

星の夢百聞

～ 第 130号 ～

発行日:2016年12月1日

発行:有限会社 おいらーく
札幌市東区北 25 条東 20 丁目 7-1

発行人:星野 二三江



介護付有料老人ホーム **せんり** 引越しの御挨拶

By 荒井ホーム長



「せんり」は11月12日(土)に、入居者様の引越しを終えて、元町第2ケアサポートセンターの住人となりました。

入居者様の引越しは初めての経験で、どのようになるのか予想もできないことでしたが、うららや、ココ東雁来などおいらーく他事業所のお力を借りて、事故なく無事にすべての引越しが終了いたしました。

旧せんりの建物内の整理なども、せんり職員の手の回らない部分があり、つなぐ、ココ東苗穂の職員の方々にお世話になりました。また、12日は、せんり入居者様のご家族もおいで下さって、新しい所に移ったばかりで不安な入居者様についていただきました。皆様のご協力がなければ、とてもこのように安全無事な引越しはできなかつたと、心より感謝いたします。本当にありがとうございました。

入居者様、職員共にまだ慣れない部分も多く、走り回つての1日が続いていますが、少しでも早く環境に慣れて、快適に過ごして頂きたいと願っています。元町にいらつちやつた折には、新しせんりの様子を見にお寄りください。今後ともよろしく願いたします。

DT事例発表会 各事例発表者報告!



11月28日(日)伏古記念会館にて第一回豊生会グループDT事例発表大会が開催されました。ご入居者様・ご利用者様の「その人らしさ」に焦点を当てた日々の取り組みを3事例発表してきました。

11:02	いつものえくぼ おいらーく第二事業部 東出由起子・道下悦子・大野範子・本間圭介
11:14	ひだまりカフェはじめました! -入所者様同士の交流を- ナーシングケアセンターひだまり 草間奈津実
11:26	ひまわりでDTはじめました! ~めげずにアピール!~ 介護老人保健施設ひまわり 遠藤智佳子
11:38	私(僕)の家づくり ~第2の我が家~ おいらーく第三事業 高屋利啓
11:50	Tさんの笑顔が見たい⇒ソナス夏:花火&縁日 おいらーく第一事業部 介護付有料老人ホームうらら伏古 伊藤典子

てんや夢と
生きがい銭函

合同文化祭報告

てんやわんや夢では11月9〜11日の3日間、『第1回 夢・文化祭』を開催しました。

日頃の活動でテコクレージュクラフト教室・パッチワーク教室・折り紙教室等を行っていますので、そこで作成した作品などを展示しました。その他にも、昔作った木工品・和紙細工・手芸などもお借りして展示すると、とても見ごたえのあるスペースが出来上がりました。生け花の師範である利用者さんは、見事に蔓バラを活け、落ち葉まで添えて季節感を演出してくれました。

文化祭当日は、皆さん見に来てくれるか一抹の不安もありましたが、利用者さんご家族や近所の方、ケアマネージャーさんなど沢山の方々にお越し頂き、いつもと違う雰囲気施設内が活気づきました。手作りのパンと入れたてのコーヒーでゆっくりして頂きながらも、作品や施設内の様子に興味があるよう話に花が咲きます。ご近所にお住いの男性は「いつも建物を見ていて、どんな所なんだろうと思っていただけ、見学出来て良かったよ。」と話され、「麻雀等でメンバーが足りない時は呼んでよ。いつでも来るよ。」と笑われていました。またご家族の方は、家と違うご利用者さんの様子をご覧になって驚いたり、感心したり、普段の送迎時では出来ない職員とのコミュニケーションも生まれました。

利用者さん同士も、他の方の作品から刺激を受けたり、「これあなたが作ったの？今度、作り方教えてください！」と新たな交流が始まりました。地域の方には、私たちの活動を知ってもらい、ご家族・他の利用者さんにはその人の新たな一面を垣間見る貴重な芸術の秋となりました。

介護員 早川敦司



第1回 夢・文化祭
みんな集まれー

日時
11月9・10・11日
13:30~15:30

デイサービスセンター
てんやわんや夢
栗区東沼田13第2丁目
24-35
〒790-4500

日頃お世話になっているご家族様、ケアマネージャー様、地域の皆様、ぜひお気軽にお立ち寄り下さい。

内容
・ご利用者様の手作り作品の展示
・展示と交流員での販売
・販売コーナー（手作りのパンとコーヒー）
・出し物（交遊中）
・介護のご知識

参加費
無料
お土産
プレゼント

AED講習 (NS委員会)

えくぼ元町 藤田所長



日時 H28年11月24日(木)

18時30分〜19時30分

場所 CoCo元町 会議室

講師 日本光電株式会社

参加 38名

日本光電さん2名の職員の方より、前半スライドによる説明と、後半は2グループに分かれて実技を実施しました。多くの職員が参加しました。初めての講習を受けた職員は数名でしたが、年々、機器の進歩があり、事業所外での使用時には新たな機器と遭遇することもあります。(液晶画面が付き取扱い方法が映っている、小児の切り替えはスイッチで可等)今回も、2グループそれぞれの職員からの質問が多く出ていました。

実技も、スライドやデモで説明を受けた後でも、いざ実行となると取扱いが違っている場面も見られていました。今後も毎年の恒例として、いづどこでも躊躇なく対応できるように実施していきます。



特集! 人間万事塞翁が馬



似顔絵作: 松田 郁美

お世辞にもおしやれとは言えない小さな古い店は今日も北大生達の熱気であふれている。店の名前は「亭北軒」。店主のSさんは学生達を相手に安くてポリウムがあつて栄養ある食べ物を提供しようと、モツ煮がたっぶり入ったラーメンをメニューにした。これが人気となりいつしか店は「モツラ」と呼ばれるようになった。昭和36年のことである。

モツラの由来

樺太へ

Sさんは士別にて7人兄弟の末っ子として生れ、家業の農家を幼い頃から手伝う。ともかく貧乏で兄弟たちは奉公へ、不作だと両親も出稼ぎへ。食べるものがなくてひもじい思いもした。15歳のころ姉に誘われ当時景気の良かった樺太に向かう。幸い看護師見習いになった。裾の長い白衣の天使は夢中で仕事を覚えた。その後終戦を迎えたにも関わらず樺太はソ連軍に侵攻された。防空壕に身を潜めたが引きずり出され大きな倉庫に捉われた。一緒にこの土地に来ていた兄弟達も捕虜となり未だに行方がわからない。倉庫での生活は恐ろしかったがやがてソ連兵は引き揚げ、Sさんは勤務先で入院した患者さんと結ばれる。ご主人はあのシベリア収容所から命からがら部下と共にこの病院に来ていた。Sさん夫婦はその後子供達と北海道へ。ようやく家族の生活が始まるが幸せは長く続かなかった。夫が家に帰らない日が多くなった。そして遠くに行ってしまった。そんな失意のSさんに事情を知った親類が飲食店を譲ってくれるという。できないことだらけ、知らないことだらけでもやるしかなかった。二人の小さな子がそこにいる

学生達に支えられ

モツラと北大生との関係はNHK番組「新日本紀行」でも紹介されている。特に赤フンで有名な北大恵迪寮の寮生たちにとってSさんは母親のような存在だった。故郷を離れ心安らぐ場所がここモツラだった。学生たちの相談に良く乗っていた。金欠の学生には就職するまでと払いを待ち、デートがあると聞けば軍資金をそつと渡した。正月帰省せずにいると知ればおせちを振る舞った。誕生日ならビールはサービスタ。毎月誕生日を申告する輩もいたが、いつも学生の味方であり続けた。北大生たちはモツラをこよなく愛しSさんを慕っていた。Sさんの体調がすぐれない時は焼き鳥の仕込みや屋根の雪降ろしまで手伝ってくれた。店は彼らの大切な場所だったから学生紛争のときは「モツラに石を投げるな」と旗を振って店を守ってくれたのだ。

しかし北大生たちで賑わったモツラも暮となる。Sさんは発病し、休みなく朝方まで続く激務に耐える体力が残っていなかった。店がなくなることは学生達に痛手だったがSさんの無念はそれ以上だったろう。惜しまれつつ引退するときは北海道新聞にもその記事が掲載された。OBとなった彼らとは未だに交流があるそうだ。

今は輝楽でのんびりとお過ごしSさん、先日得意の民謡も披露して下さいました。「本当に学生さんたちのおかげだったの。私が女一人経験もなく店を始めて20年以上も続けられたのは…私の人生は波乱万丈だった、無我夢中で生きてきたんです。」ロシア語が堪能なSさんへ、スパシーバ! シャースチャイ! スターローピア! (ありがとう、幸せと健康を祈ります。)

福祉用具事業所 サポートセンター つなぐ 商品紹介コーナー



あったか〜E(ムートン)発熱ひざ掛け

◆サイズ67×100 ◆重さ280g
片面ムートンとフリース 発熱層 特殊発熱パウダー
軽量で発熱素材5秒で発熱開始!10秒から体感温度上昇します。

定価 ~~3024円~~ (税込) 特別価格 **1663円** (税込)

お問い合わせ サポートセンター つなぐ
Tel. 011-789-7200



昨年より、うらら伏古でも職員・入居者が仮装を行い、ちょっとしたパーティーを開催しています。昨年よりも今年は、仮装の内容が上がっています。？（写真をご覧ください）
 最後には、入居者全員に誰の仮装が一番だったか投票をしました。今年は、うららケアマネ扮する【王子様】が一番でした。
 仮装しながら、ビスケットや紅茶を飲み、午後一時をゆつくりと過ごした一日となりました。また、来年の仮装もお楽しみに！



てんやわんやでは11月の外出行事として「お寿司を食べに行こう」と14日（月）～19日（土）まで伏古の「ともえ寿司」へお寿司を食べに行きました。（水曜日は定休日なので「海天丸」へ行きました。）いつも昼食はてんやわんやで食べていますが、てんやわんやの外での外食です。11時半にてんやわんやを出発しともえ寿司までドライブです。ランチタイムの時間なのでセットメニューを頼まれる方が多かったです。「そこまで食べられないから」などの理由でお好みで食べられる方もいらっしゃいました。セットメニューは野菜サラダや茶碗蒸し、デザートも付いていましたが、ほとんどの方がすべて食べられていました。「おなかいっぱい」「食べ過ぎ！」などの声もきかれましたが、みなさん「おいしかった」と満足されていました。
 16日（水）は定休日のため、海天丸へ行ってきました。こちらは回転寿司なので、みなさんそれぞれ食べながら注文され、好きなネタを食べられ皿が増えていきました。スタッフが食べていたセットメニューについていたサラダをみて「おいしそう」と追加注文をされる方もいらっしゃいました。みなさん笑顔で会話もはずみ、おなかいっぱいになって帰ってきました。



小野寺 美奈子

2つの事例発表会

11/17 特定協 全国大会 in 大阪

今回、2つの事例発表会にて、日々の取り組みを発表してきました。発表テーマは、特定協「現場力向上」・民協「介護サービスの品質管理」です。題名は異なりますが、どちらも職員教育が現場にどの様に影響を与えているかという内容です。昨年度よりおいらーくでは、介護技術統一の第一歩として「介護技術講習会」を本格的にスタートしました。講習会では、動作項目はもちろんですが、声掛けの方法等も学んでいきます。

技術講習会の内容も含め、日々実践している様々な取り組みについて検証した結果を発表してきました。各会場とも、大勢の観客がいて緊張しましたが、自分なりに精一杯思いは伝えられたかなと思います。今後継続して活動を続けていきたいです。

うらら伏古 広部 毅



弊社では「虐待・介護事故防止」に向け、様々な取り組みを実践している。

- ① 事故防止委員会の開催
- ② 事業所の取り組み
- ③ 事業所の取り組み
- ④ キャリア教育制度への取り組み

実践内容を検証し、**成果・結果や課題を明確**とし、今後の取り組みへ繋げていきたい。

弊社では「介護サービス向上」を目指し、様々な取り組みを実践している。

- ① 各委員会の開催
- ② 統一（OSQ）書式の使用
- ③ 介護技術講習会の開催
- ④ キャリア教育制度への取り組み

実践内容③④を検証し、**成果・結果や課題を明確**とし、今後の取り組みへ繋げていきたい。

『虐待・介護事故防止』への取り組みには、様々な視点（入居者様、ご家族様、職員等）からアプローチしていく必要がある。

今回は特に、「職員教育による現場力向上」の大切さを改めて考える事ができた。

今後も更なる施設の高齢化・重度化に伴い、多様なニーズへの対応が必要不可欠であると考えている。それらに対応する為にも、今回の検証を踏まえ、継続して実践していきたいと思う。

実践内容を検証した結果、テーマである「介護サービスの品質管理」への取り組みには、**エビデンスに基づくケアと人材確保・定着**が必要。

（有）おいらーくは、地域向け様々なサービスを展開。介護技術講習会・キャリア教育制度への取り組みを継続し、**ケアの高品質化を目指していきたい**。更には、『地域の期待に応えるサービス』を実現していきたい。

おいらーく 美人栄養士軍団の奮闘記 ☆冬至について☆

12月です。今年も残すところ後僅かです。1年早いですね。子どもの頃は長かったのに…。さて、今回はそんな12月の行事、冬至について書いていきたいと思います。今年の冬至は12月21日です。冬至といえは南瓜、柚子湯ー今回は柚子湯についてです。

柚子湯と言えは、冷え症を緩和、体を温めて風邪予防、美肌効果…等是有名ですよ。ですが、なぜ冬至に柚子湯なのか。わからなかったのので、調べてみました。

柚子湯とは、運を呼び込む前に厄払いするための禊と考えられている。柚子は冬が旬の為、冬至の時期の柚子は香りが強い。強い香りのもとには邪気がおこらないという考えもあったそうです。また、柚子は実るまでに長い年月がかかる為長年の苦勞が実りますようにという願いも込められているそうです。

その他にも、冬至に食べると良いとされている食べ物を調べてみました。

小豆粥

小豆の赤が邪気を祓うとされているそうです。冬至に邪気を祓い翌日から運気を呼び込もうとうまれた習慣だそうです。

こんにやく

こんにやく→冬至にこんにやくを食べることを【砂おろし】と言い、体内に溜まった砂を出すと言われています。

豆腐

南瓜を別名【唐茄子】と呼ぶことから、【と】のつくものを食べると良いとされているようです。

- ・冬至に天気が良いければ翌年は豊作
 - ・冬至に雷が鳴れば雨が多い
 - ・冬至に南風がふけば地震・日照り・大雨
 - ・冬至に雪が降れば豊作
- 食べ物以外にも、以下の様な言い伝えがあるそうです。



冷や汗作業療法士が考えるその人らしく…

『冬の入浴は』

ヒートショックに用心

凍えるような冬、入浴の際に寒い脱衣所で衣服を脱いで、鳥肌を立ててブルブル震えながら浴槽に急ぐ。なんていうことはありませんか？

一般的に日本では、家族が集まる居間などには暖房器具を置いて暖かくなりますが、脱衣所や浴室に暖房器具を置いて暖めるという習慣はほとんどありません。

このような居間などと脱衣所や浴室、そして入浴の際の熱い湯との激しい温度差が心筋梗塞や脳出血、脳梗塞などによる突然死を引き起こす原因となるので注意が必要です。

防止策として…

- 1 脱衣所に暖房器具を置くなどして、入浴前に脱衣所を暖かくしておく
- 2 浴槽のふたを開けたり、服を脱ぐ前に浴室の床や壁に温かいシヤワーをまくなどして、浴室を暖めておく
- 3 湯船に入る前に、手や足といった末端の部分からかけ湯をして徐々に体を温めていく
- 4 いきなり肩まで湯船に沈めずに、足からゆっくりと入り、徐々に肩まで沈めていく
- 5 入浴時間は、ほんのり汗ばむ程度にする
- 6 湯船から出る際は、急に立ち上がりすぎないようにゆっくりと立ち上がり湯船から出る
- 7 飲酒後の入浴は避ける
- 8 入浴の前にはコップ1杯程度の水分を補給する



配食 栗林調理士の食のあれこれ!

おでんのお話

寒くなると食べたくなる物〜おでん〜

先月、大根のお話の中でもお伝えいたしました。が、やっぱり寒くなると温かい鍋物が食べたくなりますね。おでんは家庭でもよく召し上がる機会が多いのではないのでしょうか？私が以前、和食のお店に勤めていた頃、冬は欠かさずおでんを提供しておりました。お昼の仕込みがひと段落した11時頃からおでんのだし汁に茹でた大根や玉子、がんも・ちくわ・さつまあげ・焼き豆腐・こんにやく・白滝・竹の子・ふき・わらび・巾着…等々。ダシは決して沸騰させることが無い様、火加減を調節し、夕方の開店までじっくりと味を含ませておりました。

私が親方から引き継いだダシは、基本昆布とかつおですが、そこに合鴨を入れていました。この合鴨のダシがまた旨味とコクを引き出し、いいお味になっていました。ダシと具材から出る旨味が合わさる事でおでんは美味しくなるので、なるべくたくさん具材で作るとより美味しくなりますね！

ところで…おでんには辛子がつきものですがどうしてでしょう？普段から何の違和感なく食べているのですが、普通煮物に辛子って不思議だと思いませんか？実は本当の話かどうかは分かりませんが、昔、関東のおでんの屋台で、きつと今に比べると衛生的に問題があったので食中毒が流行し、お客さんが来なくなってしまったそうです。これは何とかしないと…と思いついたのが、殺菌成分が入っている香料Ⅱ辛子を付けて食べてもらうことにした。という訳で、おでんには辛子が付き物になったそうです。



祝

住宅型有料老人ホーム

CoCo東苗穂開設の御挨拶 By山田ホーム長

此の度、住宅型有料老人ホームCOCO東苗穂が旧せんり跡にオープンいたしました。内装工事を終え、11月17日から2名の入居者様をお迎えしております。11月中には合計5名様、12月にも5名様の入居が決まっております。徐々に賑やかになっていくことを、とても楽しみにしております。また、ヘルパーステーション・リ・ボンも東苗穂に事業所を移転してきました。これからは地域との交流を図りアットホームな住宅として職員一同が力を合わせて、皆様の生活を支えていきたいと思っております。お近くに来られた際は、ぜひお立ち寄りください。引き続き皆様宜しくお願いいたします。



ヘルパーステーション・リ・ボン 山田 智恵子 所長



第20弾!

ドラムす子でバチ当たり人間のよもやま話



信じられないことが起こった。皆さまご承知のアメリカ大統領選挙だ。大方の予想に反しあのトランプ氏が選出された。どの報道もこの結果を「番狂わせ」とか「混乱」と伝えている。対立相手をのしり、女性を蔑視し、移民を排除し、数々の暴言やスキャンダルから人格的に問題ありと判断していた人も多かるう。その政治的主張は反グローバリズム、反自由貿易主義、反エロジョーなど否定的なものばかりだ。だがアメリカ国民はそんなトランプ氏を選んだ。分析によるとアメリカ国内には現状に対し怒りと不満を抱え疎外感や閉塞感を持った人たちが驚くほど多かったらしい。貧困こそその理由だろう。だからそんな彼らは国益を最優先する「アメリカ第一」を掲げ強気で露骨な発言をするトランプ氏を熱狂的に支持したようだ。

そのトランプ氏、次期大統領と決まってきたら過激な発言はすつかり影をひそめ対外的には融和を図っているように見える。一見紳士的だが政治家としての能力は未知数だ。選挙戦での発言が本心だとすれば日米安保や日米貿易はどうなっていくのだろう。我が国の脅威となるアジア各国やロシアとの関係、沖縄の基地問題、先日国内で可決されたTPPや市場経済はどうなるのだろう。

日本がアメリカに依存している枠組みが多いなか影響はそれだけ大きくなる。だからと言って核兵器を持つての自主防衛や、自衛隊を国軍に変えるなんてことは困難だろう。経済だって世界との協調なしに日本ひとりでは立ち行かない。ここは日本政府にトランプ大統領と冷静に粘り強く向き合ってもらわなければならない。

ところで我が家の大統領はその堂々とした威厳と立ち振る舞い、安いものを探し獲得する行動力、高いものが安くなるまで待つ気力、いつの時点で安くなるか予想する判断力、グラムあたりの単価を割り出す計算力、買い物における交渉力、犬・猫・主人への統率力、声の大きさから当然妻なわけである。彼女がいて家庭内に安定と秩序がもたらされ、平和が実現されている。正に大統領の資質を備えているのではないか。妻をヒラリーと呼んでも良い。

トランプで元モデルのトランプ氏の奥さんは3番目の奥さんだそう。大統領としては？だが、ともかく繁殖能力は強いのだろう。70歳なのにそっちは現役なんだな。

「イヨツ、大統領！」

大舞台での活躍を祈りつつ、トランプ氏が救いのエースとなるかジョーカー(道化師)となるかは来年、札をめくってみないとわからない。い……とほほ。

おいらーく

11月行事内容と12月行事予定

平成 28年12月行事予定

平成 28年11月行事内容とイベント風景

平成28年12月行事予定

平成28年11月行事内容とイベント風景

せんり	○運営懇談会 ○DTレクリエーション ○クリスマス会
うらら伏古	○24日 クリスマス会 ※毎週水・土 喫茶ムーミン
COCO東	○13日 喫茶「ココよ」 ○中旬 ランチへGO! ○23日 夕食はXmasメニュー
式番館	○外食ツアー ○クリスマスカラオケ大会 ○買物支援
COCO元町	○外食ツアー ○出前カフェ
えくぼ&パール	○1日 えくぼ移転 ○下旬 クリスマス会
えくぼ東	○クリスマス会
えくぼ元町	○クリスマスin札幌ファクトリーツアー(日程は調整中) ○買い物レク(毎週日曜日)
その他事業所	

○5日・6日 家族内覧会 ○11日 家具引越し 開所式 ○12日 入居者様引越し	
○23・24日 外出レク	
○8日 喫茶「ココよ」開催 ○29日ランチ行事、回転すし「和楽」へ	
○お寿司「トリトン」 ○みんなでカラオケ ○買物支援	
○16日 出前カフェ ○19日 衣料品販売(竹栄) ○24日 外食ツアー (イオンモール東苗穂)	
○11日 C o C o元町式番館 開所式 ○11日 鍋パーティー ○19日 避難訓練 ○28日 誕生会	
○外食レク(お寿司) ○誕生日会 ○みんなでジングスカン	
○26日 人形劇「桃太郎一座」鑑賞	

企業理念

- ①私達は、職員全員で「共育」しながら社会に貢献していきます。
- ②私達は、社会の中で「共生」しながら、職員の人権と意思を尊重する経営を目指します。
- ③私達は、「いつもこう思う、今が大事な時だもう一歩」の精神で「共成」していきます。

経営方針

『高 齢者も障害者も住み慣れた地域で、安心して暮らせる地域づくり』を目指し、つねに『ご利用者様の立場にたった総合的な介護・福祉企業』のあるべき姿を探究し続けるオンリーワン企業を目指します。