

スロー ライフ 通信

スローライフ通信・第28号
平成22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.slo.life.or.jp>



今月の作品

折り紙 スローライフ生駒・N様

N様は手がしびれていて、リハビリのために折り紙をされています。手毬や花など数々の作品を作られています。現在は千羽鶴に挑戦され、500羽作られたそうです。とても細かくて根気のある作業ですが、完成するのが楽しみです。

よろず相談承り

八尾市地域包括支援センター「スローライフ八尾」

開設!

八尾市地域包括支援センター「スローライフ八尾」は、平成22年2月1日に、八尾市から委託を受け新規開設された機関です。

主に、北山本・桂・上之島小学校区内で生活されている高齢者のみな様を、健康・福祉・介護など、さまざまな面から総合的に支えるために、専門職員が常駐し、相談や必要な支援を行う、いわば総合相談窓口です。

各居宅介護支援事業所のケアマネージャー等と連携を図りながら、高齢者の方々に支援して参ります。メンバー構成は、主任介護支援専門員・藤谷圭司(ふじたに けいじ)

看護師・二宮正教

(このみや まさのり)

社会福祉士・坂野直樹(さかの なおき)

の3名です。

平均年齢も高く、

男性ばかりですが、

和気あいあいとした

雰囲気でおやしパワ

ーを結集し、チーム

として総合的に、地

域にお住まいの方々



八尾市地域包括支援センター スローライフ八尾

電話 072-990-1220
FAX 072-990-1219

各スロースライフでの行事や日常を紹介いたします。



大小さまざまな取組みで 今日も生駒は大忙し！

招福厄除と丸かぶり
今年も良い年に！

2月3日の節分には、入居者のみな様で豆まきをしました。

玄關ホールに集まり、赤鬼に扮した職員めがけて、「鬼は外」。声を合わせて、厄も寒さもふっ飛ばしました。

それから「福は内」笑う門には福来る。みな様笑顔で、福もたくさん呼び込めたと思います。そして夕食には恵方巻き。今年もきつと良い年になることでしょう。

吟じました！
詩吟の奥深さを体験

毎月恒例の元氣会に、(社)関西詩吟文



重厚な響きが館内にこだまする

化協会船場支部の西森先生はじめ7名の方々が来訪され、詩吟を披露して下さいました。

発声練習から始まり、先生方の詩吟を拝聴。途中みんな言葉遊び(五十音の歌)など、日頃あまり大きな声を出されない入居者のみな様も、この時は大きな口を開けて、一生懸命声を出しておられました。

みんなで「パタカラ体操」
嚙下体操やっています！

「スロースライフ生駒」では、スロースライフ各施設と同様、食前



お腹から声を出して

に「パタカラ体操」を行っています。

「パタカラ体操」とはお口の体操で、唇上顎・喉の筋肉を鍛える事ができ、食べる能力・飲み込む能力を高めます。

よく噛む事は唾液をたくさん出して消化を助け、脳を活性化し、認知症の予防にもつながると言われています。

また口腔の状態は、全身の健康に関係し、口腔機能を向上させることが、いきいきと



した生活を送る第一歩だそうです。今後「生駒」では、



地域のみなさんと 元気に過ごしたい

福万寺町老人会にて
藤山施設長による講演

「スロースライフ八尾」の藤山施設長(医学博士)が八尾市福万寺町老人会「新年会」に招かれ、講演しました。『お元氣な老後をお過ごしください』と題し、認知症

そうした細やかな取り組みを続けていきたいと思っています。



会場一杯の参加者

予防や運動の重要性など、多岐にわたる内容を、身近な話題を交えて楽しくお話ししました。

参加した約80名の方々は熱心に耳を傾けていました。



あつたかく、ゆつたりとした 空気が流れる「千里」の春



エステボランティアで
一層の美美女に

あたたかい日が増え、春めいてきまし

お知らせ

【六通】

保険証等の変更は連絡を

介護認定の更新や住所変更などにより、各種保険証が新しくなった場合には、すぐに各施設事務所までお知らせ下さい。

また本人様が属する世帯が非課税となった場合には、食費や室料が変わる場合がありますので、併せてお知らせ下さい。

【八尾】

高齢者の在宅生活支援

八尾市では、在宅福祉サービスが実施されています。

高齢者の方々が住みなれた地域で安心して暮らせるように実施しているもので、徘徊の方を、GPS(位置探索システム)を利用して早く見つけたり、一人暮らしの方の急変時に、ボタン一つで必要なところに連絡が取れる「緊急通報システム」

職員紹介
スローライフ八尾

高齢者と互いに
寄り添うこと...
それが成長の糧

介護部主任 藤田 正始

私はいま、入所・シ
ョートステイなどの
ご利用者と関わる事
で、自分自身が成長さ
せてもらっている、心
の底から痛感してい
ます。

ここスローライフ
八尾」で働き始めて丸
3年になりました。常
に「介護者の主観を押し



どんどん美しくなる...

美容専門学校の卒業
制作の一環として、
先生と生徒さんが
「福祉施設でエステ

を...」と来所され
ました。
エステを受けられ
たご利用者は「これ

し付けることなく、
どれだけご利用者の
お手伝いに徹底でき
るか」を心がけるよ
うにしています。

しかし、みなさん
それぞれ体型も考え
方も違いますので、
そうしたことが難し
い場面も多く、試行
錯誤の毎日です。

一方ちよつとした
言葉のやり取りで、
ご利用者と、共感で
きていると感じるこ
ともあり、そうした

で10歳は若返ったわ
く」と喜んでいま
した。
また女性だけでな
く男性のご利用者も
マッサージを受け、
リラクセスされた表
情でした。

職員からは、自分
たちも受けたという
う声が多数聞かれま
したが、もちろん受
ける事はできません
でした。

ときは本当に嬉しく
思います。

これからは自分
自身のさらなる成
長はもちろん、職場
の組織の一人とい
う意識も持って業
務に取り組み、ご利用
者ともっともつ
とふれあっていき
たいと思います。



おしゃべりはずむ
たこ焼きパーティー
2月7日は小規模
多機能型居宅の「通
い」でたこ焼きパ
ーティー。みなさん、
熱いたこ焼きをハ
フハフ
言いな
がら、
ほおば
つてお
られま
した。



つい手が出るんですよ

雛人形で華やかなひととき
今年も立派
なひな壇を玄関に飾
りました。とても細
かな細工が施されて
いて、入所されてい
る方をはじめ、ご来
所の家族様も感心さ
れていました。



各スローライフでは
介護保険に基づいたサ
ービスを提供している
（「生駒」は一部）わけ
ですが、ここでもう一度
「介護保険」について再
確認してみます。

日本の高齢化は例の
ない速さで進んでおり、
平成17年国勢調査で、
2055年には65歳以
上の割合が総人口の21
%以上という、超高齢
社会になると試算され



第4回 も一度おさらい「介護保険」
制度の成り立ちと保険料について

ています。財源不足と
いわれているなか、介
護保険制度は高齢者の
介護を支えるために制
定された社会保険制度
なのです。

どのような保険かと
いうと、まず40歳以上
の人が加入しなければ
ならない強制加入保険
で、保険者は各市町村。
被保険者は65歳以上の
方(第一号被保険者)と
40〜64歳の方(第二号
被保険者)です。

第一号被保険者の保
険料は介護サービス
の供給量等に基づき、保
険者(市町村)毎に基準
の保険料が設定され、
被保険者の所得状況等
に応じて課せられます。

第二号被保険者の介護
保険料は、全国の給付
状況に基づき、国が医
療保険者毎の総額を設
定し、それに基づいて
額が決定されます。

などがあります。
それぞれ有料で、一定の
条件が必要ですが、在宅生
活の強い味方となってくれ
ます。

その他、ちよつとした不
安ごとふくめて、「スロー
ライフ八尾」をはじめとす
る地域包括支援センター、
または左記までお気軽にご
連絡下さい。

八尾市高齢福祉課
【072(924)3837】

住みなれた自宅で、昼も夜も「安心と安全」を。

「スロライフ千里」の『夜間対応型訪問介護』は、昨年の2月に吹田市から指定を頂き、早や一年が経ちました。

地域密着型サービスの一環として鳴り物入りでスタートした、期待の大きいサービスです。しかしその存在の認知度が低い上に、サービスを受ける高齢者は、



わたしが相談員の川端は、よみこへお願ひです。

どうしても日中の利用が中心になりますので、介護保険で利用できる単位数を、夜間まで回せないなど、難しい状況にあります。夜間に訪問し、オムツ交換等の介助をする他にも、緊急時の通報手段として、お守り代わりに登録することもでき、使い方は様々あります。

「スロライフ千里」の夜間対応型訪問介護では、住み慣れた我が家で、出来るだけ長い間在宅生活を送ることができるよう、「ご利用者様に夜間の安心と安全



これが緊急通報装置です。使いやすいようにシンプルなデザインです。

緊急通報ペンダント。首から下げる以外にも、よく通る場所等にも置いておく方もいらっしゃるようです。

スロライフ生駒に入居中のEさんは大阪の、葉屋さんの三女に生まれ、谷崎潤一郎細雪のよつこいさんと呼ばれていました。大河ドラマ『篤姫』と一緒に見ていた時、お母さんがあんな着物を着ていたと、子供の頃を懐かしんでおられました。今でも「こいさん」とお声をかけると、照れくさそうにその当時の様子を話してくださいます。

自宅の大広間で軍人さんに、お姉さんがお茶の接待をされたこと、心斎橋へ簪を買に行き、デパート巡りが趣味だったこと……。現在は長女さんが持参される叶匠寿庵のお菓子を味わい、大好きな銀座花菱のニットを着て、毎日を楽しんでおられます。



正しい生活で「メタボ」予防を

近頃、「生活習慣病」という言葉をよく耳にします。昔は「成人病」と言われていましたが、平成8年より名称が変わりました。長い生活習慣の蓄積で起る病気全般の事で、その大きな原因の一つにメタボリック症候群があります。お腹の中に脂肪が蓄積し、動脈硬化を起す訳ですが、心筋梗塞や脳梗塞という重大な病気に繋がります。はじめは自覚症状も無く、乱れた生活習慣を続けた結果、突然変化しやすい状況になります。何より、今から生活習慣に留意する事が必要なのです。

Dr. Fujiyama

藤山せんせに聞いてみよう！



「こいつい使用方はできるのか」「他に何ができるのか」といった質問等ございましたら、お気軽に相談員の川端までご連絡ください。

スロライフ生駒

〒630-0266 奈良県生駒市門前町8番33号 電話：074-3-75-1525 FAX：074-3-75-1501 特定施設入所者生活介護（ケアハウス）

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）