

◆◆◆ 研修会報告 ◆◆◆

◆「いのちをつなぐということ
～看取りの現場に想う」2/25（水）

國森康弘氏
写真家・フォトジャーナリスト

東近江市永源寺地域での在宅医療や在宅看取りの様子を、たくさんの写真を通じてお話いただきました。「命のバトンを繋ぐ」ということがとても尊く感じられ、話を聞き涙する姿も見られました。在宅医療・介護、在宅看取りを家族とともに支えていきたいと思う研修でした。



出前講座に伺いま～す！

◆ 認知症予防についての話と予防体操（11/29）

昨年 11 月 29 日にグランドメゾン守山自治会へ伺いました。（リハビリサポートゆうらいふ所長・津田）グループワークを取り入れることで、「おとなりさん」とのコミュニケーションができたという好評でした！



◆ エンディングノートを書いてみましょう（1/21）

玉津さわやか学級学習会にお伺いして終活・エンディングノートについて皆さんと一緒に考えました。（山田登喜子）、「終活のこと気になっていたのよかった」「主人と一緒に考えます」とたくさんの嬉しいコメントをいただきました。



新スタッフのご紹介

★ 劔熊 恵亮
リハビリサポートゆうらいふ



向井 あすか★
リハビリサポート
ゆうらいふ



★ 尾場 礼子★
ぐるーぷホーム花梨



今号の掲載には間に合わなかった新スタッフも多数いますので、次号でご紹介させていただきます。皆さま、ゆうらいふの新しい仲間をどうぞよろしくお願いいたします。

おいしい話 栄養だより Vol.5

食生活を見直しアレルギー症状の軽減や、花粉症になりにくい体質づくりで花粉症対策を行いましょう。

高たんぱく、高脂質の偏った食事は、アレルギー症状を悪化させてしまいます。また、アルコールや香辛料も粘膜の毛細血管を刺激して鼻水などの症状をひどくすることにつながるため、ほどほどを心がけましょう。

■ 青魚を積極的に

青魚には脂質の中でも DHA や EPA といったアレルギー改善が期待させる脂質が含まれています。

■ 摂りたい油と控えたい油

一般的なサラダ油に含まれる n-6 系のリノール酸は、過剰に摂取するとアレルギー症状を悪化させるといわれています。反対にアレルギー症状を軽減する効果が期待できるのが n-3 系の α- リノレン酸。エゴマ油やシソ油などに含まれます。

■ 善玉菌で腸内環境を整える

ヨーグルト、乳酸菌飲料、納豆など発酵食品で善玉菌を増やしましょう。

■ 食物繊維たっぷり

野菜、豆類、玄米、きのこ類、海藻類などで腸内を活性化させましょう。

■ ビタミン C

野菜や果物に含まれるビタミン C は、炎症やかゆみに関係する活性酸素を抑える抗酸化作用があります。

管理栄養士 山田 真里子

◆◆◆ 学会発表 ◆◆◆

2 月 12 日、滋賀県立長寿社会福祉センターで、滋賀県社会福祉学会が開催されました。第 2 部の自由研究発表（分科会）にて、ゆうらいふより 2 テーマの発表を行いました。高齢者福祉・地域福祉の分野で、ヘルパーステーションから「ケアステーションでの看取りを経験して」を、障害児・子ども家庭の分野で、保育所かりんから「保育所かりんでの取り組み、そこから見えてきた課題」をそれぞれテーマに発表しました。

■ 編集後記

桜を見ると嬉しいと同時に切ない気持ちになります。4 月は楽しいことだけでなく、時には涙がこぼれそうになることもありますね。涙をこらえて自分を奮い立たせる季節です。そうしているうちに、新緑の頃にはしっかり前を見つめ歩みだす自分に会える、そんな季節だと思いませんか？



ゆうらいふ通信

平成 27 年 4 月 発行



介護の資格！受講生募集中！！

介護職員 初任者研修 4 月まもなくスタート！

<毎週土曜日通学制>4/18（土）～9/12（土）
会場：守山北公民館、交流ホームゆい 他

介護職員 実務者研修 7 月から新たに開講！

7 月～12 月修了 ⇒ 介護福祉士受験に間に合います！

3 月 3 日ひな祭り
リハビリサポートゆうらいふ
のフロアは保育所かりん
の子ども達の歌声と笑い声に
包まれました！



特定非営利活動法人ゆうらいふ

事務局／担当：西村

守山市立田町 1231-4

TEL：077-585-4070

【Web】http://www.youlife.ne.jp

【メール】info@youlife.ne.jp

お気軽に
お電話
ください

ゆうらいふ ● 居宅介護支援事業所 ● デイサービス ● 福祉用具販売 ● 研修事業 ● 事務局
〒524-0214 守山市立田町 1231-4 ☎ 077-585-4070

すいれん ● グループホーム ● デイサービス
〒524-0001 守山市川田町 988-1 ☎ 077-581-4606

かりん ● 小規模多機能型居宅介護事業所 ● グループホーム ● 事業所内保育所
● ナースステーション ● ヘルパーステーション ● 定期巡回・随時訪問型訪問介護看護
〒524-0214 守山市立田町 4135-1 ☎ 077-599-0531

トピックス

ゆうらいふの取り組みや、
各事業所の活動、介護の情報
など配信中です！

Find us on
Facebook

- 平成 27 年度を迎えて 理事長 山田 巨宏
- 小規模認可保育所「保育所かりん」のご案内
- 新入職員のご紹介 / 特別講演会のご案内
- すいれん日記 / 栄養だより / 研修会報告 など

平成 27 年度を迎えて

理事長 山田 亘宏

利用者様を始めとして皆さま、お元気にお過ごしのこととお慶び申し上げます。
新しい年度を迎えました。今年度もよろしくお願い申し上げます。
そこで、ゆうらいふの新年度をご紹介します。

3 年に一度の**介護保険制度の改正**が始まります。なんといっても介護報酬が減額されたことが私たち事業者には大きな影響を及ぼしますが、ゆうらいふとしては、サービスの質は向上させながら、合理化・効率化の中で、健全経営に努めて参る所存です。

「**すいれん**」を、同じ川田町内の中町地先に移転いたします。移転時期は 12 月頃を予定しています。現在の建物の手狭であること、駐車場の確保が難しいこと、設備改良（スプリンクラー設置や耐震工事）が必要なことなどが移転の理由です。

新しい建物は木造の平屋で、広々とした明るい施設です。グループホームやリハビリサポート（リハビリ支援型デイ）として活用して参ります。もちろん、従来通り、地域に開かれた、地域に役立つことを理念といたします。

「**保育所かりん**」が、守山市より子育て支援＝待機児童の解消政策への協力要請を受け、小規模認可保育所として再出発いたします。地域のお子さん（0～2 歳児）を受け入れるとともに、ゆうらいふで働くお母さん職員を応援して参ります。

4 月（5 月）から、専門職の皆さんが新たに**ゆうらいふの仲間**になります。この力を活かしながら、「終の住処づくり」、「最期まで地域で生き抜いていこうとされる皆さまの支え＝在宅支援」に一層力を注いで参ります。

皆さま、一緒に地域づくりに邁進して参りましょう。

ほいくしょ かりん

保育所かりんをよろしくお願いします！

4 月から小規模認可保育所になりました。



平成 24 年 4 月に事業所内保育施設として開設し、法人内で働く職員のお子さんと、地域のお子さんを受け入れてきましたが、今年度からは守山市の認可保育所（小規模認可保育所）としてスタートします。これまでの経験から見てきた私たちの役割と、認可保育所として新たに求められる役割を見つめ直し、下記のとおり基本方針を掲げます。子どもたちは、地域の中で皆さまから支えていただくことで健やかに成長していくことができます。今後ともお力添えをいただきますようよろしくお願い申し上げます。

保育所の基本方針

1. 保護者の子育てへの思いに寄り添いながら、協力して保育をします。
2. 少人数の保育所なので、全職員でお子さま一人ひとりの成長を見守ります。
3. お子さまの成長に合わせた保育目標を立て、安心・安全な保育を心がけます。
4. 3 歳児になったら大規模保育園での集団生活に馴染めるよう、多くの方との交流を大切に保育をします。
5. 保育所の中だけでなく、隣接する高齢者サービス事業所との連携を大切に、そのご家族、職員など豊かな人間関係を深めお子さまの情緒を健やかに育てていきます。



よろしくお願いします



たくさん歩けるように



デイサービスと交流する様子

春から新しく入った仲間です！！よろしくお願いします！

今号の掲載に間に合わなかった職員は次号でご紹介させていただきます！

ひでくま ゆり ケアマネジャー・社会福祉士
秀熊 有里（ゆうらいふ居宅介護支援事業所）

- ① 炊飯器。最近調子が悪いので・・・。
- ② パン作り。まだ、教室に通い始めて 2 か月弱の超初心者ですが、生地をこねている時の感触にはまっています。
- ③ ケアマネ業務に就くのは初めてですが、前職（医療ソーシャルワーカー）の経験も活かしながら、在宅介護を支援させていただきたいと思っています。



わかやま こう 理学療法士
若山 晃（ゆうらいふナースステーション）

- ① はりねずみ。
顔と色合いが絶妙のかわいさです。ただ、夜行性で昼間はあまり動かないようなのが気がかりです。
- ② 健康マメ知識の収集。
今注目は、マイオカイン、腸内フローラ、インターバル速歩です。みなさん、ご存知ですか？
- ③ 急性期の病院にいました。生活を支えるリハビリテーションを提供し、最期まで安心して暮らしていける地域づくりを一緒に進めていきたいと思っています。慣れないことも多いと思いますが、よろしくお願いします。



やまもと まゆか
山本 真由佳（事務局）

- ① ノートパソコンです。
大学入学の際に購入したものを使っていますが、起動が遅く反応も悪くて使えなくなってきました。
- ② 自宅で映画を観ること。
気になる俳優の出演作品や、公開中に観に行けなかった作品を観ています。邦画が好きですが、アニメも観たりします。
- ③ 卒業し社会人となることに対して、緊張しています。分からないことばかりで不安もありますが、一生懸命頑張っていきたいと思っています。どうぞよろしくお願いします。



やませ よしき ケアマネジャー・介護福祉士
山瀬 芳樹（グループホームすいれん）

- ① 車かな？
- ② スーパー銭湯へ行くこと。
- ③ 高齢者支援に従事して約 18 年になります。今まで湖東や湖北でお仕事をしていたが地元でご縁をいただきうれしく思っています。私のモットーは「楽しく」です。ご本人も支援者も家族様も、誰もが笑顔で過ごせるよう努めていきたいと思っています。何卒、よろしくお願いいたします。

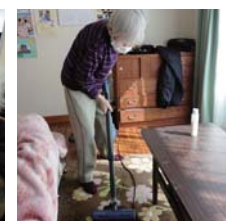


すいれん日記



リハビリサポート すいれん

自室からトイレまで移動し、トイレでの一連の行為が自分で出来ることを目標に設定し、一緒に取り組んでいます。



グループホームすいれん

食事や掃除、料理の下準備など、お手の物です。

NPO 法人ゆうらいふ
特別講演会・研究発表会・懇親会
開催のご案内

男女共に仕事と家庭の両立ができる職場へ ～自身の意識改革と働きやすい職場づくり～

厚生労働省 雇用均等・児童家庭局長
安藤よし子氏にご講演いただきます！！

男女共に働きやすい職場環境づくりについて、制度面の充実と、職場での意識改革の両方の視点からご講演いただく予定です。

職場づくりのヒントに！働き方のヒントに！
ぜひご参加ください。【参加費無料】

※資料の準備上、事前にお申込みください！！

日時 平成 27 年 5 月 17 日（日）午後
※時間は決まり次第ご案内します。お問合せください。

会場 総合リゾートホテル ラフォーレ琵琶湖

講演のあと、ゆうらいふ職員の**研究発表会**を開催します！
ぜひご参加くださいませ！