

星の夢百聞

～ 第 137号 ～

発行日:2017年7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

グループホーム

夢

開設の御案内!



広い庭の四季を感じながら……心豊かな自分らしい生活を

グループホーム夢 安心のサポート体制

★入所定員18名
(1ユニット9名×2)
★全個室

2F グループホーム夢

1F デイサービスセンター
てんやわんや夢

夢サロン

訪問理美容

医療連携

- 東雁来すこやか内科・小児科クリニック
- 東苗穂訪問看護ステーション
- にじいろ歯科クリニック

おいらーくでは7月1日「グループホーム夢」が東苗穂13条2丁目に誕生致しました。入居できる方は要支援2以上で、札幌市の住民票をお持ちの方が対象となります。全室個室、2ユニット18名で3名ずつの居間・洗面所・トイレ・流し台がついています。広い庭の四季を楽しみながらすごしていただけのゆったりとした空間となっています。住み慣れた地域で家庭的な雰囲気の下、専門スタッフと生活を共にし、「その人らしい生活ができます。」入居者様お一人おひとりに寄り添い、楽しく心豊かな時間をつくり、地域の方、ご家族の方、色々な方が集える、そんな施設にしていきたいと思っています。

皆様、お気軽にお立ち寄り下さい。お待ちしております。そして今後とも末永く皆様にかわいがられ、愛していただける施設になりますようご支援よろしくお願い申し上げます。

施設長 寺本 壽美子

施設長からの
ご挨拶



寺本 壽美子

夢のみずうみ村

3分間ショーの取組について



夢のみずうみ村では、昨年9月より全国のフランチャイズで、共通の理念を共有できるように「3分間ショー」なるものを作成しております。

3分間ショーとは、夢のみずうみ村の理念や実際の職員の動きなどを約80項目に分けそれを3分間程に映像化するもので、新人職員が見てもわかりやすいものを目指しております。各フランチャイズで項目やどのように映像化するかを考え、昨年の11月に東京の浦安に集合し最終調整と役割分担を行いました。札幌でも32項目が割り当てられ、それをさらに4事業所で割り振り映像を撮影いたしました。スタッフ会議でも話し合い「どのようなものを撮ればわかりやすいか?」「実際に自分達のやってたやり方って少し違ったかも?」等、もう一度夢のみずうみ村方式を見直す良い機会にもなりました。出来た映像は浦安にいるPCの達人に加工してもらいさらに藤原先生にナレーションを入れていただき完成を迎えます。

7月に行われる夢村合宿(フランチャイズメンバーが集まり理念の再確認や研修)で出来上がった3分間ショーの映像を利用し研修を行います。まだ完成した物を目にはしていないので、どのような仕上がりになっているか今から楽しみます♪

また自分たちの作成した映像が全国のフランチャイズで使用されると思うと責任重大だと思いつ反面とても楽しみです。



「ISO」のマネジメントレビュー実施!

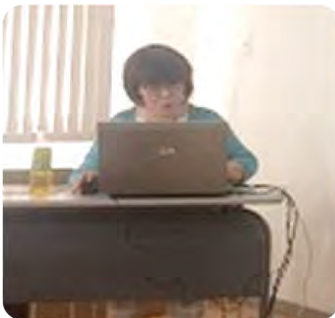
6月12日、おいらーく版ISOである「OSO」のマネジメントレビューを行いました。(ISO認証制度とは、認証機関が組織の構築したマネジメントシステムが規格の要求事項に適合しているか審査し、適合していればその組織を登録し、公表することです。おいらーくでは、事業部ごとに「サービス向上委員会」と「事故防止対策委員会」があり、それぞれの委員会の活動結果報告の場として、毎年行われているものです。

今回の発表は…

- ① 第1事業部サービス向上…うらら伏古 神山
- ② 第2事業部サービス向上…えくぼ元町 道下 えくぼ 東出
- ③ 第3事業部サービス向上…てんやわんや本町 福澤
- ④ 第4・5・6配食事業部サービス向上…COCO東雁来 高橋
- ⑤ 第1事業部事故防止…えくぼ東雁来 瀬戸
- ⑥ 第2事業部事故防止…えくぼ 佐々木 えくぼ元町 恵本
- ⑦ 第3事業部事故防止…てんやわんや本町 堺本
- ⑧ 第4・5・6配食事業部事故防止…ケアプラン銭函 菅原
- ⑨ 総務部総合…総務 鈴木

アンケート、事故件数からデータをとり検証それによる是正の措置を講ずることにより、顧客満足を目指す過程を報告します。例えば、事故の件数について、時間や場所を細かく分析図にすることで傾向が見えてくるものもあります。また、職員の接遇についてもアンケートを行うことにより、自分たちを振り返る場にもなります。有料老人ホーム配食事業部などの複合事業所についてはそれぞれの事業所が行っているイベントなどの報告もします。

日々たゆまぬ努力の積み重ね、これがおいらーく品質・おいらーくプライドを形作っています!



特集! 人間万事塞翁が馬

子供のころ〜結婚

昭和2年、札幌の東苗穂で生まれました。兄と二人兄弟です。父は私が3歳の時、腹膜炎等の病でお腹が膨れ、30歳の若さで亡くなりました。母も、夫の看病の疲れか、感染か、後を追うように3か月後、亡くなりました。

幼くして両親を亡くし、兄は父方の祖父へ、私は母方の父母へ引き取られました。兄は、高等科まで進学させてもらったのですが、私は祖父の家で、長男夫妻がいたものの、長男は兵隊に、残った嫁がまったく働かなく、すべてが私にまわってききました。

農家なので、夏場はとてもしがしく、馬を引き、畑を耕し苗を植え、草取りをし、収穫まで休みもなく、腰が抜けそうになるまで働かされたそうです。学校には夏場の雨降りと、冬場のひと時だけ通わしてもらったそうです。それでも育ててもらった恩があるので、二十歳になったら嫁に行くので、それまでは面倒みてくれとたのみ、我慢に我慢をし抜いたそうです。

二十歳になり、江別の角山に、通い作りの畑があった所が、入植しないと国にとられ



似顔絵作: 松田 郁美

ることもあり、婿養子をもらう話がありました。旦那様になる方は、富山の兵隊あがり、北海道には土地があると興味をもち、縁談が決まりました。

江別での新しい生活

江別の角山は当時道路もなく、電気水道はもちろんありませんでした。ほったて小屋を建て、ランプでの生活です。しかし、夫婦で力をあわせ、畑を広げる為、入植する時祖父から譲りうけた馬、頭と共に、朝から晩まで、休む事無く働き、七町まで広げました。

馬の水は旦那さんが川に汲みに行き、生活水は私が川に毎日汲みに行くのです。生活水は、天秤棒の前と後ろにバケツを付、1日2回行かないと間に合いません。川から土手をあがり、3里の道を歩く、それを10年間毎日続けたそうです。(当時は豊平川の分岐で、見た目はとてもきれいだったのですが、飲み水は一度沸かしたそうです。)一度、井戸を掘る事も試みたのですが、川の近くは意外と水が出なく、断念したそうです。(川の向こうは札幌だと、いつも眺めてはうらやましく思っていたそうです)

4人のお子様にも恵まれ、お子さんが学校に通う頃、冬はご主人は雪をかき分けながら、道路まで送ったそうです。

入植から10年

国道までの道を作り、電気・水がやっと我が家にきました。

水をくむ作業からは解放されましたが、畑の仕事が忙しく、相変わらず休むことなく働き、頑張り通した結果、農業も軌道にのっていきました。

道楽と云えば、40歳過ぎから始

めた手芸です。手先が器用だった事もあり、洋裁に興味をもち、冬場の仕事がない時期、池内デパートへ通い、洋裁を教える先生がいたので基本を教わり、後は現物を見ては作り方を自己流で考え研究し、生地を購入してはなんでも作れるようになり、洋裁以外にも造花作りにも取り組んだそうです。(ご実家には作品が多数保管されているそうです。)

そして現在

ご夫婦で60歳までは現役で農業をしていましたが、その後は長男さんが後継者となりました。

ご主人は90歳で亡くなりました。だが、私を支え、引っ張ってくれ、ほんとうにいい人と巡りあったとおっしゃっていました。(ご主人はとても頭のいい方で、農協さんも一目おいていたそうです。)

現在は、お孫さん5人・曾孫さん7人に恵まれ、「手芸はできなくなりしましたが、残りの人生を楽しみたい」とおっしゃっております。いつまでもお元気です!

おとなのクイズコーナー

今回は...!

北海道にある難読地名クイズ!

① 大楽毛 (釧路市)

② 神居古潭 (旭川市)

③ 咲来 (中川郡音威子府村)

④ 茨戸 (札幌市北区)

⑤ 馬主来 (釧路市)



答えは8ページの下に

行事

てんやわんや

江別トントデンファームへ



てんやわんやでは今月12日から17日までの1週間、江別のトントデンファームへお出掛けしてきました。まずは、到着して買い物からスタート！おいしそうなハムやソーセージなどの肉製品がたくさんあり、お土産や自分の食事にどれを買おうか店内を何周もして悩まれていました。焼きメレンゲなどのお菓子をお土産に買って帰る方も多くいらっしゃいました。

買い物が終わった方から、外出行事のメインと言っても良いスイーツです！ソフトクリームやアイスの種類もたくさんあり、それぞれ好みの味を召し上がって満足されている様子でした。本場のアイスだけあってミルクの味が濃く、おいしかったそうです。

また、現地では飼われている馬やヤギ、ウサギなどの動物とふれあいを楽しむコーナーもあり、有料ですが動物にエサをやることもできるとのことでした。数人が購入したエサの人参を分け合い、エサに食い付こうとする馬の勢いに圧倒されながらも餌付けを皆さんで楽しませていました。

てんやわんやの次回の外出は、石狩にある「はまなすの丘公園」を予定しています。みなさん、良ければ是非参加してみてくださいませいね☆

てんやわんや 横川



DTってなーに？

初体験！ドキドキ・わくわく！
新たなるチャレンジへ～

みなさん、初めての事というものは緊張しませんか？失敗したらどうしよう...？どうすればいいの？など様々な不安がよぎるものです。今回は希望とリスクの間の「キワキワ」(ギリギリの所)「ドキドキ」から「わくわく」へと変わっていく、それを「面白い」と感じられるDTの要素をポイントとして活動をしました。

5月にパープル・ロードに入居されたばかりの1様は、すぐに他入居者・職員とも、交流を持たれるなど温厚で社交的な方で、えくぼに由来して「コーヒー」を飲みながら、お話をすることが多く、その日常会話からのアセスメントで「運動は得意」と聞き、畑仕事へ誘ってみると「やったことないけど、いいよ」との答えでした。実際に行ってみると最初は他者の動きを見ながらでしたが、すぐにコツを掴んだ様子で力いっぱい土をおこされています。作業を終え感想を聞いてみると「結構、疲れたけど良い汗かいた」「何とかできるもんだ」と晴れ晴れとした表情であり、収穫を楽しみにされています。

初めて行うことへの不安「ドキドキ」から今後へ繋がる「わくわく」を感じ取れた一日となりました。1様、収穫祭をお楽しみに〜！

えくぼ 東出



行事

生きがいサロン銭函

おさんぽカフェに行こう



生きがいサロン銭函では、6月21日〜24日に先日銭函にオープンした「おさんぽカフェ」に行ってきました。ピアノや素敵なお花、かわいらしい小物などがありいつもとは違う雰囲気の中で美味しい飲み物とお菓子を召し上がって頂きました。

楽しみにされていたようで、出発の予定時刻よりも早く準備ができてしまう嬉しいハプニングも起きました。

コーヒーマスターの香りに包まれ、店長の沖さんによる素晴らしいピアノ演奏や楽しいトークで盛り上がり、たくさんの方の笑顔を見ることができました。「おいしかったね」「また連れて来てね」と嬉しい言葉を頂き、帰って来てからも笑顔でいっぱいでした。

短い時間でしたが利用者さんに喜んでいただく事ができました。次回は季節の花を見に行く予定になっていますので、利用者さんの笑顔も見られそうです。

(介護員 山本)



おいらーく 美人栄養士軍団の奮闘記 ☆女性の栄養☆

皆さんこんにちは！今回は女性のための栄養についてのお話です！男性より女性が摂らなければならぬ5つの栄養素があります。

① ビタミンB (VB)

女性は男性の約2倍の量を摂取しなければなりません。また、VBを摂取する場合VB単体で摂っても機能しません！必ず、水と一緒に摂りましょう！(WBの相棒はお水なのです！)

② レシチン (細胞膜に多く存在する脂質の一種)

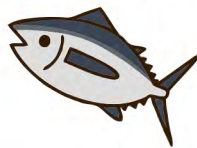
脳や母乳などに多く入っています。また、女性が作る卵子の成分は水+脂によって出来ています。

人の脳も同じで水+脂で出来ています。レシチンをしっかりと摂ることで認知症予防にもなると言われています。

③ 魚脂

良く知られたDHAとEPAです。

DHA



DHA: 神経組織の機能調整、脳の発育など
EPA: 血圧調整、脂質のバランス調節など
DHAは脳のアンチエイジングが出来るのではないかと期待されています！

④ 鉄



鉄は赤血球に関与しています。女性は月経があるので必須です！

⑤ カルシウム (Ca)

Caはホルモンバランスを整えてくれます。不足してくると腰の骨からCaが持つて行かれて使われるそうです。月経時に腰痛になるのは腰からCaを奪っているから起こっています。

これが毎月続き、歳を重ねていった時に骨粗鬆症として症状が出てきてしまう訳です。気を付けなければいけませんね。

いかがでしたでしょうか？女性の皆さん！この5つ意識して摂ってみて下さいね！

本年度 私の抱負！バトン形式

えくぼ副所長



佐々木 浩二

おいらーくに入社しえくぼ東雁来で2年半、えくぼで3年半勤め、今年の3月よりえくぼの副所長に任命させていただきました。

今まで以上の責任を感じつつ、改めて気を引き締め日々の業務に当たっています。まだまだ役不足な面もありますが『一人前』な副所長になれればと思います。

又、事業所としては質の向上と一人一人の『ニーズに合わせたケア』を目標に取り組んでいきたいです。皆様の笑顔をよく見られるよう精進して参りたいと思います。

配食係長



河合 一禎

本年度の私の抱負は、挑戦です。

4月に異動し、3カ月経過しようやく現在の仕事の流れに対応できるようになり、入居者、利用者へ接する機会、お話しする余裕も若干出てきました。

これからは、今以上にメニューの内容、企画などを計画し、食事を楽しんでいただける環境を作っていきます。

てんやわんや本町副センター長



南保 菜々実

てんやわんや本町の南保菜々実です。4月においらーくで勤続5年表彰をしていただき、一層身の引き締まる想いでいます。

振り返ってみると、介護の仕事始めて10年が経ち、学生の頃は「たくさん笑顔と出会いたい」と志し、就職活動をしていました。今でもその気持ちは変わりません！これからも初心を忘れず、沢山の笑顔に出会う為

元気に！明るく！笑顔！をモットーに頑張っていきます！

次回は… 配食事業部 四宮係長

次回は… 配食事業部 志野原主任

次回は… 生きがい東雁来 小原センター長

新住所・電話番号

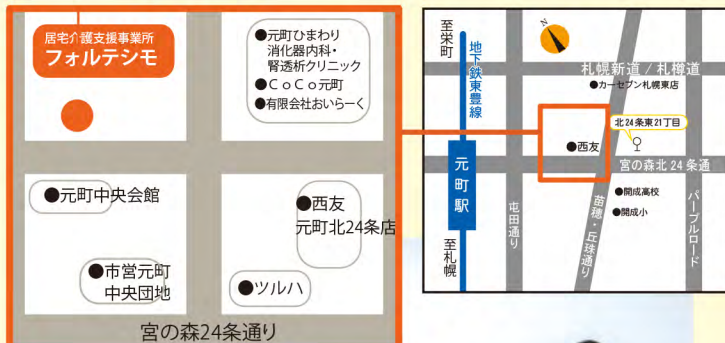
居宅介護支援事業所 フォルテシモ

〒065-0025 札幌市東区北25条東19丁目5番1号

TEL 011-299-3283 FAX 011-299-3289

Mail forutesimo@oira-ku.com

詳細マップ



こんにちは！皆様には、いつもお世話になっており、誠にありがとうございます。

この度、当事業所は6月9日をもって、左記に移転し、電話番号も変更となっておりますのでご案内致します。

これを機にさらに皆様方のご愛顧を得られますよう先進努力いたす所在でございますので今後ともよろしくお願い申し上げます。

居宅介護支援事業所 フォルテシモ引越しの御案内



3引越しました！



行事

小規模多機能型居宅介護

えくぼ



えくぼでは花植えを行いました。車イスの方もおり直接地面の土に植える事は難しかったため、プランターを使用しました。やはり女性ですね。植えている時から笑顔が見られており、皆様手際よく行っていました。花の種類はパンジーや朝顔等です。元町第二ヶアサポートセンターにお立ち寄りの際はぜひご覧ください。

本体・サテライト共に外出の機会も増えてきました。暖かくなってきたのでジャスコにアイスを食べに行き、中には二つ購入される方もおりましたが。へロリと食べており職員の方が驚きでした。

又、川下公園にも行き当日は少し肌寒くはありましたがライラックが綺麗に咲いておりそこでも写真を笑顔でパシャリー寒さも吹き飛ばす笑顔が見られました。

最後に行事ではないですが・・・

やっと職員紹介ボードが完成しました。台紙のみ用意し、後は職員それぞれが作成した為、一人一人デザインが違うので個性とセンスが光っています。夢のみずうみ村の言葉をお借りして、『みんなちがってみんないい』物となりました。こちらもえくぼの入り口に飾ってありますのでお越し頂いた際にはぜひご覧くださいと思っております。



第27弾!

ドラムす子でバチ当たり人間のよもやま話



上野動物園のパンダ「シンシン」が赤ちゃんを産んだ。話題を呼んだ。赤ちゃんが母乳を飲んだ。動物園は混んだ。観客は500万人に及んだ。歓声が飛んだ。シンシンが竹を噛んだ。飼育員が水を汲んだ。エサやりが済んだ。「なんだなんだ!？」歓声が止んだ。母パンダが赤ちゃんパンダを踏んだ。様子が変だ。だが赤ちゃんは微笑んだ。シンシンは経験を積んだ。自分が重いことを学んだ。観客のなかに志村けんだ。「だっふんだ!」ついでに私は肥満だ。妻はノーパンだ。

以上○ンダの語呂で話を編んだ。苦労したがちつとも面白くないではないか。誤算だ。
パンダの妊娠出産はとても難しいようだ。発情期間が短く、さらにメスが受胎できるタイミングが一年に数回しかないらしい。年中発情している私達人間に比べたら実に空白だ。そして非常に少ない確率で無事出産したとしても、育児放棄してしまうこともある。だから繁殖能力がとっても低いのだ。現在生息数が約2千頭のパンダは絶滅危惧種に指定されている。しかし保護団体の尽力により個体数は徐々に増加しているとも言われている。

愛くるしいパンダのその姿は人気も絶大で、この度の赤ちゃんパンダ誕生がもたらす東京都内の経済効果は約270億円なのだそうだ。すごいなあ!

パンダは竹や笹の葉が主食だが、あんなものにあの巨体を維持するだけの栄養があるの?低カロリー食品だからたっぷり食べなきゃいけない。つまりパンダは一日中食うか寝るかだから、そこは私に似ている。

生物学上パンダはクマ科に属するが、パンダがクマと違うのは冬眠しないことらしい。そこも私に似ている。私も暖房費がかさむ冬は冬眠しようと思っが、成功したことは一度もない。でも私がパンダに一番似ているのは繁殖能力の低さだろう。大好きなメンマを食べすぎたせいかもしれない。メンマはもちろんタケノコだから私もいつしかパンダ化したのだらう。そのうち目の周りが黒くなり体も白黒になるかもしれない。尻はまだ青いんだけどなあ。

客寄せパンダとなり北海道経済に貢献できるよう今後もどっさりタケノコを食べよう。でも食べ過ぎた夜のおならには気をつけよう。竹は英語でバンブーだもの!

今回は下ネタが多かったなあ。ネタ切れの象徴的現象だ・・・とほほ。



おいらーく

6月行事内容と7月行事予定

平成 29 年 7 月 行事 予定

平成 29 年 7 月 行事 予定	せんり	○誕生会 ○どんぐり喫茶 ○運営懇談会
	うらら伏古	○26日 外出レク ※毎週水曜日 ワンデイどんぐり ※オカリナ演奏
	ココ東雁来	○11日 喫茶「ココよ」 ○22日 サマーフェスティバル in「ひかりの」 ○中旬 遠足「百合が原公園」
	東雁来式番館	○22日 サマーフェスティバル in「ひかりの」 ○中旬 外食ツアー 買い物支援
	ココ元町	○笑いヨガ(月22回開催予定) ○外食レク(回転寿司) ○出前カフェ
	元町式番館	○フリーマーケット ○装飾
	えくぼ東	○誕生会 ○外出レク(海へ!) ○流しソーメン
	えくぼ元町	○10日 お寿司ツアー ○24日 カンテレコンサート
	えくぼ&パール	○誕生会 ○流しそうめん ○外食レク ○外出レク

平成 29 年 6 月 行事 内容 と イベント 風景

平成 29 年 6 月 行事 内容 と イベント 風景

○14日 誕生会 ○22日 1丁目カフェ ○30日 買い物レク	  
○14日 考流学会 ○21日 ワンデイどんぐり	  
○13日 喫茶「ココよ」 ○16日 婦人服移動販売「猫目」さん ○20日、ランチへGO! 積丹「みさき」さん、「うに井」食べました。	
○16日 外食ツアー。そば処「蔵寿」さん ○23日 婦人服移動販売「猫目」さん	
○笑いヨガ(月22回開催) ○6日 百合が原公園 ○30日 出前カフェ	 
○装飾 ○野菜植え ○22日 出前カフェ	  
○誕生会 ○外出レク ○ロイズローズガーデン	  
○7日 男のパークゴルフツアー ○22日 いきいきお化粧教室	  
○外出 (川下公園・ジャスコ) ○誕生会 ○防災訓練	  

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。