出前講座に伺いま～す！

◆ 吉身さわやか塾様、研修会・見学会（6/17）

6 月 17 日、吉身公民館から「吉身さわやか塾」の皆さま 28 名が、ゆうらいふをご見学されました。
最初に専務の山田より地域にはどのような介護サービスがあるのか、サービスをどのように選べばいいのかなどについてを、簡単に紹介しました。その後、「ゆうらいふ」のデイサービス、「花梨」の小規模多機能型サービスとグループホーム、「すいれん」のデイサービスとグループホームをご見学いただきました。

看護師、理学療法士、ケアマネジャー、介護福祉士等が出前講座にお伺いします。ご希望のテーマに対応します。お気軽にお問い合わせください。（TEL:077－585-4070）

新スタッフのご紹介

編集後記

ニュースレター「ゆうらいふ通信」を復活し 15 号目の発行を迎えました。継続して発行させていただけることに感謝しています。
さて、今号は総会の報告を特集しました。特別講演には毎年素敵な講師が来てくださいます。講演を聞きに来て初めてゆうらいふを知ってくださる方も多く、職員の研究発表も聞き「がんばっているね」と言葉をかけて下さることがあります。研究発表は今年で 16 年目になりました。継続は力なりですね。また来年の総会に向けて研究が始まります。（上坂友美）

おいしい話　栄養だより

Vol.10

今年もゆうらいふに植えたゴーヤのグリーンカーテンが勢いよく育っています。この夏もたくさんのゴーヤが収穫できそうです。今回はゴーヤを紹介します。

◎独特の苦み
この苦みはモモルデシンという苦み成分です。
血糖値やコレステロールを下げる、胃腸の粘膜を保護し、食欲を増進させるなどの効果があります。

◎ビタミン C
レモン果汁と比べても 1.5 倍と特に多く含まれています。このビタミン C には老化防止や疲労回復の効果が期待できます。夏の暑さで疲れた体には最適な食材です。

【良いゴーヤの選び方】
緑色が鮮やかなもの。イボにハリツヤがあり、密集しているもの。

【調理のコツ】
ゴーヤは火を通しても栄養価が高く、ゴーヤに含まれるβカロテンは油で炒めると吸収率は上がります。また、豚肉との相性が良く、豚肉に含まれるイノシン酸という旨味成分がゴーヤの苦みを和らげ、旨味を引き立ててくれます。それでも苦いのが嫌いな方は、薄く切ってから軽く下茹ですると苦みを抜くことができます。
定番のゴーヤチャンプルーは、まさにゴーヤの栄養価を効率よく摂ることのできる、夏にピッタリのお料理ですね！

管理栄養士　山田 真里子

学会参加報告

◆日本ケアマネジメント学会 第 15 回研究大会 in 北九州　（6/18・19）

6 月 18、19 日、北九州市で開催された日本ケアマネジメント学会に参加し、先日総会で発表した「本人・介護者茶話会の取り組みについて」を演題発表しました。
学会では、今後のケアマネジャーのあり方について論議され、私達ケアマネジャーは公正中立の立ち位置で、自立支援を根幹におき、多職種と連携していく必要性を改めて感じ、そのためにはケアマネジャー同士で一層互いを高めていく必要がある事を学びました。
また、懇親会では学会の著名な先生やケアマネジャーの方と交流する機会を得ることができ、貴重な時間を過ごしました。（深田知洋江）

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
お気軽にお電話ください
【Web】http://www.youlife.ne.jp
【メール】info@youlife.ne.jp

ゆうらいふ　●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　●居宅支援事業所　●グループホーム　●デイサービス
〒524-0001 守山市川田町 1541-4　☎077-581-4606

花梨（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（認可）●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

NPO ゆうらいふ News Letter

ゆうらいふ通信

平成 28 年 7 月 発行

すいれんで、三上山を望みながらバーベキュー
7 月には花火大会、10 月に秋祭りを予定しています
花梨でも、家族会、夏祭りと行事を計画していますよ

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 28 年度　総会のご報告
- ●ゆうらいふトピックス
- ●すいれん日記／保育所かりんだより
- ●栄養だより／研修会報告　など

平成 28 年度　NPO 法人ゆうらいふ総会のご報告

日時：平成 28 年 6 月 12 日（日）
会場：ラフォーレ琵琶湖

通常総会

山田亘宏理事長のあいさつに始まり、議長、議事録署名人・書記を選出した後、平成 27 年度事業報告と収支決算報告および監査報告、平成 28 年度事業計画案と収支計画、役員選出と、全 5 議案が可決承認され、通常総会は無事終了しました。

総会で承認された平成 28 年度計画の主な内容

- 研修、研究を通じて職員の資質の向上を図り、サービスの質を向上します（外部研修参加、デンマーク視察・教養講座の実施）
- 障がい者支援事業の展開についての研究、研修を行います
- 介護予防・日常生活支援総合事業（市町村主体）への対応について研究、研修を行います
- 「働きやすい職場つくり」に努めます
- 第 7 次介護保険計画への準備を進めます

特別講演

**「“お一人おひとりの尊厳を支える自立支援サービス
～人生の終わりの時まで～」**

講師：村木厚子氏　前厚生労働省事務次官

厚生労働省で事務次官を務められた村木厚子氏をお招きし、社会保障制度の現状と自立支援サービスをテーマに講演していただきました。

【講師プロフィール】
2008 年に厚生労働省雇用均等・児童家庭局長を務めた後、内閣府政策統括官（共生社会政策担当）、厚生労働省社会・援護局長を歴任し、2013 年 7 月から 2015 年 10 月まで厚生労働省事務次官を務める。

我が国の人口は減少に転じ、2060 年には生産年齢人口が現在の半数に減少するとの試算があります。このような状況の中、女性が継続して就業できること、高齢者も経済の担い手として働き続けられること、障害者が就労等を通じ社会貢献・社会活動ができることなど「全員参加の社会」の実現が社会保障を支える大きな力になるとのこと。また、自身の冤罪における勾留経験について触れ、家族・友人の 100%の信頼と、優秀な弁護士チームのプロの支え、という「2 つの支え」が自分を支えてくれたと述べられました。ただし、人の支えだけでなく、自分自身が頑張ることが大切だったとエピソードを交えてお話しになり、介護が必要な人には、社会保障がプロとして支えなくてはいけないが、同時に本人の力、自尊心を引き出すことが本当のプロの仕事なのではないかと続けられました。最後に、滋賀県には地域にある資源を役立て包括的に支援をするための土壌がある、全国の手本になっていくと思うと励ましの言葉をいただきました。

時間いっぱいまで懇親会にご参加いただき、職員にとり、大変貴重な機会となりました。

研究発表会

職員が、介護や看護の現場で直面する課題をテーマに、チームを結成して研究に取り組み、その成果を発表しました。事前に内部選考会を実施、全 9 チームから 4 チームを選出しました。ご参加いただいた皆さまに点数で評価していただき、ゆうらいふ賞（1 名）、優秀賞（1 名）、ステップアップ賞（2 名）を決定しました。研究成果と皆さまのご意見は今後の業務に生かしていきます。

【ゆうらいふ賞】
「高齢者世帯の看取りのかたち
～安心して最期をむかえるために専門職として必要なこと～」
ゆうらいふナースステーション　発表者：堀家　久美子

【優秀賞】
小規模多機能型 花梨　下野
【ステップアップ賞】
小規模多機能型 花梨　深田
リハサポゆうらいふ　劔熊

すいれん日記

リハビリサポート
すいれん

中町の「手芸サークル 蜻蛉」さん。月に 2 回、すいれん利用者様と一緒に手芸作品を作りにきてくださっています。若い頃から和裁の腕を磨いてこられた利用者のセンスがキラリと光り、皆さま、一緒に作ることをとても楽しまれています。この日はグループホームの利用者も参加し、和風の巾着袋を作られました。（伊藤聡子）

グループホームすいれん

5 月『ワッショイ、ワッショイ』と中自治会、田中自治会のお神輿がすいれんの前まで来て、舞い踊って下さいました。迫力があり、また優雅な時間となりました。
今後も地域活動、行事にも参加させて頂き、地域の皆様と共に過ごしていきたいと考えています。　（山瀬芳樹）

ほいくしょ かりん だより

新年度を 12 名の児童で迎えました。7 月には新しいお友達が加わり 14 名になります。

最近、カタツムリを探したり紫陽花を見たりと、梅雨の時期にしか味わえない自然に触れ、子ども達に嬉しそうな笑顔があふれます。水保町の永野様が、子ども達に土や植物に触れる機会をと、所有の畑を提供してくださり、先日、じゃがいも掘りを体験しました。畑に到着すると、「じゃがいもどこにあるの？」と不思議そうな子ども達。「よ～いしょ！」と元気な掛け声と共に力いっぱい引っ張ると、ゴロゴロとジャガイモが顔を出して大喜び。また、素手でふわふわの土を一生懸命掘りました。土の中からでてきたミミズに夢中になる子、採ったジャガイモを土の上に並べる子、興味は様々です。子ども達の個性が光る素敵な体験ができました♪　（平井周子）

ゆうらいふ トピックス

家族会（茶話会）を開催

6 月 26 日、小規模多機能茶話会を開催し、半数以上の本人・ご家族様にご参加いただきました。スライド写真で花梨での様子をご覧いただき、今期花梨で実践を予定している『ディグニティーセラピー』を紹介しました。皆さんディグニティーセラピーについて興味を持たれた様で、「そのような関わりが出来るなら早く知りたい」との感想が聞かれました。プリンと水無月を囲んで、和やかな、また、とても充実した会となりました。　（深田知洋江）

卓球台を寄贈いただき クラブ活動が始動します

リハビリサポートゆうらいふでは、リハビリや口腔ケアだけでなく、スポーツやカラオケ、手芸、カードゲーム等、ご本人が、その日その日に活動内容を選んで取り組まれています。
中でも、卓球を始めとするスポーツには男性利用者の熱が入ります。
これまで簡易タイプの卓球台で取り組んでいましたが今回、市内でピアノ講師をされている熊谷様より競技規格サイズの卓球台を頂きました。
新しくゆうらいふに来た卓球台を見て、「卓球クラブを創ろう」と利用者から提案いただき、7 月からクラブ活動を開始する事が決まりました。
（津田征志）

あじさい会の皆さまより 絵をいただきました

4 月 15 日、立田町にお住いの森田郁子様をはじめとした『あじさい会』の皆様よりグループホームの居室（9 部屋）に飾る絵を寄贈いただきました。入居者の皆様にご自分の好きな絵を選んでいただき、それぞれの部屋に飾らせて頂きました。どの絵も素敵で、部屋が華やかになり、またとても居心地の良い空間となりました。
あじさい会の皆さま、ありがとうございました。　（山瀬芳樹）