

江古田の森だより

題字…ケアハウス 新井仙吉様



東京総合保健福祉センター 〒165-0022 東京都中野区江古田 3-14-19

江古田の森

TEL. 03-5318-3711 FAX. 03-5318-3712

E-mail: egotanomori@mt.strins.or.jp

<http://www.kaigo-egota.com/>



vol.98

平成 28 年 3 月発行



今月の表紙

障害者支援施設 “バレンタイン”

障害事業所のいちようユニットでは、バレンタインにティラミス作りを行いました。生クリームの代わりにお豆腐を使用し、ヘルシーで美味しいティラミスができました。出来上がったものは利用者さんに配り、大好評でした。ハッピーバレンタイン♡

発行 / (社福) 南東北福祉事業団 東京総合保健福祉センター 江古田の森 広報委員会 印刷 / 石井電算印刷株式会社

設立理念

東京総合保健福祉センター江古田の森は「すべては利用者さんのために」の法人団是の下、高齢者福祉及び障害者福祉の地域の拠点として「住み慣れた地域で生涯生き生きと暮らし続けられるために」、地域の皆様や利用者、家族に「安心と安全」を提供します。

関連施設

- 特別養護老人ホーム 江古田の森
- 介護老人保健施設リハビリテーションセンター 江古田の森
- ケアハウス 江古田の森
- 障害者支援施設(施設入所支援・生活介護) 江古田の森
- 通所リハビリテーションセンター 江古田の森
- デイサービスセンター 江古田の森
- 居宅介護支援事業所 江古田の森
- 訪問リハビリテーションセンター 江古田の森
- ヘルパーステーション 江古田の森
- 森のほいくえん
- 訪問看護ステーション 江古田の森
- デイサービスセンター ゆずりは
- ケアホーム やまゆり

特別養護老人ホーム 特養 節分行事

2月の初めに行う行事といえは節分を思い浮かべる方も多いと思います。

皆様はなぜ「節分」という行事が行われることになったかご存知ですか？

本来節分は季節の変わり目ごとにあり、立春、立夏、立秋、立冬の前日を節分と呼びます。昔から季節の変わり目には邪気が生じると考えられていました。ですから、1年の始まりである春（立春の前日の2月3日）に「これから始まる新しい1年が、不幸や災いが無い1年になりますように」との願いを込めて、邪気を払うため節分を行うのです。一年の厄を払い、福を呼び込む「豆まき」。ちなみに「豆まき」は、鬼を払う追儺という行事と、豆打ちという二つの行事が混じり合って出来ています。



2月3日水曜日、特別養護老人ホームでも節分会を行いました。利用者さんは豆の入った小袋を沢山抱え込み、鬼に向かって「鬼は外、福は内」

と声を高らかに張り切って投げられていました。鬼は退散し厄も払い落とせたので、今年一年利用者さんにとって良い年になることと思います。

通所リハビリテーションセンター 鬼は外！福は内！

2月3日に節分行事として豆まきを行いました。節分とは季節の変わり目に陰と陽が対立して邪気が生じ災いをもたらすとされています。これを払う行事として「福は内、鬼は外」の豆まきが生まれたそうです。そんなこの日は職員が鬼に扮してフロア中を大暴れ！そんな鬼に向かって豆の代わりに小さく丸めた新聞紙を投げて、「福は内！鬼は外！」のかけ声で1年の無病息災を祈願しました。「久しぶりに童心にかえったよ。



楽しかった！」と言う利用者さんもいて、節分を楽しんだ1日となりました！

ケアハウス 外出ツアー

ケアハウスで行っている外出ツアー、今回はすみだ水族館へ行ってきました。外出ツアーでは一番の遠出になり



ますので、利用者さんの要望を叶えるために、何度も検討を加えて実現できました。普段、施設から見えるス

真下から見ると首が痛くなるほどの高さで圧倒されました。

そして、今回の真の目的地、すみだ水族館へ！！

利用者さんは、可愛らしいペンギンや多くの魚、とりわけ大きなうなぎを見て大興奮の様子でした。

「これからもリハビリを頑張っているんな所へ行きたい」と利用者さんの意欲向上につながる機会となりました。

防災訓練

デイサービスセンター江古田の森

デイサービスセンター江古田の森では1月18日から2月23日までの1週間、防災訓練を行いました。直前の顧客満足度アンケートでも、防災訓練を行ってほしいとの声が寄せられていて、タイムリーな企画となりました。

職員が講師となって防災の講話を行い、利用者さんには2階で火災が発生した想定で避難経路や非常口を確認しながら実際に避難してもらい

ました。「今まで、どうやって逃げた方がいいか考えてなかったのよかつたわ」とか「もう少し避難経路の表示を増やしたらどうか」など貴重なご意見をうかがいました。万が一の時は、利用者さんも職員も冷静かつ迅速に避難できるように有意義な訓練ができました。



デイサービスセンターゆずりは おやつ作り

デイサービスセンターゆずりはでは2月のおやつ作りで初めてたこ焼きを作りました。職員も利用者さんも作るのは初めてで、最初はぎこちなかったこ焼きを裏返していましたが、回数を重ねていくうちに段々上手になっ



ていきました。「久しぶりに食べて美味しかった」と満面の笑みが見られました。

平成28年度公開セミナーのお知らせ

日時	講座名	講師
4月2日(土)	今日から出来る相続税対策	第一生命保険株式会社 古家後 奈々絵 氏
5月7日(土)	認知症サポーター養成講座	
6月4日(土)	脱水予防の習慣を作る	江古田の森 老健看護師 若林由美子
7月2日(土)	何時までも健康でいる為に ～お口と身体の側面から～	江古田の森 理学療法士 池田 淳子
8月6日(土)	認知症サポーター養成講座	
9月3日(土)	高齢期の住まいの選び方	あいらいふ入居相談室 主任相談員 末木 敦司 氏
10月1日(土)	残存機能を活かしたケアとは	江古田の森 介護福祉士 瀬川 忍・竹田 美芸
11月5日(土)	認知症サポーター養成講座	
12月3日(土)	寒さに負けない身体づくり ～食事からのアプローチ～	江古田の森 管理栄養士 常盤 悠子
1月7日(土)	認知症サポーター養成講座	
2月4日(土)	障害者自立支援制度	江古田の森 障害施設長 柏原 正矢
3月4日(土)	病院から退院するときに受けられるサービスについて	江古田の森 訪問事業所 看護師 今田 香

- 場所：東京総合保健福祉センター江古田の森 1階 地域交流スペース
- 時間：14：00～15：00
- 問い合わせ先：03-5318-3711
- 料金：無料 ●申し込み：不要

- ★認知症サポーター養成講座開講します。
- 5. 8. 11. 1月の年4回 時間：10：00～11：30
- 場所：江古田の森 1階 地域交流スペース 参加費：100円
- 本講座は地域住民の方々の参加が可能です。(要申し込み)

公開セミナーのお知らせ

入場無料(申し込み不要)ぜひご参加下さい!

日時/4月2日(土) 14:00～15:00

演題/今日からできる
相続税対策講師/第一生命保険株式会社
古家後 奈々絵 氏場所/東京総合保健福祉センター
江古田の森1階地域交流スペース

江古田の森体験談

老健介護職員の山下です。江古田の森に就職してはや一年が過ぎようとしています。介護の知識や利用者さんとの接し方など、未熟だなと痛感することもあります。先輩職員のアドバイスを受け、少しずつではありますが、介護職として自信を持ち始めています。研修やカンファレンスにも参加し、多職種から様々な意見を聞くことで、私自身の学びにもなっています。また、私は江古田の森よさこいチームに参加しています。他事業所職員との交流・意見交換ができ、充実した日々を送ることができています。これからも日々学び、楽しく生活していきたいと思っています。



立ち上がり動作について

みなさんこんにちは！今日は在宅介護に役立つ介助方法・介助技術をご紹介します！

1日に何度も行う事が多い「立ち上がり動作」について、介助する側の視点から高齢者の方へ上手にアプローチ出来る方法をお教えします♪

①浅く座ってもらう

まず高齢者に椅子の肘掛けをつかんでもらいましょう。片麻痺の場合は動く方の手でつかんでもらいます。お尻を座面の手前にずりずり動かし、浅く座り直してもらいましょう。この時、介助者は高齢者の前にいます。

②足を立ち上がりやすい位置に置く

立ち上がる前に両足を後ろに引きましょう。片麻痺の場合は介助者が高齢者の足を両手で持ち、動く方の足を後ろに引きましょう。そして麻痺側の足を前へ出します。※この時、麻痺側の足が浮いているのはNGです！

③台の上に手を置いてもらう
(または手すりにつかまってもらう)

手をテーブル等に置いてもらいましょう。手すりがある場合はそれをしっかりつかんでもらいます。

④お辞儀をして、お尻を上げてもらう

頭を下げてお辞儀の体勢になってもらうと、重心が前に移動しお尻を上げやすくなります。手と足に力を入れてもらい、立ち上がってもらいましょう。片麻痺の場合は動く方の手足に意識して力を入れてもらいましょう。介助者は倒れないように支えます。片麻痺の場合は麻痺側に注意して支えましょう。

椅子からしっかり立ち上がったことを確認出来たら完了です。

1つ1つの細かい動作をしっかり行う事で、介助者も高齢者も安全にそして楽に介助する事が可能です。

安全・安心な介助方法を身に付け、在宅介護をより質の高いものにしていきましょう！