

# 長生園

第72号



歓迎

寸劇

水戸黄門

長生園文化祭

風のお国

川越一座「水戸黄門」



「門松」  
ボーイスカウト山形県連盟寒河江第1回様より



通所Aサービス利用者作品  
紙粘土「いのしし」

◆発行所  
社会福祉法人 松 寿 会  
〒991-0063 寒河江市大字柴橋2246-1

長 生 園      検 索

E-mail: syoujukai@chouseien.or.jp

◆発行責任者 川 越 政之助

特別養護老人ホーム長生園  
ユニット型特別養護老人ホーム長生園  
長生園指定短期入所生活介護事業所  
長生園介護支援相談センター  
長生園指定通所型サービスA事業所  
TEL 0237-86-8868  
FAX 0237-86-8865

長生園指定通所介護事業所  
TEL 0237-86-5855  
FAX 0237-86-8569

長生園指定訪問介護事業所  
長生園指定居宅介護支援事業所  
TEL 0237-86-8568  
FAX 0237-86-8569

◆印 刷 (株)若月印刷

### みんなの笑顔に会えた「家族参観」

デイサービスでは、毎年1回“家族参観”を開いています。  
 今年は11月5日～11日まで、19ご家族、20名の皆様に参加いただきました。  
 参観では、リハビリの様子や活動の様子を実際に見ていただいたり、一緒に体験していただいたりしました。



家にいる時とは違う一面を見ることができました。

家にいる時とは全然違う母が見られました。おかげで90を過ぎても笑顔でいてくれることに幸せを感じます。

リハビリの場面では、足を軽やかに動かしているのを久しぶりに見ました。

心から笑っている母が見られて嬉しかった。



家ではできないことをデイサービスで補っていただき、大変ありがたい。

### 認知症(見守り)声かけ訓練に参加して

9月28日に寒河江市民文化センターを会場として、認知症見守り声かけ訓練に園長、副園長、ケアマネジャー2名で参加しました。訓練は、一般市民の方々に、認知症について理解していただくとともに、もしも認知症の方が街で助けを必要としている場合の対応方法などを実践で体験していただきました。当施設の園長は声かけの実践に、副園長は徘徊高齢者役として参加し、「実際に徘徊されている方は、声をかけられて、住所だけがなく、自分の生まれたところ(実家)を答えることもあるので、その特徴も知ってほしかった」と、役について語ってくれました。

現在、認知症高齢者が増えていることは知られていますが、寒河江の街においても安心して暮らしていけるように、今後認知症への理解を広げていきたいと思っています。そして、もっとたくさんの人にこのような訓練に参加していただき、支援の輪が広がることを願っています。



楽天ファンの徘徊者の役として参加(児玉副園長)

私も参加してきました。  
 園長 川越政之助  
 「徘徊らしき高齢者を見かけたら、できる限り正面から視線を合わせて優しく声をかけることが重要です」とのアドバイスを受け、声かけ訓練に参加した。見かけた時の様子や服装などの特徴を伝えるポイントも実際にやってみて気付くことが多かった。



### 新年にあたって

平成最後の年が始まりました。今年は、新しい元号となる年で、どのような元号が発表されるのか楽しみます。さて、長生園においては、新しい施設の構想が着々と進められています。昭和56年現在の地に開設し今年で39年目を迎えますが、施設の老朽化、各種基準の変更、そして新たな介護要求に対応することが求められるようになります。現有施設ではそれらの要求全てに対応することが困難になってきたと感じています。そのため、施設を改築、新築することと致しました。特にこれからは、入所者、利用者の皆様の介護や機能改善のための取り組みをさらに推し進め、快適な住環境と医療・介護の提供を行うことに加え、長生園で働く職員がその手腕を遺憾なく発揮し、満足のいく介護業務を遂行するために、時代の趨勢に合った施設にしなければならないと考えています。職員の働きやすい職場が、そのまま入所者、利用者の皆様の住みやすい環境に繋がるものと考え、より良い施設になるよう、職員一同と話し合いながら新しい施設を作っていくと考えています。

新しい施設についての考え方をいくつか挙げてみたいと思います。介護施設のハード面に関しては、時代の趨勢は個室を優先し、補助金も個室には出ますが、多床室にはあまり出ない仕組みになっています。しかし、今回の改築では、個室を増やすことにはしましたが、多床室も残し、入所者の皆さんの経済的負担を少しでも軽減することを目指しました。個室優先は、団塊の世代が高齢化し要介護になって施設に入所した時のことを考え、住環境を団塊世代の欲求に合わせてよとの考えから来ています。しかし、田舎では団塊の世代の人数が少なく、そのような要求は少ないのではないのか、むしろホテルコストの増大が原因で入りにくい施設になってしまわないか、これらのことから、利用する皆様の経済面を考えたわけにはいかないと判断しました。但し、多床室とは言っても、これまでの4人部屋とは違い2人部屋で、かつ十分な面積を確保し、将来個室に転換できるスペースを持たせる予定です。また、介護職員の不足、働き方改革、定年延長などの現状を考えると、その対策はいくつか考えられますが、ハード面からできることは、介護支援ロボットや介護用スーツの利用、コンピューターを使った介護支援システムの導入などが考えられると思います。これらの導入をあらかじめ想定した施設の設計を行い、これらの機材や設備の運用上問題が生じないように注意しながら準備をする心算です。

最後に、いくらハード面を充実させても、中で提供されるサービスがいいものでなければ利用者、入所者の皆様やご家族の皆様から支持される施設にはなり得ません。これまで同様、地域の皆様とのコミュニケーションを大事にし、開かれた施設であるために、ご指導ご鞭撻をお願い申し上げます。

理事長 小松 栄一



▲ 理事長講話は「肝炎について」



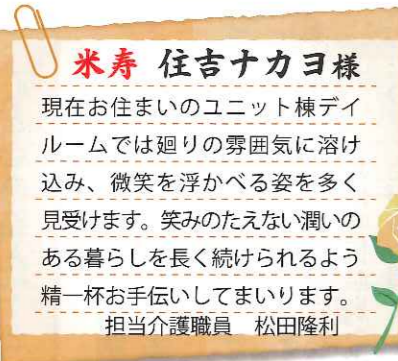
▲ 寒河江まつり「臥龍太鼓」慰問

理事長の笑顔が場をなごませてくれます。



**米寿 前田しげ様**

家族の方や皆に囲まれながら、この日を迎えられたことをうれしく思います。穏やかな顔で微笑んでくださいます。今後もしげさんらしく過ごしていただけるよう支援していきます。  
担当介護職員 佐藤ゆき



**米寿 住吉ナカヨ様**

現在お住まいのユニット棟デイルームでは廻りの雰囲気や溶け込み、微笑を浮かべる姿を多く見受けられます。笑みのたえない潤いのある暮らしを長く続けられるよう精一杯お手伝いしてまいります。  
担当介護職員 松田隆利



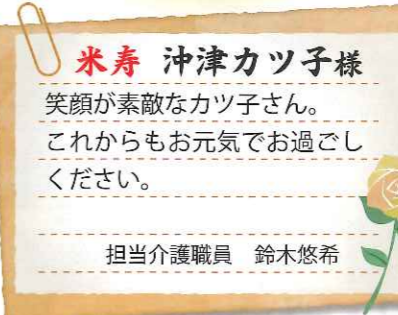
家族会交流 **敬老会**

9月22日(土)に今年度の家族会の取り組みとして、『家族会交流敬老会』に入所者のご家族(38家族45名)が参加し、お祝いをしました。始めに五十嵐政芳家族会会長より、「川の流れるように」の歌のプレゼントがあり、会場を盛り上げてくださいました。この度は、山形県と寒河江市より賀詞をいただき、とりにお祝いの言葉を交えながら贈呈しました。締めて賀詞を受け取ったことと思います。続いて「チェリー寒河江民謡会」様による踊りに彩られました。チェリー寒河江民謡会様には、ご披露していただきました。会場がパッと華やかに彩られました。チェリー寒河江民謡会様には、お茶をいただきました。



**米寿 郷野レイ様**

これからもご飯を沢山食べて長生きしてください。  
担当介護職員 鈴木孝郎



**米寿 沖津カツ子様**

笑顔が素敵なカツ子さん。これからもお元気でお過ごしください。  
担当介護職員 鈴木悠希



**米寿 小野じゅん様**

手を振って挨拶してくれる小野さんにいつも笑顔ももらっています。  
担当介護職員 大沼楓



トウモロコシ収穫



盆踊り大会



慈恩寺御開帳見学

心ときめいて **歳時記あれこれ**



柴耀會神輿様



なごみ会様



二の堰公園のダリア



デイサービス (マラカス作り)



柴橋小学校4年生との触れ合い



文化祭 寒河江高校吹奏楽部様



消防団との防災・消防訓練

医務室だより

お口の体操で免疫力を高めています

あ・い・う・べ体操

長生園では、食事の前に「あいうべ体操」を行っています。これは、今井一彰医師が考えられた口の体操です。

あいうべ体操で口呼吸から鼻呼吸に変えることによって免疫力が高められ、多くの病気の改善につながります。簡単に誰でもでき、1日30回、「あ・い・う・べ」を4~5秒かけてゆっくりと、顎が痛む時は、「い・う」だけでも効果があります。



1日30回を目標に 口呼吸を鼻呼吸に あ・い・う・べ体操

口を大きく「あ~、い~、う~、べ~」と動かします



「あー」と口を大きく開く  
普段より大きめに

あトピーなどアレルギーの病気(鼻炎、花粉症)



「いー」と口を大きく横に広げる  
首の筋が張るくらいシッカリと

インフルエンザなど呼吸の病気(喘息、気管支炎)



「うー」と口を強く前に突き出す  
しっかりと前に突き出します

うつ病など心の病気(パニック、倦怠感)



「べー」と舌を突き出して下に伸ばす  
アゴの先を舐めるように

べんびなどお腹の病気(慢性腸炎、食道炎)

1日30回 あいうべで4~5秒 ゆっくりと  
顎が痛むときは「い~う~」だけでも3分間  
夜は口テープでイビキ防止

入所者様のご希望に応じて

入所者様より「せんべいが食べたい」との声がありました。嚥下能力が低下してきている状況の中、食べやすいムースなどを中心に提供していましたが、歯科衛生士や管理栄養士など専門職と連携・検討し、食感が軽く噛みやすいもの、口の中で柔らかくなりやすいものを選び提供を始めました。

これまでのおやつとは違う歯ごたえもあり、「んまいな」との言葉がありました。今後も入所者様の声に柔軟に対応できるよう心がけていきます。



お茶を飲みながら  
ぼたぼた焼を  
いただきました。

家族との絆

part 20

—心と心を結んで…これからもずっと—

自分らしく、いつまでも

仙台に住んでいる頃は「仙台のばあちゃん」、寒河江のみずき団地に移り住んでからは「みずきばあちゃん」、家族はこう呼んでおります。

平成17年、一人暮らしの寂しさもあったのでしようか、住み慣れた仙台を引き払い寒河江に移り住んで十年近く、毎日の散歩と足腰の運動を兼ね片道68歩、冷蔵庫はいらないと言ってヤマザワでの買い物を楽しんでいましたが大腿骨を骨折し、車椅子での生活になってしまいました。

寒河江市内の老健施設に三年、そして長生園にお世話になって二年目を迎えようとしております。若い頃はじいちゃんと一緒に旅行が何よりの楽しみで年に数回各地を巡り、海外にも足を延ばし、シンガポール、台湾、中



入所者 石鍋ちる子様家族  
峯田恵美子様(弟の妻)より

国などなど、膨大なアルバムが証として残っています。

じいちゃんが亡くなってからは、姉夫婦と共に肘折温泉へ十日間程湯治に行っていました。毎日新庄まで出掛け

てはパチンコを楽しんでいたようです。50才頃は日本舞踊を習い始め、発表会での自分の写真を見ては「美空ひばりにそっくりだべ」と笑顔で言っていました。家族は美空ひばりに悪いので「美空からず」と言っていました。(実際は本当に似ていました。)

女5人、男4人の三番目、大勢の兄弟姉妹の中にあつて、姉御肌、凛とした輝きを持っていつも皆の中心に居てくれました。

年を重ねる毎にだんだん丸くなり、若い時のオーラが抜け落ちていくような寂しさを感じますが、人生百年、そんな時代にあつただ生かされている人生ではなく、自らが生きよう、プロ集団である長生園のスタッフの皆様

目指せ百才。

婆ちゃん  
一緒に頑張ろうね!

人との繋がりを大切にしながら

介護職員 松田 弘

今年で、入職してから7年目となりました。

周りの方々の支えにより、日々利用者様のことを考えながら、やりがいを持って仕事をさせていただいています。

私が業務するにあたって大切にしていることが2つあります。1つ目は「コミュニケーション」です。

入所者様と関わることで距離を縮め、信頼関係を築けるように努めています。また、何を必要としているのか、気持ちや表情をくみ取ることでより良いケアに繋がれるように心がけています。

2つ目は「多職種との連携」を大事にして

おちりり

います。

日々変化する入所者様の様子をよく観察して、情報を共有し、より良いケアを行えるよう、看護職員や機能訓練員などの専門職と連携しながら、その人に合ったケアを提供できるように努めています。

そして、入所者様が「長生園に来てよかった」「自分の人生は楽しく充実したものであった」と思えるように、日々の関わりを大切にしながら、施設での暮らしを支援していただけるように日々精進してまいります。



# ご厚情ありがとうございます

平成30年7月1日～

12月31日(順不同)

- 鈴木 正男 様
- 大江 宏志 様
- 佐藤 恒雄 様
- 佐藤須磨子 様
- 荒木 隆俊 様
- 後藤 正弘 様
- 五十嵐政芳 様
- 石山 良子 様
- 柏倉 俊美 様
- 會田やす子 様
- 安達 益己 様
- 熊坂 孝吉 様
- 佐竹 幹男 様
- 酒井由美子 様
- 高梨まさ子 様
- 鹿島喜代治 様
- 安食 直信 様
- 菅野 勝直 様
- 芳賀 三郎 様
- 佐藤 光一 様
- 宮林 雅博 様
- 沖津 正浩 様
- 富澤 房敏 様
- 佐藤 達也 様
- 渡邊 進一 様
- 高橋まり子 様
- 児玉 直子 様
- 柴橋地区民生児童委員長  
 渋谷昭儀 様
- 柴橋地区区長会 様
- 金谷鶴寿会 様
- 寒河江民踊舞踊連盟 様
- チェリー寒河江民踊会 様
- 花みずき会 様
- 照美会 様
- 高松地区婦人会 様
- 沖津倉庫 様
- (株)安孫子建築事務所 様
- (株)国井商事 様
- 肉の長栄 様
- サガ工納豆食品  
 佐藤雅寛 様
- 寒河江工業高校南地区PTA 様
- 奴保存会 様
- 臥龍太鼓 様
- 柴耀會 様
- 美容組合寒河江分会 様
- 安孫子敬春 様
- 杉沼 孝司 様

- 寒河江市少年少女合唱団 様
- なごみ会 様
- (株)チェリーランドさがえ 様
- ボーイスカウト 様
- NTT OB ボランティア  
 愛のはと 様
- 寒河江法人会女性部会 様
- 寒河江市シルバー人材センター 様
- さがえ・ふるさと協同企業体 様
- 学童やまびこクラブ 様
- 山形県退職公務員連盟西村山支部  
 寒河江地区会 様
- 山形日産自動車(株)寒河江店 様



山形日産自動車(株)寒河江店様より  
車いす1台寄贈いただきました。



寒河江理美容組合様慰問



県退職公務員連盟西村山支部  
寒河江地区会様より  
タオル80枚寄贈

## 学生ボランティア

- 鈴木 歩夢 様
- 菅野 直斗 様
- 高井 凜 様
- 高井 玲 様
- 松田明日香 様
- 小松 澤 様
- 菱沼 成美 様
- 高橋 優希 様
- 犬飼 麻記 様
- 清野 唯 様
- 佐藤奈々花 様
- 後藤 香乃 様
- 芳賀 愛梨 様
- 小島 奈々 様
- 飯沼 花梨 様
- 大場絵美理 様
- 阿部 芙三 様
- 安達 純 様
- 安食菜々美 様
- 森谷 彩加 様
- 佐藤 大樹 様
- 松田 千聖 様
- 鈴木 修平 様
- 渡邊 桜子 様
- 高野 瑠南 様
- 佐藤 凛 様
- 佐藤 心響 様
- 芳賀 愛花 様
- 小林 愛果 様
- 後藤 七夏 様
- 本間 玲蘭 様
- 遠藤 理央 様
- 相馬 悠那 様
- 冨樫 真由 様
- 守 にちか 様
- 木村 光 様
- 亀屋 采里 様
- 太田 優芽 様
- 安孫子朝日 様
- 村山 希洋 様



定期

## ボランティア

- 高松地区婦人会 様
- 白岩地区婦人会 様
- ひまわり会 様
- はあとの会 様
- 工藤三枝子 様
- 寒河江市商工会女性部 様
- さくらんぼの会 様



寒河江工業高校南地区PTA様  
清掃ボランティア/認知症サポーター養成講座



商工会女性部様  
落ち葉掃きボランティア

今年度は平成最後の年、  
今年度新しくなる元号は  
どんな名称になるのでしょうか、  
楽しみです。

千支も十二支最後の『亥』年で  
す。亥は猪突猛進、目標に向かっ  
てまっしぐらに突進して行く、そ  
んな勢いのある年にしていきたい  
ものです。

## 編集後記



## ボランティア募集中!

活動内容については、ご相談に応じます。



寄贈頂きました。  
ありがとうございました!  
今後ご協力お願い致します。

アルミプルタブ……15kg  
ペットボトルキャップ……43kg

白タオル……355枚