

ゆうらいふ通信

平成 29 年 1 月 発行



お知らせ

「どこでもサロン」にぜひどうぞ！！
花梨・すいれんのサロンへお越しください！

- 花梨** 毎月第 4 火曜日開催
次回は 1/25 (水) です！ (※1 月のみ水曜日)
皆さんで楽しく民謡をうたいます
- すいれん** 毎月第 3 水曜日開催
次回は 1/18 (水) です！
栄養士と食事について話します

お楽しみがいっぱい！

- 交流・おしゃべりタイム・コーヒータイム
- いつもと少し違うトレーニング (マシンもあります)
- 頭や体を使った集団活動など

びわ湖放送「チェンジ！働き方」で紹介

11/25 に、びわ湖放送の番組『チェンジ！働き方』でゆうらいふが紹介されました。滋賀県のくるみんマーク取得企業を順に紹介する番組です。子どもを事業所内保育施設に預けて働く看護師の大川さんを始め、リハビリサポートゆうらいふ職員がいきいき働く様子が放送されました。

介護福祉士実務者研修 資料請求受付中！

平成 29 年度は「実務者研修」のコースを増やし開催予定です。介護福祉士国家試験を受験するにはこの研修を修了することが必須です。自宅での通信学習に加え、通学学習ではグループでの演習を実施。現場で活躍する講師陣の話はとても役立つと好評です。また、グループ演習を通し、横のつながりもできますよ！ぜひ、ゆうらいふで受講ください！資料請求お待ちしております。

出前講座に伺いま～す！

- ◆ 本町老人クラブ様・服部町老人クラブ様

11/22 に本町老人クラブ様、11/28 に服部長老人クラブ様より出前講座にお招きいただきました。理事長の山田が「皆さんを支援する経験から分かってきたこと」をテーマに医療との関わり方や認知症についてお話をさせていただきました。また、リハビリサポートゆうらいふのケアワーカーが簡単に取り組める体操を紹介しました。とても熱心にお聞きいただき、また笑い声の絶えない楽しい時間となりました。

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

おいしい話 栄養だより Vol.12

まだまだ厳しい寒さが続いています。今回は冬野菜の代表格である**大根**をご紹介します。

「胃腸薬のような野菜」といわれる大根！

- 根の先端部分に多い辛味成分は、**胃液分泌**を促し、胃を健康に保ちます。
- デンプン分解酵素 (アミラーゼ) は**胃もたれや胸やけなどの予防・緩和**に効果があります。デンプン分解酵素 (アミラーゼ) の効果は、生で食べることで期待できるものなのでおろしがおすすです。
- 食物繊維も豊富で、**腸内の老廃物を体外へ出す**役目を果たします。

大根の葉は優れたもの！
根よりもビタミンCが豊富なうえ、葉の部分だけに含まれるβ-カロテンには抗酸化作用や美肌効果があり、捨てずに食べたい優れたものです。細かく刻んで、炒め物や汁ものなどでぜひいただきましょう。

【調理ポイント】
◎葉の付いている近くは、辛味が少なく硬めなのでサラダや炒め物へ
◎真ん中部分は、みずみずしく、甘みがあるのでおでんなどの煮物へ
◎先端部分は、辛味が強いのでおろしやマリネ、和え物へぜひ、参考にしてください。 管理栄養士 山田 真里子

◆◆◆ 研修会報告 ◆◆◆

- ◆「認知症の方への活動支援」9/29 (木)
医療法人周行会 介護老人保健施設寿々はうす 小池陽子氏 認知症チェックリストに基づき、接する機会の多いワーカーが早期に認知症に気づき、医療へつなぐことの大切さを確認しました。また小池氏が参加する認知症初期集中支援チームの活動について紹介いただきました。
- ◆「排便について」10/26 (水)
NPO 法人ゆうらいふ 医療サービス部 看護師 西村佳代 排便のしくみから、便秘の種類などについて学びました。タイミングや姿勢の大切さに加え、便秘対策のための食事や体操についても具体的な知識を得る機会となりました。
- ◆「災害対策について」11/24 (木)
NPO 法人ゆうらいふ 理事長 山田 亘宏 水害・地震の災害対策について職員全体が共通認識を持つようマニュアルの確認を行いました。

編集後記

ゆうらいふで仕事をしていると、次々と新しい風が吹き込み、やってみよう！という気持ちになります。新年を迎え、今年もわくわくします。(上坂)

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

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)
花梨 ● 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！

- 明けておめでとうございます (ごあいさつ)
- お知らせ…「どこでもサロン」、実務者研修、他
- 出前講座案内
- 栄養だより「冬野菜・大根パワー！」
- 研修会報告

Find us on Facebook

明けましておめでとうございます 本年も特定非営利活動法人ゆうらいふをよろしくお願い申し上げます

理事長 山田 巨宏



利用者の皆様、地域の皆様、新年明けましておめでとうございます。お健やかに、新年をお迎えになったこととお慶び申し上げます。

昨年は川田町（中町地先）に「すいれん」を移転し、お陰様で上手に運営が進みました。利用者さんが地域へ出かけたり（サロン・百歳体操への参加など）、地域の皆様がすいれんの行事やボランティアとして来て頂いたり、「地域とともに」という理念を殊の外、実践できました。改めて、地域の皆様に御礼を申し上げます。

この4月より、要支援サービスが市の総業事業へ移管されます。この備えとして、小浜町での「かがやきサロン」を参考に昨秋より、花梨・すいれん・ゆうらいふのそれぞれで、地域の皆様に参加して頂き「どこでもサロン」を始めました。

「予防」はサービスとしては気が付きにくい分野ですが、極めて大切な課程です。大いに、ゆうらいふの「どこでもサロン」にも参加して頂き、「健康寿命」に活用できれば幸いです。（詳しくは「どこでもサロン」案内をご覧ください）。

今年もご指導、ご鞭撻の程よろしくお願い申し上げます。

専務理事 地域交流部長 山田 登喜子



医療・介護保険の改正で“暮らしの根っこである「地域」がクローズアップされています。ゆうらいふでは、開設当初より地域の方々の思いや力を借りてここまで育って参りました。

昨年よりゆうらいふ・花梨・すいれんの各拠点で、地域の方々に気軽に参加していただけるサロンの試みを行い、地域交流部の実践的な活動をはじめました。

制度改正によって、介護サービスの利用が制限されようとしています。地域の方々の知恵と活躍への期待が集まっています。現在各地域で活動されているミニサロンやボランティアの方・地域の皆様と共に知恵を出し合って、老いても“歩いて行ける集いの場”が各地域にできればと願っています。

常務理事 事務局長 西村 友孝



最近、どこへ行っても、職員募集の案内を目にするようになりました。介護の業界でも人手不足が深刻です。国は配偶者控除対象の所得条件を 103 万円以下から 150 万円以下にまで引き上げ、専業主婦など女性の労働力に期待しています。

ゆうらいふでは職員の約 90%が女性です。こういった情報提供を迅速に行ったり、その他いろいろな制度を利用して、今、働いている職員が安心して未永く働ける職場作り、子育てと仕事だけでなく、子育て・介護と仕事が両立できるワークライフバランスを目指していきたいと考えてます。

ゆうらいふ

副部長

リハビリサポートゆうらいふ所長 津田 征志



朝晩の冷え込みが強くなり、身体を動かすににくい時期になりました。当事業所では、冬に負けない身体をつくる為、運動や口腔ケアに力を入れています。黙々と運動するのもいいですが、時には気心の知れた仲間と笑いあひながら行う運動は、心と身体の良薬になるのではないのでしょうか。



医療サービス部 副部長 吉田 江里



ゆうらいふは、昨年 1 月に医療サービスを開業し活動しています。目的は、利用者は殆どの方が病気を持って要介護者となっているため、ケアを担う介護職が安心して日々の病状変化に対応し介護ができるよう学びを深めています。当法人には看護師を始め理学療法士・作業療法士・栄養士・歯科衛生士と 31 名の職員が働いています。それぞれの知識を活かし学習を重ねて介護職の方と連携しながら、高齢者本人の生活自立支援に向けて身体運動・口腔ケア・栄養管理などを支えられるように研鑽し家族支援にもつなげています。

ゆうらいふ居宅介護支援事業所所長 矢原 生子

昨年 2 月、ケアマネジャーの事務所が河西学区に移転し、新たな地域の方との繋がりができ相談も増えてきました。皆様のご協力のおかげと、心より感謝申し上げます。ケアマネジャー●人中、認定ケアマネジャー 6 人・主任ケアマネジャー 4 人と資格取得者も増え、相談支援の質の向上に向けて研鑽を積んでおります。



すいれん

副部長

グループホームすいれん所長 山瀬 芳樹



すいれんは、昨年末の 12/23 で満 1 歳を迎えました。地域の皆さまに温かく迎え入れていただき「花火大会」「秋祭り」など共に過ごせたことを嬉しく、心より感謝申し上げます。本年も、地域の皆様が、気軽にふらっと立ち寄れる、居心地の良い場所となれるよう、また“住み慣れた地域で最期の時まで”をこの地で実現し、地域に必要な福祉拠点となれるよう、酉年の 2017 年も羽ばたきたいと思っております。

リハビリサポートすいれん所長 伊藤 聡子



昨年 1 月広々とした場所に移転し、利用者やボランティア・地域の方と多くの方が足を運んでくださいました。運動機器での運動に加えて手作り活動も活発に自立支援に取り組んでいます。

夏祭り、秋祭り、忘年会、運動会など楽しい思い出の詰まった 1 年となりました。今年は職員の充実に努め、地域の中に“すいれんがあると安心”と思っただけのよう、スタッフ全員で学んでまいります。皆様方のお知恵よろしくお願い申し上げます。

介護保険の根幹は「生活の自立支援」です。制度改正により介護サービス利用が厳しくなり、地域の繋がりを活かしたマネジメントが求められています。本人・家族・地域でできない事は、医療・社会保障制度や民法を活用し、一緒に知恵と工夫を重ね“最期の時まで地域で暮らせる”ライフマネジメントの「要」となれるよう日々努力してまいります。



花梨

部長

小規模多機能型居宅介護事業所 花梨 深田 知洋江



小規模多機能花梨とぐるーぷほむ花梨は、とまりが保育園という特性を利用し、毎週交流の機会を設けています。子ども達は慣れて泣くことが減り、利用者は子どもと触れ合う事で笑顔があふれるなど、お互いに刺激しあっています。今年も色々な取り組みを考えていますので、お楽しみに！そして、利用者を含め、家族や地域が一体となれる様な企画を考えていきます。

日常では、職員皆が、利用者や家族と共に、常に本人本位の支援、自立支援になる様、心がけていますが、今年は内部の勉強会や外部の研修など一層参加しやすい体制づくりをして、ひとりひとりがよりスキルアップしていける様取り組んでいきます。

副部長

小規模多機能型居宅介護事業所 花梨所長 石原 健司



地域の皆さまをはじめ、利用者・ご家族と共に過ごす時間が小規模多機能サービス花梨の活力となっております。地域包括ケアサービスの拠点として、家族や地域の方が気軽に立ち寄り、最期まで自分らしく住み慣れた自宅（地域）で暮らすための《家+もう一つの“安心 我が家”》を目指してまいります。

ぐるーぷほむ花梨所長 下野 達郎



ぐるーぷほむ花梨は、開所して 5 年目を迎えます。“人生最期の時までの支援”を理念としていますが、現在までに 4 名の方の看取りに携わらせて頂きました。今後も医療との連携を深め、本人・家族の希望により“安心して本人らしく過ごせるサービス”を目指し、質の向上に努めてまいります。

保育所かりん管理者 渡部 幸恵



保育所花梨は 3 歳までのお子様を対象です。元気いっぱい子どもたちと、どんどん散歩に出かけています。また、ゆうらいふ・かりん・すいれんのおじいちゃん・おばあちゃんと一緒に触れあって遊んで頂き、歌や踊りを披露し交流させてもらう事を楽しんでいます。子どもたちが毎日たくさん笑顔で過ごせる事、保護者の方が安心してお仕事して頂ける事を大切に、事故のないよう保育してまいります。

訪問

部長

小西 京子



副部長 早川 真利



訪問部は利用者やご家族にとって、一番身近に感じて頂き、安心してご利用頂ける存在でありたいと願っております。ゆうらいふ訪問サービスは、看護と介護が一体となって住み慣れた我が家で最期の時まで生活できるよう、お手伝いする事を目的に研鑽しています。

さらに看護師とヘルパーが連携し、それぞれの情報を共有することで、症状変化や生活支援への対応をスムーズに行い、利用者への安心サービス提供が継続できるよう質の向上に努めてまいります。

ゆうらいふナースステーション所長 淵上 操



ゆうらいふナースステーションは、看護師を始めセラピストを含めた 12 名で活動しています。医療・介護改正で地域での療養・看取り支援が推進されてきました。病院・かかりつけ医との密な連携で、自立生活支援から最期の時（看取り）までの看護を行っています。本人・介護者・介護職が安心して介護できるよう、心身両面のサポートの為、研修を行い学びを深めています。

ゆうらいふヘルパーステーション所長 吉村 公美子



ゆうらいふヘルパーステーションは、訪問看護と同じフロアで活動しています。利用者の方の病状に変化があっても看護師と情報共有し本人・家族が安心して在宅生活が送れるよう努めてまいります。排泄・着替え・移動等の介護に加えて口腔ケアにも力を入れています。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

