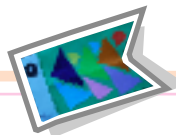


スロー ライフ 通信



スローライフ通信・第29号
平成22年5月15日発行
編集：スローライフ広報委員会
社会福祉法人和真会
http: www.slowlife.or.jp



スローライフ八尾デイケア利用の方々が自由な発想で作った「こいのぼり」。個性豊かなこいのぼりたちが大空を悠々と泳ぐ姿が目には浮かびます。

今月の作品

折り紙のこいのぼり
スローライフ八尾
デイケア利用のみなさん

28日に来訪され、入居者の皆様をはじめ職員も一緒に車イスダンスを楽しみました。みんな手を取り合い、懐かしい「りんごの唄」や『幸せなら



回を重ねるごとに上達して楽しさが増していく

職員も一緒に 楽しくダンス

すっかりおなじみとなったボランテイアグループ「フレンズピア」の方々が、3月

手をとった「ごう」に合わせてリズムよく手踊りしました。最後の『炭坑節』では、輪を作り、軽く汗をかきながら「昔取ったキノヅカ」とばかりに、

とても上手に踊る入居者様もおられ、笑い声の絶えない一時でした。引き続きで行った3月のお誕生日会では、季節感あふれる桜ケーキを召し上がっていただきました。

「花」と「外食」。 どちらも楽しみ！

本格的な春到来！毎年開催しているお花見には、いつも厨房が腕をふるう「お花見弁当」を持参しますが、今年は、新型インフルエンザの影響で中止となっていた「外食ツアー」とセットで実施しました。

去年に比べて桜の



春爛漫。踊って、食べて、
楽しく春を満喫！



各スローライフでの、行事や日常を紹介します。



桜を見るとなんだか元気が出ますよね

開花が早く、3月29日(月)〜4月5日(月)の間で4グループに分かれて行いました。生駒を流れる竜田川添いや三室山の桜は満開で、入居者様は

写真を撮ったり、散歩されたりと、存分に春を満喫しておられました。

お花見の帰りにはレストランで楽しく、賑やかにお食事。

気候も良く久しぶりの外出でみなさん大変喜んで下さいました。来年も入居者様全員で、桜を見ながらお花見弁当を食べべからしいなと思う職員なのでした。



掲載された『月刊DAY』

ふれる小物など、どれもその方らしさがいじみ出ていて、見るだけで楽しい気分になります。

そうした中、「月刊DAY」(株式会社QOLサービス発行)主催の『第3回ぬりえコンクール』に応募した山下重子様が、みごと「インパクト賞」を受賞し、同誌5月号に掲載されました。



利用者様も職員も頑張る「八尾」!

『インパクト賞』受賞

「月刊DAY」塗り絵コンクール

藤山施設長と山下さん

表紙にもあ

るように、「ス

ロライフ

八尾」のデ

イケアを

利用されて

いるみなさ

んは、それぞれの



個性を生かした作品をたくさん制作されています。

折り紙細

工やぬり絵

書季節感あ

る

る

る

らいながら、一生懸命塗りました」と、うれしそうに語っていました。

これからも、塗り絵をはじめいろいろな事に挑戦して、いつまでもお元気で過ごしていただけるよう職員一同願っております。

みなさんにおいしいものを。

厨房職員頑張っています。



入所の方々を始めデイケア者のご利用者、者の昼食など、「ス

ローライフ八尾」の食事は、毎食、厨房職員が腕によりを掛けて作っています。

また最近はおやつにも力を入れていて、いろいろと工夫を重ねているところです。

調理師の三角佳世は「できるだけ利用者様の事を思い浮かべながら調理していま



喜び合う利用者様

す」とのこと。

厨房職員は力を合わせて、これからも更に利用者様に喜んでいただける食事を提供出来る様に努力していきます。

次号では、「スロライフ探訪」のコーナーで、そんな厨房にスポットを当ててみたいと思います。



いろいろな試作をおやつにする

お知らせ

八尾・千里

◆「負担限度額認定」「高額介護費受領委任払」更新手続きを。

介護保険施設を利用の際に、食費や個室料などの自己負担を軽減できる制度「負担限度額認定」。そして介護保険サービスに関する自己負担について、利用料請求時にあらかじめ調整する制度「高額介護受領委任払」(対象は大阪府内に住所がある方)。

該当される方は既に利用されていますが、同制度については有効期限が毎年6月末となっております。更新手続きが必要です。

各市町村からの文書もご家庭に届くと思いますが、手続きについては各施設で代行いたしますので、家族様ご来所の際には、認めめの印鑑をご持参下さい。

またこの制度は、各世帯の収入により段階的に、各市町村にて認められるもの



職員紹介

スローライフ千里

副施設長 鈴木 洋一

はじめまして。今年の2月1日より「スローライフ千里」の副施設長として入職させて頂いております。鈴木洋一と申します。

介護の仕事は13年の経験がございますが、心機一転、社会人一年目の気持ちをお大切に勤務しております。

「3つのきく」を大切にしていきたいと思います。



みな様、ご指導のほどよろしくお願いたします。

私は、過去の経験より「3つのきく」を大切に、介護職に従事して参りました。「聞く」は音が自然に耳に入ってくるよ

うな状態。「聞く」は、相手の関心事に注意を払いながら聞くこと。「訊く」は、相手に質問をして聞きたいことを引き出すこと。

以上の「3つのきく」を大切に、今後も高齢者を受容して、一人でも多くの利用者様に喜んで頂けるよう頑張つて参ります。

全身で桜を満喫



さわやかな風と花三昧。春を全身で楽しむ

目もお腹も大満足のお花見

春を感じる季節となりました。

5階で育てていたプランターのチューリップも見事に咲きました。

「スローライフ千里」では、そんな春を満喫しようと、今年もお花見に繰り出し

ました。

去年は各階で別々の場所に行きましたが、今年は去年好評だった茨木弁天宗で統一しました。

日程は3月31日が2階のグループホーム、4月1日・2日が5階の小規模多機能とデイサービス、そして6日と7日が特養でした。

グループホームの



桜も会話も「満開」

時の桜はまだ咲き切っておらず、五分咲き……。4月1日は雨天と、全日程が満点のお花見とはいきませんでしたが、花

を愛で、外でのお弁当や甘酒など、春を存分に感じていただけたのではと思っております。

特に外出機会の少ない特養の方は、天候に恵まれた事もあって、め

いっぱい楽しんでおられたように思っています。

立派に咲いたチューリップ



です。世帯の収入に変更等がある場合には施設事務所で相談下さい。

手続きが遅れますと、場合によっては、自己負担の軽減がなくなることもあり

ますので、くれぐれも宜しくお願いいたします。

その他ご不明な点などありましたら、各施設事務所までお気軽にお問い合わせ下さい。



第5回

も一度おさらい「介護保険」②

保険料と対象について

前号で、少しふれましたが、第一号被保険者の保険料徴収は、市町村のサービス供給量に基づき決定される形となります。

しかし特別養護老人ホームや介護老人保健施設などの入居施設が多い地域は、サービス供給量が増え、保険料が上がるのかといえませんが、そうではありません。

「住所特例」という

制度により、施設に入居して住所を移した場合でも、それまでの住所地の市町村が引き続き保険者となります。

これにより、施設の多少による保険料の格差を防いでいます。

次に介護保険証の交付対象は、基本的に第一号被保険者で、介護を必要とされる方。しかし第二号被保険者でも対象となることがあ

ります。それは特定の疾病(15疾病)、例えば脳梗塞や脳出血の後遺症で、介護が必要となった場合などです。

つまり保険料を納める40歳から、場合によって介護保険を使ったサービスを受けることができるわけですが、予防の観点からも健康には充分留意して、いつまでも元気に過ごすことが一番です。

ご自身での買い物で、刺激と気分転換を。

「スローライフ生駒」では介護予防におけるアクティビティーとして、要支援の方を対象に、入居者様ご自身での買物を楽しんでもらっています。お店は、相談員の今村が御用達のスーパー『オークワ』。

「外出が億劫やから買ってきて」と言う入居者様にも、社会参加の必要性や、安全な買物方法を説明し、納得して参加して頂いています。

そんなある日、歩行可能ですが職員の介助により車椅子で買物されていた入居者様を、一人の杖をついた男性が励まされるという出来事があり



あれこれ悩むのも楽しいひと時。つい買いきってしまう？

ました。その男性は、半年前には半身麻痺で車椅子に乗っておられたそうです。この出来事をきつ

の様子を話す明るい表情を見て、ご家族様もたいそう喜ばれていました。

以前は外出と言えば通院だけでしたが、楽しく買物することで脳の刺激になったり、気晴らしする良い機会になったりしているようです。

また最近では訪問移動販売が施設に来て、重度の要介護者の方にも、「自分で品物が選べて良い」と嬉しそうに買物されています。

かけに、その入居者様は車椅子に乗ることをやめ、現在では車椅子を押して歩きながら買物されるようになりました。

それからの前向きな姿勢や、買物した時

藤山せんせに聞いてみよう！

骨粗鬆症(こつそしょうじょう)はなぜ女性に多い？

女性に多い骨粗鬆症。いまやわが国の「健康寿命」は「平均寿命」同様、女性(75・8歳)が男性(71・4歳)を上回っているのは周知の通りですが、女性の健康を脅かすものとして骨粗鬆症があります。ちよつとした転倒でも大きな骨折となり、今までの健康状態から一転して、寝たきりになるケースもあります。

男性より10倍も多く、骨の代謝と女性ホルモンに密接な関係があるといわれています。閉経後、女性ホルモン不足から骨の形成が抑えられ、海綿やスポンジのような骨になってしまいます。

高齢になるにつれて女性には、より骨粗鬆症を意識する事が大切です。下肢筋力の強化や、食生活でカルシウムを摂る工夫をし、また、かかりつけ医などで、骨密度検査の結果による適切な投薬を受けることも必要です。

くれぐれも転倒に気をつけて、健康寿命を全うしていただきたいと思えます。

Dr.Fujiyama

ボランティア紹介

車イスダンス 「フレンズ・ピア」 川合様 他5名

資格取得者紹介

生駒/中村優子

社会福祉士

八尾/秋田恵美子・因幡清子・蒲田眞寿美・清水晴美・山下希久子・千里/岩佐有里子・竹中幸子

社会福祉主事

八尾/和木利恵

スローライフ通信・第29号 平成22年5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.slowlife.or.jp>

スローライフ生駒
〒630-0266 奈良県生駒市門前町8番33号 電話：0743-75-1525 FAX: 0743-75-1501
特定施設入所者生活介護（ケアハウス）

スローライフ八尾
〒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

スローライフ千里
〒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）