2階会議室1	介護者にとって身近な介護保険	20名	介護支援専門員 小椋 真吾
3/13(土)	砥部町文化会館2階和室1	介護者のための料理教室	10名	管理栄養士 武智 美幸

▶ お申込み・お問合せ
 デイサービスセンターあつたか TEL(089)957-2007(担当:中野)
 ※感染防止対策行い少人数開催となりますが、砥部町との相談で、延期・中止の場合もあります。

私たちと共に働きませんか!
 新規開設につき、《正社員・パート》
オープニングスタッフ募集!

●勤務地 砥部町(大南・高尾田)・松山市(鷹子町・三町)
 ●職種 介護職員・生活支援員兼世話人
 看護職員(准看可)・送迎スタッフ・介護支援専門員
 夜勤専従介護職員
 例:介護職員(夜勤5回・無資格)198,000円～

▶資格・研修・経験により、給与は優遇します。
 ▶未経験・無資格の方もキャリアアップ支援があります。

採用情報の詳細はこちら

TEL:(089)962-7820 担当 濱田(ハマダ)




令和3年春 **OPEN** 「出会い」「つながり」が始まる・・・
小規模多機能ホーム 砥部オレンジ荘
 (サテライト型)

いつまでも、ご自宅(砥部町)で暮らしたい...そんな願いを叶える事業所が、砥部オレンジ荘(砥部町大南)を改修して開設します。ご自宅での生活を「通い」「宿泊」「訪問」の3つの機能を柔軟に使い分けて、切れ目なく支援します。地域交流室も備えていますので、皆さまのお力を借りながら運営をしていきます。(本体事業所:小規模多機能ホームあつたか)

☑ Check **こんな人におすすめ!**

- ・ご自宅での介護負担を減らしたい
- ・「通い」「宿泊」「訪問」を柔軟に利用できます。
- ・認知症があり環境の変化が苦手な方
- ・なじみの職員が、なじみの場所に対応できます。
- ・日によって体調が変化し、サポートが必要
- ・短時間の「通い」利用や「訪問」もあります。

お問合せ
 社会福祉法人 砥部寿会
 伊予郡砥部町大南2267番地
 TEL:(089)962-7820




笑顔をつなぐ面会の新しいかたち「オンライン面会を体験してみませんか?」

新型コロナウイルス感染予防のための面会制限に、ご理解、ご協力を頂きありがとうございます。砥部寿会では、Zoom(ズーム)というビデオ通信アプリを利用したオンライン面会を行っています。ご自宅にしながら、スマートフォンやパソコン越しに面会ができますが、それが難しい方は、施設に在所して頂くことで、職員が全て準備をして安心して画面越しの面会ができます。

オンライン面会のメリット

- ・面会に伴う感染防止(県外の方でも面会が可能)
- ・大切な人とのつながりを継続・心の安定や楽しみの維持

▶詳しくは、各事業所にお問合せください。※要事前予約



NEW 社会福祉法人 砥部寿会
 「オフィシャルホームページ」
 リニューアル!
<https://tobe-k.com/>



今年度開設の事業所情報を追加し、スマートフォンからご覧いただけます。

編集後記

年が明け早くも1カ月がたちましたが、年末年始は如何お過ごしになられましたか。当法人では、コロナ渦の中でも変わらず、それぞれの事業者がご利用者と共に楽しく過ごしております。今回の表紙を飾った陶芸は、小規模多機能ホーム里山と里山オレンジハウスの活動で作った作品になります。本年も引き続き、よろしくお申し込み申し上げます。

居宅介護支援事業所 砥部オレンジ荘 係長 小椋 真吾

111号
2021.2

BANZAI

ばんざい

2021



【発行・編集】
 社会福祉法人 砥部寿会
 愛媛県伊予郡砥部町大南2267
 TEL 089-962-7820

ホームページアドレス <https://tobe-k.com/> **砥部寿会** 🔍 検索

- ① 特別養護老人ホーム・ショートステイ・軽費老人ホーム(ケアハウス)・居宅介護支援
- ② 小規模多機能型居宅介護・デイサービスセンター・サービス付き高齢者向け住宅・居宅介護支援
- ③ グループホーム・共同生活援助(日中サービス支援型)・短期入所

P2・3 【特集】withコロナ時代の年末年始～それぞれの楽しみ方・過ごし方～

P4 お花のある暮らし「生け花クラブ」..... 特別養護老人ホーム 砥部オレンジ荘
 クリスマスリース作りに挑戦 ケアハウス 砥部オレンジ荘

P5 寒い日にはあつたか暖炉で... 小規模多機能ホームあつたか
 軽作業が機能訓練に デイサービスセンターあつたか

P6 手作りおやつでハッピータイム サービス付き高齢者住宅あつたかハウス
 『松山市プチ美化運動』で表彰されました グループホーム 里山

P7 日々、心と体を動かしながら 小規模多機能ホーム里山

P8 “陶芸”始めました 里山オレンジハウス

P9 コロナ渦でつながる認知症カフェ・新入職員紹介

P10 介護教室・新規事業紹介・リクルート・ホームページリニューアル・オンライン面会・編集後記

大浴場で柚子湯をしました。利用者様に、浴槽に浮かぶ黄色い果物を見て頂き「これなんだ?」と聞くと、直に触れられて、それが何かを確かめられていました。柚子であること、冬至であることを説明すると「もう年末なんやねー」と一年間を振り返りながら、気持ち良さそうに湯船に浸かれていました。クリスマスには、職員がハンドベルなどの楽器演奏をしました。サンタクロースの衣装に身を包み『きよしこの夜』や『港町十三番地』など、定番の曲に合わせて熱唱。利用者様だけでなく、職員も一緒に楽しい時間を過ごすことが出来ました。

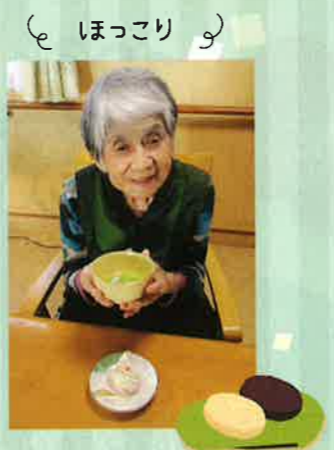


好きなデザインを選び台紙に張り合わせるころからスタートした絵馬作り。絵馬には「諦めず、何歳になっても元気で歩きたい」「健康で過ごせますように」など、それぞれの願いが書かれていました。背景には、大好評だったいちごの葉で作った落ち葉アートを再利用しました。皆さんの願いが叶うよう、今年も職員一同頑張っていきます。



コロナ全滅
家内安全

コロナ禍での“おもてなし”
施設外の活動が難しい中、利用者様に非日常感で心をいやしてもらえ時間ができたらと、抹茶と和菓子でささやかながら“おもてなし”をしました。利用者様の中には「若い頃にお茶を習いに行きよった」「昔の花嫁修業よな」と、懐かしそうに顔をほころばせて、当時を思い出しながらお話をされていた方もいました。“おもてなし”したことで、その大切さを改めて感じる事ができました。



「おいしいよ!」

わたし・わたしたちらしい年末年始
年末に忘年会を行いました。10月に開園した『里山ファーム』で収穫した白菜・春菊を入れて鍋を囲みました。皆さんと一緒に汗をかいて育てた野菜は絶品。お腹が満たされた頃には、次に育てる野菜の相談。わたしたちは『withコロナ』でなく、栄養をつけ身体を動かし体力をつけて『vs コロナ』で戦います。



新年は、恒例となりました「あったか神社のおみくじ」で、今年の運だめし! 初詣に行けない利用者様に、少しでも参拝気分を味わっていただきたく、あったか神社はグレードアップ。なんと鈴まで! 利用者様は鈴を鳴らし参拝。おみくじを引いて笑った方、泣いた方など様々。今年の干支の絵馬に願い事などを書き、吊るしました。利用者様が元気で、小規模多機能ホームあったかを利用出来ますように...。願いを込めて。



それぞれの楽しみ方・過ごし方
with 特集
コロナ時代
の年末年始

お正月は、感染防止対策をしながら、かるた取り・福笑いを利用者様にやっていたきました。かるた取りでは見やすいように工夫して、お手玉を投げて頂きました。福笑いは、専用のテーブルを用意して行いました。

「ここが鼻だからもう少し上ね。」 「かわいくてきたでしょ。」



「皆さんお題を読みますよ。」

恒例のご家族への年賀状、そして外出ができないため風船バレーで運動をしたり、砥部町などの四季の景色を映像で鑑賞して外出気分を味わって頂いたりしています。七折梅まつりの映像では「梅がきれいね。私は何度も梅まつりに行ったわ」と会話も弾みました。



年末の大みそかには、利用者様と職員で年越しそばを食べました。2021年もみんなが健康に楽しく過ごせますように。幸せな1年を過ごせますように...と縁起を担いで完食され、年越しを迎えました。年が明けて2021年元日には、お正月らしさを求めて、すごろくをしました。ホームにいてもお正月気分が味わえたのではないのでしょうか。



特別養護老人ホーム

砥部オレンジ荘

お花のある暮らし 【生け花クラブ】

特別養護老人ホーム砥部オレンジ荘では、月に2回「生け花クラブ」を実施しています。お花に興味を持っておられる利用者様が多く、職員が準備していると傍に寄ってきて花に触ったり、匂いを嗅いだりされています。色とりどりの花を、利用者様の思うままに飾って表現していただいています。

完成した個性豊かな作品の数々は、リビングに配置して、いつでも誰でも観賞ができるようにしております。(日野林 晃)



小規模多機能ホーム

あったか

寒い日にはあったか暖炉で…

例年になく冷え込んでいる今日この頃。この日の挨拶も「寒いね～」早速、自慢の暖炉に木を集めていそいそ準備。火を入れて利用者様と暖をとりました。火のゆらぎを見るだけでも、なんだか心が落ち着きます。暖炉の前では、「焼きいも、したいな」と声が…やはり食べ物の話になると盛り上がります。そして、小規模多機能ホームあったかでは、冷え込んだ日にいつも暖炉に火を入れて、身体も心も温めています。(谷 真由美)



あったかいね～♡



ケアハウス

砥部オレンジ荘

クリスマスリース作りに挑戦

毎年恒例のクリスマスツリー飾りに加え、昨年はクリスマスリース作りにも挑戦しました。モールで作ったリースに、どんぐり・松ぼっくり・職員手作りのフェルトのポインセチアなどを全体のバランスや彩りを考えながら装飾し、皆さんの個性が光る作品が出来上がりました。今年は、入居者様と一緒に作品作りにも力を入れ、楽しい1年を過ごしていきたいです。(副主任 岡 紗希)



デイサービスセンター

あったか

軽作業が機能訓練に

デイサービスセンターあったかでは、様々な軽作業を利用者様と一緒にを行っています。この日も職員がテーブルを拭いていると、いつものように利用者の皆さんが積極的にテーブル拭きを手伝ってくれました。テキパキとテーブルの上にあるティッシュも移動しながら、利用者さんで協力して隅々まで丁寧に拭いてくださいます。このテーブルを拭く軽動作は、身体の体幹を伸ばしたり、回したりする動作が必要となり、体幹の筋力維持やストレッチにもつながっています。(沖 雅邦)



隅々まで丁寧に…



小規模多機能ホーム里山
「支えあいブログ」

小規模多機能ホーム里山

NEW

日常の暮らし

利用者様は、日常の暮らしの中で洗濯・炊事・調理などのしごとに加え、畑での野菜作り・陶芸などの活動も行っています。利用者様の中には通いのサービス中に、自らの役割を見つけた方もおり、職員に「洗濯物を畳もうか?」「畑に水やりに行かない?」などと、声を掛けて下さる方もいます。

利用者様にとって、しごと(役割)のある生活が、日常的な暮らしとなりつつあります。日々、心と体を動かしながら、職員と共に楽しく暮らしています。

日々、心と体を動かしながら



小規模多機能ホーム里山の在り方

『一つでも多くの“やりたい、こうありたい”を支える介護』をテーマに、小規模多機能型居宅介護事業所の「通い」「宿泊」「訪問」の機能を手段と捉え、『自分らしく、自宅・地域で楽しく暮らす』ことを目標に運営を行っています。

その実現の為に『生活の中でのリハビリテーション』を意識し、身体機能や動作能力などだけではなく、他の方とのつながり・交流、社会的な役割など、ご本人のパーソナリティーにも働きかけます。そして、利用者様との関わりの中では、『利用者様も職員も笑顔で語り合える“明るい空気感”・小さな困りごとでも遠慮なく相談でき前向きになれる“信頼感”』を築けることを目指しています。

(田下 友彦)



手作りおやつでハッピータイム

サービス付き
高齢者住宅

あったかハウス

あったかハウスでは、入居者様のご希望を聞きながら手作りおやつに取り組んでいます。今回も、入居者様にどのようなおやつを召し上がられたいのかとお聞きすると、「あんまり私が食べたことがないようなものはありますか?」というオーダーを頂き、フルーチェ(イチゴ味)を入居者の皆さんと一緒に作ることとなりました。

ボウルに、フルーチェの素と牛乳を入れて混ぜるところから、入居者様にお手伝いして頂きました。混ぜている途中で「いい匂いがするね」と、出来上がりを楽しみにされておられました。できたフルーチェを器に盛りつけをして、皆さんで美味しく頂きました。「食べたことないけど、美味しい」と、とても喜んでおられました。

(副主任 谷川 裕樹)



いただきます



HAPPY

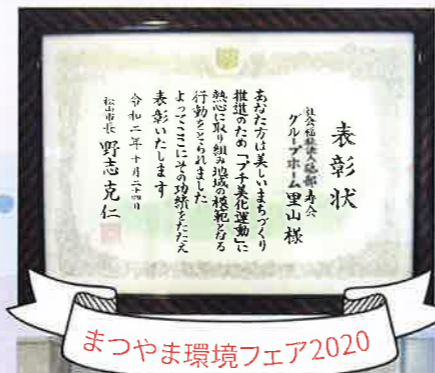
『松山市プチ美化運動』で 表彰されました

グループホーム里山では地域に密着した施設を目指し、開設した平成28年から「プチ美化運動」に利用者様と共に取り組んでいます。この「プチ美化運動」は、美しいまちづくりの推進のために、松山市が取り組んでいる事業所や自宅周辺など身近なところを定期的に清掃する活動になります。活動中は、地域の方とあいさつを交わし、積極的に交流も行ってきました。

この度、松山市より、令和2年度の「プチ美化運動 優良団体」として『まつやま環境フェア2020』において表彰して頂きましたので、ご報告をいたします。

今後も、地域に密着した“グループホーム里山”になれるように、この活動を続けていきます。(管理者 池田 大和)

グループホーム
里山



NEW

里山オレンジハウス

活動の様子はこちらから



里山オレンジハウス「ほっこりブログ」

日常の暮らし

開設して4ヶ月が経ちました。利用者様も里山オレンジハウスでの生活に徐々に慣れ、日々、楽しく過ごされています。

日中活動では、小規模多機能ホーム里山の地域交流室にて、陶芸を始めています。初めは、知識も経験もないため、素焼きのお皿に絵付けをしました。そこから、話を聞きながら試行錯誤しながら、現在は、砥部焼の土を買って来て、土をこねて形成し素焼きをして、絵付けをしています。出来上がるまでに、1週間ほどかかりますが、箸置きや小さなコップ等小物作りをしています。形も色も様々ですが、個性あふれる作品となっています。

出来上がった作品は、里山オレンジハウスの玄関先にありますショーケースに展示しています。是非一度、ご覧になって下さい。



“陶芸”始めました!



イベント・行事のご紹介

里山オレンジハウスでは、利用者様の希望を聞きながら、年間を通して様々なイベントや行事を企画しています。

10月には、大型ショッピングセンターへショッピングに出掛けて、思い思いに買い物をされました。11月には、砥部動物園に行き、たくさんの動物と触れ合うことができ皆さん嬉しそうでした。12月にはクリスマス会、1月にはお正月遊びと、季節に合った行事を楽しんでいます。また、月に一度は外食の日を設けており、利用者の皆様は、毎月この日をとても楽しみにしています。コロナウイルスの影響により、色々と行動に制限はありますが、その中でも楽しめるように工夫して、新たな活動にも取り組んでいきます。(松島 由加利)



里山たかのごOKカフェ in オンラインを開催

「コロナ禍でもつながろう!」

認知症は人生の一部です

『認知症カフェ』は、認知症がある当事者の方、ご家族、地域の方、専門職が、水平な関係で来場でき、認知症初期サポートや認知症を正しく理解し社会的な偏見やネガティブなイメージをなくしていくためにも、貴重な地域資源だと考えています。里山たかのごOKカフェ(認知症カフェ)も『認知症と共に、希望が持てる自分・家族・地域でありたい』というビジョンのもと、前回の開催では、素敵なカフェメニューと空間で、音楽・講座・相談の提供を行いました。新型コロナウイルス感染防止により、外出の自粛・感染防止対策が必要になり、今回は、オフライン&オンライン開催となりました。

オフラインでは、電話やスタッフが「一言メッセージ」を書いてお手紙でつながり、オンラインではメイン会場を少人数化して4ヶ所に分散しながら開催し、メイン会場から、クリスマスミニ演奏、ミニ講座「コロナ禍で楽しむ認知症カフェ」の配信もしました。

(文責:認知症介護指導者 小椋 真吾)

参考文献:地域を変える認知症カフェ企画・運営マニュアル/矢吹知之 氏 もしも/認知症介護研究・研修仙台センター よくわかる!地域が広がる認知症カフェ/認知症介護研究・研修仙台センター

認知症カフェへ参加して、認知症との歩み方を、共に考えませんか?

【里山たかのごOKカフェ in オンライン】次回開催日のお知らせ

- 開催日時 令和3年3月12日(金) 14:00 ▶ 15:00
場所 鷹子公民館・南梅本団地集会所・オンライン
参加費 無料
お申込先 松山市地域包括支援センター小野・久米 TEL:089(970)3761 ※3月1日(月)×切



01 来場者とお手紙でつながる



02 メイン会場の受付では消毒と非接触での検温



03 オンラインでつながる



04 別会場への演奏を配信



05 オンラインの様子



06 ミニ講座より

(砥部町大南地区) 隔特別養護老人ホーム 砥部オレンジ荘【2名】 (松山市久米地区) 小規模多機能ホーム里山【4名】

Staff introduction section with photos and names of staff members including 上河内 仁, 若城 菜央美, 重松 千尋, 横田 佳奈, 田中 裕士, 宮本 美由紀, 楠 いつき, 古田 宗美, 喜納 雅美, 松島 由加利.