

# 高寿園だより

## 笑顔の花が咲きました!



写真（左上）は、高寿園ディサービスセンター御利用者様の方々による七夕作りです。陸前高田市の伝統がここにもあります。写真（右・右下）は、高田保育所園児の皆さんが高寿園に散歩に立ち寄って下さった時のショット。かわいらしい訪問に御利用者様も大喜びです。皆さんの笑顔が職員の何よいの元気の源です。

2018年4月～6月号  
**第155号**

〒029-2205  
岩手県陸前高田市高田町字東和野67番地

社会福祉法人 **高 寿 会**

TEL 0192-55-3700  
FAX 0192-55-3701

**本館**



今年も  
高寿園に

綺麗な花が  
咲きました



**お楽しみ会**

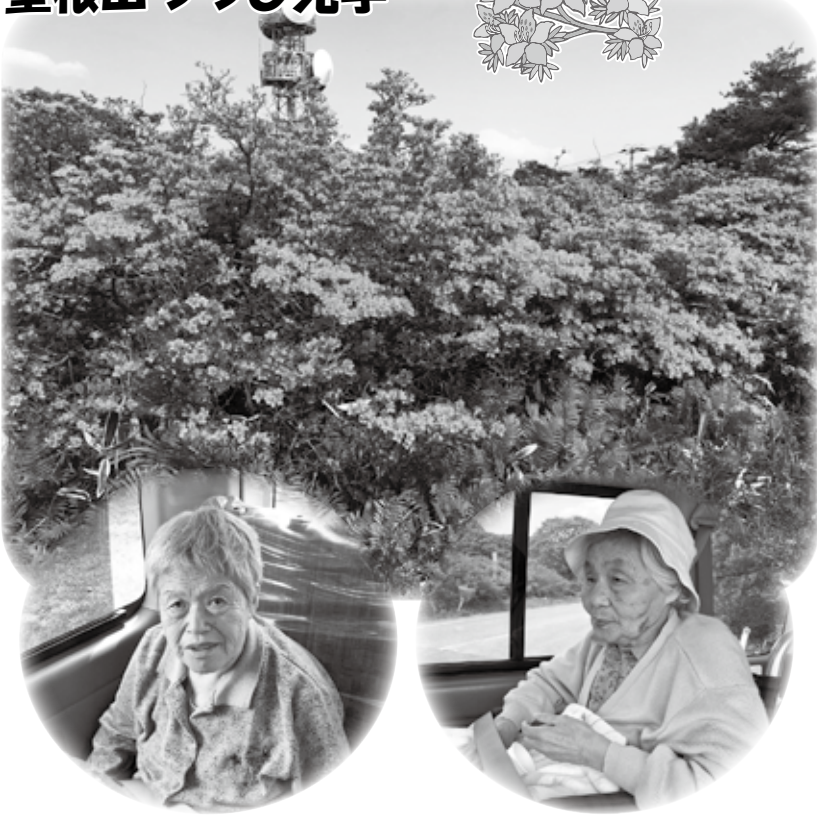
は～い皆さん完成までもう少しお待ちを！  
たまにはいつもと違うおやつを…  
という事で職員さんがおやつ作りに挑戦！



結果は…  
概ね好評のようでした(笑)



**室根山つつじ見学**



**避難訓練**



有事に備えて  
職員も訓練を  
積んでおります

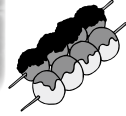
# 別館 お花見会



高寿園の桜もきれいだねえ～♡



美味しい  
ごちそうを  
食べて  
歌ったり  
踊ったり  
(\*^▽^\*)



## 川の駅までドライブに行きました



ソフトクリームうまいなあ～♡



震災前の高田市の写真が貼ってありました

## 「母の目」 「父の目」



いつもありがとう!!



## 盛岡大学の学生さんが 実習に来てくれました

はい どうぞ(^~)  
よく噛んで下さいね♪



# 高寿園ショートステイ

平成30年4月1日から短期入所生活介護（ショートステイ）の介護報酬が改定されました。以下に改定前、改定後の利用料をお示ししております。ご理解の程、宜しくお願い致します。

1. 施行日 平成30年4月1日利用分から

2. 新旧料金表

●高寿園本館・新館

【併設型短期入所生活介護費

(Ⅱ)：多床室】

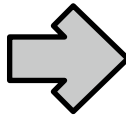


ショート作品（枯れ木に花火）

旧料金 (27年8月改定)

新料金 (30年4月改定)

要支援1	438 単位/日
要支援2	539 単位/日
要介護1	599 単位/日
要介護2	666 単位/日
要介護3	734 単位/日
要介護4	801 単位/日
要介護5	866 単位/日



要支援1	437 単位/日
要支援2	543 単位/日
要介護1	584 単位/日
要介護2	652 単位/日
要介護3	722 単位/日
要介護4	790 単位/日
要介護5	856 単位/日

ショートステイでは、余暇の時間に利用者の皆さんと趣味活動や、お茶っこ飲み会など行っています。



手も足もかろやかに！  
”ヨイヨイヨイトナー”  
また踊ってけらいネ♡



♪わかれるこ〜と〜は♪  
つらいけど〜  
久しぶりに歌を唄ったと  
話してましたが  
良く声が出ましたよ♡

照会先 高寿園指定短期入所生活介護事業所 ← 高寿園ショートの正式名称です

TEL (代) 0192-55-3700 FAX 0192-55-3701

Eメール:koujukai@cocoa.ocn.ne.jp 担当 佐々木克夫 熊谷文宏 阿部久美

# はまなす

～食からの発信～



## 【6/23～26 施設内調理システム・クックチル研修会】

今回も、フードコンサルタントとして国内外でご活躍中の株式会社ユーリーズの多田 鐸介先生にご指導をお願いしました。

調理技術のブラッシュアップのための方法、加熱方法の確認、指示方法等の打ち合わせをいたしました。今回は、実習だけではなく、理論の座学の時間も取り入れました。

調理法についても、科学的なメカニズム、情報の標準化について、流れの前後の入れ替えなど、総合的な判断での動きを学びました。

既に、作成済の調理マニュアルについても、さらに具体的に理解に向けるための取り組みが、スタートしています。



## みずき



医務室だより

## ☆夏の体調管理☆

日中は蒸し暑くなり、  
体調管理に気をつけなければならない  
季節になりました。



気仙地区では、主にノロウイルスによる感染性胃腸炎の集団発生が相次いでいます。通常であれば、例年12月ごろにピークを迎える傾向にありますが、この時期の集団感染が多発している詳しい原因は分かっていないとのことです。

高寿園では、食事の前のうがいや口腔ケア、手洗いを実施しており、また職員が業務を始める前にはクリーンタイムを設け、環境衛生や整備にも努めております。予防策を講じてはいますが、外部からのウイルスが持ち込まれることも想定されます。つきましては、発熱、腹痛、下痢、嘔吐等の症状のある方のご面会はお遠慮くださいますようお願いいたします。またご面会の前には、石鹸を使っての手洗いのご協力をお願いいたします。

# 高寿園デイサービスセンター

## 4月 碓石、高田市内へお花見



桜の木をバックに職員も一緒に写真を撮りますよ!!



桜の木の前で皆さん、はい写真を撮りますよ。はい笑ってー!

## 5月 三重県よい小島さん、歌の慰問



利用者の皆さん小島さんと一緒に歌っています。



近くですばらしい演奏と歌を披露して頂きました。

## 6月 趣味活動やドライブへ



作品を完成させようと最後の縫い合わせをしています。



少し天气が悪かったのですが、唐桑方面にドライブへ景色は最高でした。



季節もゆっくり春から夏へ、高寿園周辺の景色も少しずつ変化しています。暑くなりましたので体調に気を付けて下さい。今後とも高寿園デイサービスを宜しくお願いいたします。

# 東部デイサービスセンター

新年度を迎え3ヶ月、気持ちも気分も一転し、新たなスタートとなりました。当センターでも本年度より新たな活動内容を取り入れ、利用者様の身体機能維持に力を入れたいと考えています。具体的な内容としては、コグニサイズ（認知症予防を目的とした取り組みで、脳とからだの機能を効果的に向上させる）運動を中心とした内容を実施したいと思います。皆さん、一生懸命練習していますので、実施の様子を掲載する予定です。お楽しみに～！！



## お花見ドライブ



春は、いろいろなお花に癒されます。  
ドライブで気分もリフレッシュ！

## リハビリ訓練の様子



キリンさんに見守られながら、  
日々、運動に専念しています。



## おやつ作り(ヨモギ団子)



利用者さんから、頂いたヨモギを  
使い、感謝を込めて、こねこね。



## 漬け物作り



包丁握っている笑顔がとても素敵

**人事異動があり、東部デイでも、職員の入替わりがありました。4月から、2名の職員が加わったので、仕事への意気込みを聞いてみました。**

☆熊谷 百合子さん・・・新しい道路がたくさん増えたので、道に迷わない様に、送迎しま～す。

☆蒲生 絵里さん・・・送迎は初めてなので、事故のないように、頑張りま～す。

これからも新体制になった東部デイをよろしくお願いま～す！！

★これからの行事予定

七夕集会 / 夏祭り / 敬老会 / 体力測定 / 等

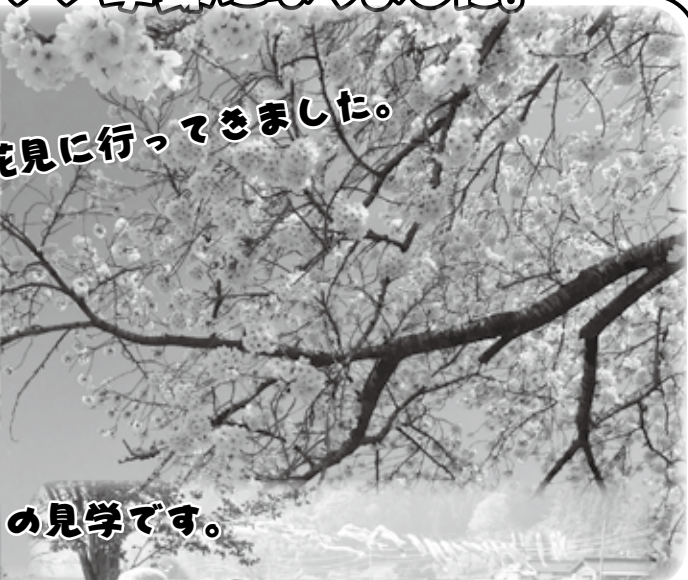


# 高田デイサービスセンター

お出かけに気持ちのいい季節になりました。



大船渡某所・お花見に行ってきました。



住田町・春の風に泳ぐ鯉のぼりの見学です。



## 「高齢者と熱中症について」

これから暑さが増してきて熱中症の危険が高まります。高齢者が熱中症になりやすい原因はいくつかあります。

- 暑さや喉の渴きを自覚しづらくなる
- 体力低下、低栄養などの虚弱状態
- 認知症で環境調節ができない
- 頑固、無理をする



なかなかいうことを聞いてくれないこともあるでしょうが、周りの人が気にかけてあげることが大切です。

- 涼しく風通しの良い環境を作る
- 定期的と一緒に喝茶こする
- 服装を工夫する
- きゅうり、ナスなど水分を多く含む食材を食事に取り入れる



など予防対策を行い、暑い時期を乗り切りましょう。

## 母の日・父の日に記念撮影





# 在宅の笑顔をとどけます!

梅雨明けが待ち遠しいこの頃、暑くなったり涼しくなったり気温の変動が激しく、皆さん体調管理に気を付けて過ごされていることと思います。

私たちは誰でも（ヘルパーも）大なり小なりストレスを抱えて過ごしています。そんな日々の中でクスッと笑えるお話をしたしたいと思います。

## = 笑い療法士な理学療法士 “袋小路きよまる” の笑って介護 =

96歳の祖母…ダイエットと筋力維持の為、夜散歩に出掛けてみたところ、巡回の若い警察官に職務質問され徘徊老人と間違われ、パトカーで自宅まで送ってもらい本人ご満悦。せっかく散歩に出掛けただのにパトカーで送られちゃ運動にならないではないか。

### 一句、『歳にとって 歩けば徘徊 疑われ』

高齢者は素敵な存在。介護は楽ではないけれど、思わず笑ってしまうことがあなたの周りにもたくさん起こっているかもしれません。笑いの電波を受信してみませんか。

(引用文献…訪問介護サービス 2014. 7.8月号より)

## ●高寿園指定訪問介護事業所

## ●高寿園指定訪問入浴介護事業所

☎ 54-4777 Fax 54-2955

○市より委託をうけ利用者様の安否確認も兼ねお弁当を配達しています。

- ① 管理栄養士による栄養バランスを考慮したお弁当です
- ② ご利用希望の方は利用の条件等がありますので申請は、市役所内地域包括支援センターまで御相談下さい。

1食…400円・月曜日から金曜日『夕食』をお届けします。

## ●高寿園配食サービス

☎ 54-4777 Fax 54-2955



※このほか高寿園単独での配食サービスも実施しておりますので担当ケアマネージャー又は上記高寿園配食サービスまでご相談ください。

○市より委託され病院への送迎を行っております。

ご利用希望の方

- ・介護保険を利用中の方……担当ケアマネージャーへ
- その他の方は……市地域包括支援センター(市役所内)又は下記までご相談下さい。



## ●高寿園移送サービス

☎ 54-4777 Fax 54-2955

# なごみの家小規模多機能型居宅介護事業所

## ドライブ

毎年恒例住田町の鯉のぼり・米崎町の秋葉神社・藤の花・室根山のつじの花見学等に出掛けて参りました。今年は何れにも恵まれドライブ日和でした♪



## 慰問

4・5月合同誕生会に高田踊り愛好会の方々をお呼びし民謡・踊りを披露されました。ご利用者さんも一緒に歌われ大変喜んでおりました(\*-\*)  
 昨年に続きアルソアの方々にご協力を頂きご利用者さんにお化粧をして頂きました。皆さん、ご協力ありがとうございました。  
 かわいい園児たちがなごみの家に散歩に来てくれました♪「めんこい!」「めんこい!」と園児たちを眺めておりました。



氷上クラブの方々がボランティアで清掃・花壇にお花を植えて頂きました。ありがとうございました。



## 運営推進会議録

6月20日なごみの家運営推進会議が開催されました。ご多忙のところ地域の代表者の方、ご利用者家族の代表の方、市介護保険係の方にお集まりいただき、なごみの家の現状の説明と、出席者の方々との意見交換などを行いました。

### 地域の方より・・・

- ・震災後心身共に援助が必要な高齢者が増えており、町内会、民生委員、消防と一緒に高齢者見守り隊を計画しています。
- ・町内会の秋の防災訓練では、なごみの家の範囲に含み、緊急時に対応できるようトランシーバーの設置も検討しています。等のお話がありました。

今度も地域の一員として関係者の方々にご協力を頂き頑張っていきたいと思っております。

## ☆新任紹介☆



シヨートから異動 伊藤美智子介護員 吉田誠子看護師 佐藤成子看護師

よろしくお祈いします

# 居宅介護支援事業所

## 何かがおかしい？と思ったら！

ひと昔前までは「沿岸南部」と言えば、一年を通して過ごしやすい気候の別天地！というイメージがありました。が…最近はどうでしょう、東北なのに「夏日 25℃以上」「真夏日 30℃以上」は当たり前となり「猛暑日 35℃以上」の警報も出るようになりました（汗）

皆さま体調を崩していませんか？まわりの家族や友人に「おかしいな？」と思う行動や言動はありませんか？

「おかしいな？」とは…①ぼーっとしている。②微熱がある。③イライラしている。④おしっこが濃い。⑤夜におしっこの回数が多い。⑥もの忘れが増えた。⑦便秘がひどい。⑧痰が切れない。⑨脈が早い。⑩意味不明な行動をしている。などなど！

それは恐らく！水分不足が原因です！ 水分不足＝脱水症なのです！

喉が渇いてなくても小まめに水分を摂りましょう！＊お茶 ＊麦茶 ＊スポーツドリンク ＊お水 なんでもいいので飲みましょう♪

理想とされる1日の水分摂取量は『体重×30』と言われており、体重 50 kgの人は 50×30＝1,500ml となります。毎日確実に水分を摂ることで上記に挙げた症状が治まってくると思います（市民講座で実証済み）心と身体を潤わせ！医者いらずの身体で暑い夏を笑顔で元気に乗りきりましょう♪

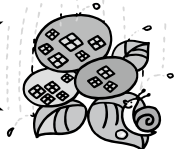
※人によっては病気のために水分制限されている場合があるので、心配な方はかかりつけ医に相談してください。

介護についてのご相談は

**高寿園指定居宅介護支援事業所 55-3776**  
**東部指定居宅介護支援事業所 56-2151**



## サポートセンター 高寿園



梅雨の時期を迎え、その先には本格的な夏が待ち受けており、梅雨冷となったり蒸し暑くなったりを繰り返しておりますが、皆様、お元気にお過ごしでしょうか。

今回は {みなし仮設} と呼ばれる仮設についての課題をとりあげてみました。

{みなし仮設} とは民間事業者の賃貸住宅を仮の住まいとして入居した場合、一定の条件下においてその賃貸住宅が《応急仮設住宅》に準ずるものとして認められ、家賃や敷金・礼金・仲介手数料などが国庫負担となるしくみ（被災者支援サポーターワークブックより）

課題：情報が少ない ・ 行政等からの支援情報が届かない

被災関係の申請について手続きの情報がないまま申請期限がきてしまう  
孤独感・孤立感への不安・知り合いが少ないので孤独になりやすい。土地勘がない。  
市町村による対応の相違・それぞれの自治体により情報提供や支援内容が違う  
支援格差に対する不満・みなし仮設が点在している為、行政やNPOの支援を受けにくく一般の仮設住宅との支援格差に不満や置いてきぼり感で憤りを感じている人が多い。



【相談員】熊谷 勢津子 佐々木 詠子

★電話でのご相談にも応じますので、ご連絡下さい★

(電話) **0192-54-5290** (FAX) **0192-54-2955**



# ふれあい・感謝 (皆様にささえられ……)



平成 30 年 4 月・5 月・6 月分

## 御 寄 附

吉田照義様・佐藤洋二様・菊池藤枝様・菅野厚子様・熊谷ヤス子様・伊藤紀眞子様・松坂岩男様・熊谷かほ子様・花キュービット協同組合様・長谷川節子様・熊谷好弘様・サラヤ株式会社様・遠藤栄子様・スズセイファミリー館様・慈恩寺花園女性部様・熊谷幸子様・蒲生和男様・遠野ミキヨ様

## ボランティア・御協力

和野氷上クラブ様・黄川田翠様・苫小牧ハスカップライオンズクラブ様・苫小牧あすなる会様・酔仙酒造と陸前高田市を応援する会様・陸前高田ライオンズクラブ様・高田保育園園児の皆様・前川邦哉様・大坂彰子様・小泉老人クラブ様・アルソア化粧品伊藤ミサ子様・陸前高田市老人クラブ連合会スポーツ民踊会様・小島牧水様様・中井テル子様・原寛一様

## 実習・体験学習・視察

・盛岡大学学生 1 名様



## ほっこり家に植樹支援!

去る4月20日に震災当時から当市を訪れ、義援金や物資の支援活動を行っている苫小牧の酔仙酒造・陸前高田を応援する会、苫小牧ハスカップライオンズクラブ、苫小牧あすなる会の皆様が、サービス付き高齢者向け住宅「ほっこり家」の敷地に、桜やハスカップなど7種類55本の苗木を植樹してくださいました。当日は交流のある酔仙酒造・陸前高田ライオンズクラブの皆さんのご協力も頂き、無事終わることが出来ました。苫小牧の皆さんからは、今後も高田を応援し続けるとの心強いお言葉をいただきました。本当にありがとうございました。



## ホームページのご案内

高寿会ホームページが新設オープンしています。高寿会の法人概要のほか、各部署の紹介(料金等含む)や職員の採用案内、高寿園だよりのバックナンバーなども閲覧いただけます。どうぞ、高寿会ホームページ <http://rikutaka-koujukai.com> リクタカコウジュカイ 高寿会ホームページでご検索ください。

## 高寿園 夕涼み会

日時 平成30年8月4日(土)  
17時~18時30分  
場所 高寿園園庭(雨天時食堂)

## 「職員全体研修会」

去る5月28日に第2回職員全体研修会を開催しました。今回はオフィス円香の大坂彰子先生をお迎えして、新入職員を中心に基本的な挨拶・言葉づかい、利用者様やその家族様への対応など実践的な接遇についてご指導をいただきました。私たち中堅職員も気づかされることが多く、大変有意義な研修会でした。

## 職員募集

★高寿会で一緒に働いてみませんか?

☆介護員・介護補助員

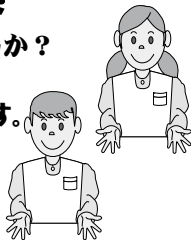
・ボランティアスタッフ募集中です。

★時間など御相談に応じます。

(すきま時間や Wワークなど)

※詳しくは、高寿会法人本部

TEL55-3700 まで御連絡下さい。



## 編集後記

暑さが続いております。地球規模で天候や地震など災害が相次いでいます。ここは大丈夫だろうという慢心は後悔につながります。ハザードマップの確認や災害時の避難場所、家族との連絡方法など再度確認したいものです。何よりも身を守ること!命を守ること!大震災を経験した私達に出来る事はなんでしょう……。

