

# スロ ライフ 通信

スローライフ生駒  
スローライフ八尾  
スローライフ千里

# 40

スローライフ通信・第40号  
平成24年3月15日発行  
編集：スローライフ広報委員会  
社会福祉法人和貴会  
http://www.sbwlife.or.jp

干支の龍・おひなさまの押し  
絵いつも季節を感じる作品  
を飾ってくださいます。

スローライフ生駒  
岩城様・押し絵



今月の作品



えいえいえいえい!! 鬼はそとーっ!!

外の寒さのことなんて  
すっかり忘れて

すー  
らー  
い  
ふ  
な  
ら  
い  
日  
々

各スローライフでの行事や日常を紹介します。

八尾  
Yao

這々の体



八尾には鬼に負ける  
人はおりません。

西風吹きすさぶ如  
月節分。外はとても冷  
たいけど、暖房が効い  
てのどかな雰囲気  
のスローライフ八尾に、  
案の定、鬼が乱入して  
きました。赤いのと緑

のん。  
どちら  
も凶暴  
そつで  
す。



壬辰の今年、恵方は北北西でしたね。

巻き寿司でした。新  
しい春が幸せである  
ように祈りつつカブ  
りっ!

でも

鬼が来るのを待ち構  
えていたかのように  
利用者様の手にはマ  
メ(より強力な新聞  
ボール)が!

一斉に、喊声と共に  
マメをぶつけます。  
それはもう何か怒り  
をぶつけるように。

鬼はたまったもん  
じゃありません。ま  
だ悪さもしていない  
のに、ほうほうのて  
いで逃げ出しました。  
その後はまた平穩な  
スローライフ八尾に  
戻りました。  
お昼ごはんは、恵  
方巻きという事で、



まさに首取った杵柄!  
職員よりもパワフルに  
餅をつくデイケア利用  
者様。

梅もまだか?  
春を祝うお餅つき  
豆まきと同じ節分  
の日に、春を迎える餅  
つきを行いました。力  
自慢の利用者様と、へ  
つぱり腰の職員と力を  
合わせて9臼。  
筋肉痛になりつつも  
つきたてのお餅はや  
つぱりおいしい!



愛と真心のこもったロールケーキ  
ちょっと照れくさいくらいおいしかった。

厨房の職員が作っ  
たぜんざいに入れて、  
甘くてあったかいお  
やつになりました。

愛情を巻き込んだ  
ロールケーキ

女性から男性に思  
いを込めてチョコレ  
ートを渡すバレンタ  
インデー。

厨房職員がいつも  
より、たつぷり思いを  
込めて、おやつを作り  
ました。かわいく仕上  
がったケーキはみな  
さんに好評で、おいし  
くて、とっても甘いひ  
とときになりました。



年明けから楽しくて、めでたい事ばかり。春は近いぞ！

爪弾くメロディに  
自慢の歌声を乗せて

1月29日(日)、ギター演奏会と誕生日会が行われました。



施設長も歌いたくてウズウズしてた？

ギター演奏会では、懐かしい曲や馴染みのある歌を次々と演奏して下さり、入居者様も歌詞カードを見て一緒に歌って楽しめました。  
途中歌い出しが分からなくなる場面もありましたが、職員が前に立ち、マイクを持って歌うと、笑いと歌声一色に！そして、まさかの施設長登場

ほら懐かしいメロディが...



に皆様ビックリされ、聞き入っておられました。

アンコールでは皆様ギターに負けないうぐらい大きな声で歌い、楽しいひと時を過ごされました。

2月3日(金)、1階ロビーにて、豆まきを行いました。

職員がオニのお面を被って現れると、皆様一斉に「鬼は外！」とマメを投げて楽しんでおられました。その後、皆様と一緒に



退路を断られた鬼は袋の鼠に

4月の

介護予防教室



- 健康運動ひろば  
自宅でもできる転ばず体操
- 実施日 3月22日(木)
- 講師・健康運動実践指導者 田中則兵衛
- 折り紙
- クラブでも
- 「おにとお
- かめ」の折
- り紙を折り、
- 居室玄関
- の壁面に
- 飾ってお
- られます。
- 朝日新聞大和三壇
- 奨励賞受賞！
- ケアハウス入居者
- 千原みや子様
- 「ありがとうくろくろ
- さまを日に何度大事
- もなし施設暮れゆく」
- 素晴らしい短歌や
- 俳句を詠まれ、度々朝
- 日新聞に掲載されて
- いる千原様。
- 今回は朝日大和三
- 壇で1月の奨励賞を
- 受賞され、賞状と記念
- 盾が贈られました。
- 紙面では、「ありが
- とつ」「くろくろさま
- のことばを、何度も交



掲載記事と賞状、盾。おめでとうございます！

場所：介護老人保健施設 スローライフ八尾  
時間：午後1時30分より

072(990)1220

八尾市地域包括支援センター  
スローライフ八尾



お知らせ

法人ホームページ刷新！

社会福祉法人和貴会のホームページが新しくなりました。

スローライフ各施設の様子や、このスローライフ通信のバックナンバー、職員のブログなどもあり、各施設の雰囲気や様子が分かるようになっていきます。また閲覧した人が、ぴったり合う介護保険サービスはなにかを質問形式で分かりやすく解説したページなどもあります。



どしどしアクセスし下さい！

<http://www.slowlife.or.jp>

介護報酬が改定に。

マスコミなどで報道されていますが、4月に介護報酬が改定されます。それに伴って、ご利用者様のサービスの負担金についても変更になる可能性があります。

詳細については、内容が確定次第お知らせ致します。

笑顔いっぱい  
新年会開催！



冷凍みかんは4こ入り！



わすと云う施設入所している人への思いやりが、大事もなし

このように詠って頂き職員はともうれしく感じています。

職員の得意技を駆使した行事に

新年明けた1月11日、スローライフ千里で

は新年会が催され、各フロアスタッフが趣向を凝らした出し物を披露しました。演目は、丹野と愉快

はじめまして！  
昨年10月に入職しました。初めて介護に携わったのは平成12年ですが、ケアマネージャーとして従事したのは、スローライフ千里が初めてなので、気持ちは新人です。

現在は利用者様の事や、さまざまな業務内容などを教えてもらいながら、日々奮闘しております。

利用者様が日々穏やかに施設生活を送れるように、他業種と円滑に連携を図っていきたく思います。これからもしっかりと、専門知識を増やして、人間性も含め成長出来るよう努力していきます。

スローライフ千里  
ケアマネージャー（特養）  
丹野 広高



初心を忘れず、各部署と協力して取り組みます。

愉快的な仲間たち。八尾にも来てほしい。



な仲間たちによるマジックショー」へー

スギターキーボードによる童謡の演奏」4階 vs 5階の二人羽織」それから各フロア代表による冷凍ミカンの早食い競争」でした。

あまり中身は無いけれど、勢いのあるマジックショー

場で場を温め、懐かしい童謡でゆるんだ空気が、二人羽織による化粧と食事で笑いに包まれ、最後は冷凍ミカンを必死で食べるスタッフへの声援に沸いた新年会でした。前半は2階と5階フロアの利用者の方への披露、後半は3階4階の利用者の方への披露と、1日に2回の出し物にスタッフはへとへとでしたが、

利用者の方の笑顔がたくさん見られて、職員もいっぱい笑顔になれた新年会でした。

この後が本当に面白い顔でした。



ボランティアの紹介

生駒 近畿修猷会  
フレンズピア

ギター演奏 金森様

八尾 和楽器ユニット「響喜」  
ダンス&アクターズ専門学校  
メイクアップ部門の生徒様



和楽器ユニット「響喜」の演奏。本格的な民謡をはじめ、舞や歌など、聞きほれる演奏でした。ホームページのブログにも掲載されていますので、ご覧下さい。

みなさん本当にありがとうございました。

たまちゃんめ  
得知とく？

第15回

自分の財産や権利を守るために「成年後見制度」を活用しよう

前回、法定後見制度は「後見」「補佐」「補助」に分かれると触れました。「後見」はほとんど判断できない方が対象で契約等の法律行為の代理、又は本人が行う法律行為に同意を与える事が出来ます。また、同意を得ていない法律行為を取り消す事も出来ます。「補佐」は判断能力が著しく不十分な方を対象にし、不動産売買など

の重要な法律行為に補佐人の同意が必要で、同意を得ないで行った場合には取り消す事も出来ます。また特定の法律行為を代理で行う事が出来ます。そして「補助」は判断能力が不十分な方を対象にし、自身で判断する事が難しい特定の法律行為について代理で行うか、同意を与える事が出来ます。

注意点として、後見制度では日用品の購入など日常生活に関する行為については、自己決定の尊重の観点から取消は出来ません。また「後見」や「補佐」が開始された方は医師、会社役員などの資格や地位を失います。更に後見が開始された方は選挙権も失います。但し「補助」に関してはそういった制限はありません。

# お互いに「楽な介助とは？」

1月30日(月)、デイサービスセンターにおいて、職員に向けた腰痛予防講習会を開催しました。より良い介護技術の習得、また長く続けていける介護を目指し、デイサービス職員のみならず、ケアハウス、整骨院からも職員が参加しました。

特別講師に、鍼灸整骨院の秋吉院長も招き、ボディメカニクスからみた介助方法や、腰痛予防ストレッチ、トレーニング方法をご教授頂きました。そのストレッチから、家庭でも職場でも簡単に行えるものをひとつご紹介します。

この写真のポーズ、ラジオ体操でも行われているものですが、ちよっとした加重移



曲げる方向と反対の足に重心を置いて...伸ばす。

動で伸展する場所や効果が全く違ったものになります。普段なら上体だけを曲げていくイメージですが、ここでは曲げる方向とは反対の足に重心を置いたまま上体を曲げることで、より効果的なストレッチが行えます。

何よりも普段から良い姿勢を保つ事が腰痛予防には一番と秋吉院長。

介護技術では、ボディメカニクス、欧州で

取り組まれているキネステイク、今までの経験を参考に皆で体験講習を行いました。トランスファーや体位変換など基本的なことが中心でしたが、何よりも大切な事は、介助する側、される側共に「楽であるにはどうすればよいか」ということでした。

介護に正解はなく、それぞれに合った介助方法は十人十色あります。それを行う為の己のキャパシティを上げ、臨機応変に対応出来るよう、今後みんなの習得の習得に取り組んでいきたく思います。



お互いに「楽な」介助を学ぶ

## 全身から「サイン」が集まる足の観察を抜かりなく。

足のお手入れを大切に。重要な看護業務で、フットケアという言葉があります。施設でも入浴時を中心に必ず、毎日のように全員の足の状態を観察しております。

足は体の一部分ですが、全身病と重大な関係があります。代表的なものとして糖尿病、人工透析、閉塞性動脈硬化症などがあり、足のチェックは重要です。

傷爪の変形、白癬菌などの感染の有無、色の変化などを調べ、血行障害などの早期発見が出来ます。特に高齢者の方で、発見が遅れると歩行に支障を来すだけでなく、最悪の場合、切断という

ことになり、極端にADLが低下する事態に進展します。また、全身的には動脈硬化性の変化が進行し、脳梗塞、心筋梗塞の発症を合併する頻度が高まってきます。

原因疾患の治療と共に、足の状況の悪化を防ぐ意味で、禁煙、血圧のコントロール、エネルギーに注意したバランスの良い食事などが必要とされています。また、足への血流量を推測する診断装置ABI、PWV)がありますので、医療機関にご相談され、フットケアと共に、糖尿病をはじめ動脈硬化性病変の予防に努めていただきたいと思います。

Dr.Fujiyama

スロライフ通信・第40号 平成24年3月15日発行 編集：スロライフ広報委員会 社会福祉法人和貴会 <http://www.sbwlife.or.jp>

### スロライフ生駒

- 特定施設入所者生活介護（ケアハウス）  
〒630-0266 奈良県生駒市門前町8番33号 電話：0743-75-1525 FAX: 0743-75-1501
- デイサービスセンター  
〒630-0266 奈良県生駒市門前町8番19号 電話：0743-72-1555

### スロライフ八尾

- 〒581-0844 大阪府八尾市福栄町1丁目12番地 電話：072-990-0100 FAX: 072-990-0022  
介護老人保健施設・短期入所療養介護（ショートステイ）・通所リハビリテーション（デイケア）・居宅介護支援事業
- 八尾市地域包括支援センター スロライフ八尾（電話：072-990-1220）

### スロライフ千里

- 〒565-0826 大阪府吹田市千里万博公園6番8号 電話：06-6816-1100 FAX: 06-6816-1110  
介護老人福祉施設入所者生活介護（特別養護老人ホーム）・認知症対応型共同生活介護（グループホーム）・小規模多機能型居宅介護・認知症対応型通所介護（デイサービス）・夜間対応型訪問介護・短期入所生活介護（ショートステイ）

