

いきいき

今号のテーマは
「地域への発信と連携」

「夢見る老人介護」を出版!

くもん出版 定価 1,365円(税込)



ピュア・サポートグループ
代表 小山 敬子



あなたは介護の現実を直視せず、避けていませんか。でも、生老病死は人間の宿命。誰でも介護を受ける時期が訪れます。「そうであっても、意欲的に生きられる環境にしようよ!」というのがこの本のテーマ。人生の改革は、自分自身がどう生きるか、老いるかをイメージして、描く理想像に近づくことから始まります。夢見ることはその第一歩です!

【略歴】

- S62.3 久留米大学医学部卒業
- H16.3 熊本大学大学院 医学研究科博士課程修了
- 10 医療法人社団大浦会 常務理事
- H12.2 医療法人社団大浦会 理事長
- H15.6 ピュア・サポートグループ 代表

本に関する情報及び購入はこちらから

- http://blog.livedoor.jp/keiko_ourakai/ (小山敬子のブログ)
- amazon.co.jp
- 【おとなの学校】本校、【メディカルケアセンター ファイン】の受付など
- 一般書店でも購入出来ます。

文化祭開催!

参加
無料

毎年、大盛況の【ピュア・サポートグループ】の文化祭を今年も開催。ご家族や地域の皆様、多数のご参加をお待ちしています!

- 日時/11月16日(日)10:00~15:00
- 会場/【おとなの学校】本校 & 【メディカルケアセンター ファイン】
- 内容/成果発表会・フリーマーケット・移動販売・ぶるるん美肌メニュー試食など

全ては、夢見ることから始まる。

ピュア・サポートグループ代表
小山 敬子

この世の中には沢山のものがありますが、自然にあるもの以外は全て、「こんなものがあればいいなあ」と誰かが思ったから今存在しているのです。あなたが座っている椅子も、道を走る自動車もそう。つまり、人工的なもの全ては、誰かの想いや夢、願望から出来上がってきたのです。

私も見ました。要介護高齢者が元気になる「場」をつくりたいという夢を!その夢は、ゆつくりではありますが、着実に一步一步実現に向けて花開いています。意欲さえ持てば、リハビリも進むし、認知症すら変化するので。そんな気持ちを本の他にネット上のブログにしました。時間のあるとき、ぜひ寄り道してください(アドレスは上記に記載)。

成果発表会

日々の努力の成果を「見てはいよ！」



通知表を手に喜ぶ生徒さん

9月20日、「おとなの学校」の成果発表会を開催。生徒代表の岩崎様の「日頃取り組んでいる課題の成果を頑張って発表します」という力強い宣誓と共に幕を開け、合奏や書道、絵などの制作物、研究発表などが次々と披露されました。時には、学友から「頑張れ！」と声援や拍手が飛ぶ場面も。また、見学に訪れたご家族からも、「スタッフの皆さんの指導と一緒に学ぶ仲間の励ましのお陰で立派な発表だった」「発表会を毎回楽しみにしている」など、嬉しい感想が寄せられました。

「ずっとお元気で！」花き協会から花束

敬 老の目を前に9月11日、「おとなの学校」本校に熊本県花き協会様よりキクの花、百束の贈呈式がありました。キク部会長の永井様始め生産者の方々は、生徒さん一人ひとりに花束を手渡し、「長生きしてください」と優しい声を。生徒代表の大橋様が感激しながら「キクの花言葉『元氣』にちなんで頑張ります」とお礼の言葉を述べました。



笑顔の生徒さんとキク部会の永井会長



花は各部屋や食堂に飾りました

委員会紹介

その①

【ピュア・サポートグループ】の委員会活動をシリーズでご紹介します。

お客様に、たくさんの幸せを届けるイベントを企画

はっぴい実現委員会



はっぴい実現委員会
委員長 田原 和美

お 客様に「幸せ！」と実感していただける企画を練り、実行に移すのが「はっぴい実現委員会」。ピュア・サポートグループの20～30歳代の職員10名で構成し、委員長は【訪問介護ステーション博寿園】管理者の田原和美です。

「熊本城本丸御殿見学やイルミネーション・ツアーなど、アンケートを基に毎月2～3回のペースで行事を企画。お客様から喜ばれています。特に、昨年のハロウィンパーティは、仮装やダンスで大変な盛り上がりでした。また、オンリーワン企画として『娘の結婚式に出席したい』『好きなスタッフとデートしたい』など、微笑ましい個別のご希望も叶えています」と語る田原。「自分が“はっぴい”でないとお客様に幸せは届けられませんが、お陰さまでメンバー全員が『楽しいことばかり』と言うほど、手応えのある委員会。これからも若い感覚を活かして、愉快でハッピーなイベントを実現します！」

便利な自助具で、日常生活をもっと快適に

メディカルケアセンター ファイン リハビリテーション部
 作業療法士 溝部 かすみ

リウマチによる関節の可動範囲の制限や、脳卒中の後遺症で片マヒなどがある場合、ご本人やご家族は食事のときに大変苦勞されます。自助具とは自分自身の動作を助けるために工夫されたもので、福祉用具の中で最も身近な存在。自助具を活用

すれば生活の質を高めることも可能です。また、活用することで、「障害があっても生活出来る」というご本人の自信につながるほか、失った機能を以前の状態に近づける効果もあります。そこで今回は、食事のときに役立つものをご紹介します。

手首や指が不自由で食事が困難なときに役立つ自助具(例)



スプーンの柄や箸が握りやすいほか、筋力が低下してもつかみやすい。
 【ファイブ】では、さまざまな自助具を療養生活場面でも役立てています。

片マヒの場合、徐々に症状が変化することもあり、「高価な福祉用具を買ったが、あまり使わなかった」との話も聞きます。今回、紹介したのものには百円ショップが扱う廉価品も含まれています。在宅療養が長引く場合、車イスやベッドはリースにして、細かな自助具は安いものを選ぶ、あるいは家族が手作り品を工夫する、なども一つの方法。リハビリテーション部では使用や購入の助言も行っています。遠慮なくお尋ねください。

「腰痛・肩こり体操」参加者アンケート

熊本市母子福祉センター

毎回好評の健康講座「腰痛・肩こり体操」。参加者も10名以上と増え、「回数を多くしてほしい」などの要望も寄せられています。最近のアンケート結果を通じて、皆様の感想をご紹介します。まだ受講されていない方は、ぜひお問い合わせください。



「腰痛・肩こり体操」
 講師は【熊本市 夢もやい館】今村恵健康運動指導士

講師・スタッフの対応

大変よい8名 よい2名 普通1名 悪い0名

受講後の感想

- ★講師が親しみやすく、帰宅後もすぐに出来る体操なのがいい。
- ★膝を痛めていたので心配だったが、無理なく出来た。
- ★日ごろ運動は足りていると思っていたが遅っていた。
- ★効果的な運動を習ったので毎日続けたいと思う。
- ★皆さんと一緒に身体を動かすことの楽しさがわかった。

今後、受講したい講座

- ★腰痛・肩こり体操の開催を増やしてほしい(複数回答)
- ★食生活や健康改善の講座
- ★安眠やストレス解消に役立つ講座

平成20年度・各講座日程を記載した「センターご案内」は、当センター窓口及び市役所子育て支援課、各市民センター等の公共機関の窓口で配布中です。

各種相談(法律(要予約)・就職・家庭一般・医療・介護)も実施中です。ひとりで悩まず、どうぞ気軽にご利用ください。

お問い合わせ

TEL096-385-1160
 FAX096-385-1379
 熊本市母子福祉センター
 熊本市水前寺4-47-50



地域に出向いて、市民みんなの“健康づくり”

【熊本市 夢もやい館】では皆様からのご要望に応え、スタッフが地域へ出向いて運動指導を行う出前講座を実施しています。健康増進への関心が高まる中、自治会や老人会、サークルなどから「ぜひ、うちの地区にも」との要請が増えていきます。今回は、その取り組みの一環をご紹介します。

- 開催日 9月13日(土)11:30~12:00
- 場所 火の国ハイツ
- 参加者 40名(敬老会・出席者)

武蔵ヶ丘校区「敬老会の集い」で運動指導を行いました。会食前だったので、短時間で出来る正しい姿勢を維持する運動と上半身のストレッチを指導。担当は、【熊本市 夢もやい館】の健康運動指導士・古屋篤志が務めました。

正しい姿勢の維持は病気予防に役立ちます。頭・肩・お尻・踵を壁につける動作を1日1分間続けると、心肺機能や内臓機能の低下を防ぐ効果も。また、肩こり・腰痛などの予防にもつながります。姿勢が悪いと心臓や内臓などを圧迫し、本来の働きを損ねることもあるため、普段から鏡を見て自分の姿勢をチェックすることも大切です。

武蔵ヶ丘校区では姿勢の指導

【参加者の感想】

- 気軽にできる運動を教えてもらい、とても勉強になった。
- 姿勢に気をつけるだけで、多くの病気予防に役立つことが分かった。



一新校区でストレッチ指導

- 開催日 8月19日(火)10:00~11:30
- 場所 熊本市西保健福祉センター
- 参加者 70歳以上の皆様(約30名)

一新校区社会福祉協議会の主催で、地域の70歳以上の方々を対象に「簡単にできるストレッチ」を指導しました。担当は、【熊本市 夢もやい館】の健康運動指導士・古屋篤志。膝や腰に痛みのある方も参加できるように、床に座って出来る上半身のストレッチを指導しました。



説明風景

【参加者の感想】

- 普段、身体は動かしてもストレッチをすることはないので出前講座はとてもいいと思う。習ったことを習慣づけて、健康増進に役立てたい。



チューブを使って背中筋のトレーニング



小山理事長の説明にうなずく視察団の方々



相次ぐ、韓国からの視察団

老人介護や地域支援への先進的な取り組みで国内外から注目を集める「ピュア・サポートグループ」。9月30日には、7月から介護保険制度がスタートした韓国から22名の視察団が来熊されました。施設見学に先立って「ゆいの家」で行われた事業説明では、小山理事長が日本の介護保険の現状や問題点、当グループの特徴について講演。視察団の皆様は、メモを取りながら熱心に聞き入っていました。

子ども達には 遊びを通じた運動指導

- 開催日 8月20日(水)13:30~15:00
- 場所 藤崎台児童園(一新校区児童と藤崎台児童園の子ども達)

ゲームを通じて身体を動かし、コミュニケーションを深める運動を実施しました。

【参加者の感想】

- 最初は恥ずかしかったけど、ゲームを続けるうちに楽しくなった。
- 教えてくれた先生、ありがとう。
- ドッジボールが面白かった。もっとやりたい!
- ミッキーの曲で踊るリズム体操がよかった。ダンス大好き!

転がしドッジボール

転がしたボールに触らないで逃げるゲーム。ルールを聞く子ども達も真剣。



じゃんけん列車

負けた人が後ろにつながってゆくゲーム。高学年の男子も照れながら参加。



リズム体操

音楽に合わせて身体を動かします。みんなノリノリで、自作のダンスを踊る子どももいました。

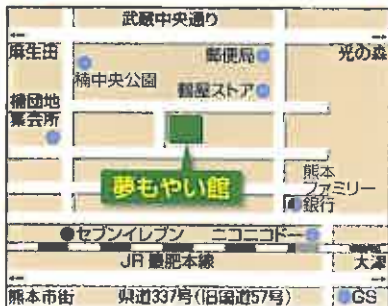
2人1組で仲良くストレッチ体操



定例化している健康支援

健康支援の出前講座を実施した地域で、参加者のご希望により指導が定例化したものもあります。皆様も出前講座を健康づくりにご活用ください。

出前講座のご希望・お問い合わせはお気軽に!



- 住所 7862-8003 熊本市楠1-20-5-101
- 電話 ☎096-338-3210
- 休館日 日曜・祝祭日

尾ノ上校区4町内



- 尾ノ上校区4町内有志の皆様へ毎月1回、ストレッチなどを指導。

清水校区



- 清水校区7町内・第11隣保「木曜会」へ毎月1回各種運動を指導。

金曜午後開催の「健康教室」も好評です



手軽な運動で足・腰・肩も快調

高齢者に適した筋トレや肥満予防の有酸素運動などが手軽に出来る「疾病予防センターフィットネスファイン(本校1階)」。会員(入会金無料)になるとお得な料金で毎日利用できるほか、健康運動指導士がご要望に応じた個別の運動メニューを作成。また、金曜午後は「健康教室」を開催し、ストレッチや椅子体操なども指導しています。ぜひご利用ください。

- ご利用料金 (1ヶ月) 疾病予防会員/月額 3,000円(税込・振込料別)・1日利用400円
- 一般会員/月額 6,000円(同)・1日利用600円

お問い合わせはフリーダイヤル ☎ 0120-125253 でお気軽にどうぞ!



初恋や小学校の思い出話で若返り

健軍校区6町内

9月10日、20名が参加された健軍6町内ふれあいサロンを【おとなの学校】本校スタッフがお手伝い。白木言語聴覚士が誤嚥防止の話をした後、種子永介護部責任者が回想法による交流を指導。「初恋の思い出」などの昔話で盛り上がり、笑いと拍手が絶えませんでした。

ピュア・サポートグループ (PSG)の地域行事支援

地域行事を
お手伝い
します!



タガミ〜ま

第6回「尾ノ上まつり」で【おとなの学校】生徒さんが活躍

本校生徒さんの太鼓演奏



地元の方々による「サンバ尾ノ上かえ歌」

10月19日、錦ヶ丘公園で「第6回 尾ノ上まつり(主催:尾ノ上まつり実行委員会)」が開かれ、親子連れなど約2,800名が参加されました。【ピュア・サポートグループ】も地元企業として協賛。司会や屋台出店に協力したほか、【おとなの学校】本校・生徒さんが「ぎんなん保育園」園児とのコラボで太鼓を披露。会場を感動で包みました。

押し花で手指の訓練

健軍校区3町内



9月17日に行われた健軍校区3町内いきいきサロンでは、【おおうらさんち】の職員・松本とボランティアスタッフの渡辺さんが、押し花を使った壁掛け作りを指導しました。「細かい作業が手先の訓練になる」と参加者にも好評。欠席者の分まで作ったり、出来上がったものを見せ合ったりと、楽しく過ごされました。

「食事は健康の基本」を納得

健軍東校区



10月22日に開かれた健軍東校区のふれあい交流サロンを、【カロリー庵】の平山社長がお手伝い。参加された方々に、食品添加物や農薬の危険性について講話を行いました。続いて、楽しく手軽に出来る「たこ焼き」を指導。皆様の巧みな手さばきで、焼きあがったたこ焼きが次々に皿に盛られ、にぎやかな試食会となりました。

帯山西校区運動会に【PSG】のスタッフが参加

帯山西校区



10月12日、帯山西小学校で「帯山西校区体育祭り」が開れました。【PSG】スタッフ有志は4町内の一員として応援合戦を含む20競技中の13競技に出場！皆様と一緒に汗を流し、豪華景品もたくさんいただきました。

また、この日の昼食は【カロリー庵】特製の「おおうらさんちのおべんとう」。地域の皆様も「とてもおいしい」と褒めてくださり、誇らしい気分になりました。午後はリレー競技の応援に会場が大興奮！PSGの若手スタッフ？もリレーに参加して大ハッスル。その結果、町内対抗リレーで4町内女子は2位の好成績を収めました。

リスクマネジメント委員会報告

今回は「メデイカルケアセンター ファイン」に寄せられた苦情への対応と改善をご報告します。

《苦情内容》

■8月12日、匿名希望の方から電話があり、「緩和ケア病棟のスタッフの言葉遣いが気になります」との相談。詳しく伺うと「とにかく言葉が乱暴。同僚の名前を呼び捨てにするなど、丁寧さに欠け、ぶしつけな印象を受ける。周囲のスタッフがそれを注意しないのもおかしいのでは？」とのことでした。

《原因》

- ① スタッフ間の慣れがあり、間違いを見過していた。
- ② 責任者が注意を怠っていた。

《対応》

■相談者には職員教育が十分でなかった点を謝罪しました。また、すぐに関係部署の上司に伝え、次の対応策を講じるようにしました。

●緩和ケア病棟への苦情であるが、ファイン全体で対応する。RM委員会を開き、スタッフへの具体的な指導案を検討。各部署でも言葉遣いの悪いスタッフへの個別指導を実施。

《改善案》

- 8月14日から実施
- ① 指摘を受けたスタッフAに、8月13日に個人指導を行いました。
- ② 朝の申し送り前に、接遇手順書の読み合わせを5分間行う。
- ③ 各病棟の師長・主任を中心に、スタッフ間の言葉遣いがおかしい場合は指摘できる雰囲気をつくる。
- ④ ステップアップクレジット表(グループ共通)から、言葉遣いの部分を貼り出す。
- ⑤ 言葉遣いが気になるスタッフには接遇研修を実施する。



走って、踊って、楽しかった運動会

秋 晴れに恵まれた10月18日、恒例の【ここへおいでよ】運動会を開催しました。園児達は、かけっこに始まり、お遊戯や技巧走など様々な競技に参加。大勢の人を前に緊張のあまり泣き出す子もいましたが、最後まで元気いっぱい頑張りました。応援に駆けつけたご家族も、カメラやビデオを手に大きな声援と拍手を送り、逞しく成長した我が子の晴れ姿に目を細めておられました。



保護者と園児
対抗の玉入れ
に大興奮！



玉入れに勝って、
「バンザイ！」と
大喜びの園児達

安心な手作りおせち予約開始！

「母が作ったものに似ていた」と、昨年大好評だった【カロリー庵】のおせち料理。食材の安全と手作りにこだわった他、料金も3,000円とリーズナブル。来客が多いご家庭では2個予約された方もありました。そこで今年は、量が多く肉料理とデザート2種を加えた5,000円(先着10個限定)もご用意！ぜひ、ご利用ください。お正月は、手作りでおいしい【カロリー庵】のおせちでお祝いしましょう！

【献立予定例】

赤飯・手まり寿司・ブリの柚子香味焼き・有頭工ビの鬼殻焼き・昆布巻き・数の子・いり鶏・黒豆・紅白生酢・田作り・伊達巻・きんとん・紅白かまぼこ・甘味など

- 料金 3,000円、5,000円(10個限定)
- 締切 12月10日(水)
- 配達 12月31日(水)昼12時以降、順次お届けします
- 問い合わせは下記のフリーダイヤルでお早めに。
(申し込み用紙配布中)

【12月31日はおせち配達のみ・通常営業は1月4日からです】



カフェ・ソーレで 自然野菜ランチをどうぞ

11月から【メディカルケアセンター ファイン】1階の「カフェ・ソーレ」で毎日、自然野菜ランチが登場します。熊本産にこだわった自然栽培の米・野菜を使用し、醤油・味噌・塩・酢・みりんなどの調味料も無添加。身近なレストランで自然野菜ランチをいつでも食べられる所は少なく、安全で安心、健康的なランチとしてお勧めです！このほか【カロリー庵】のお弁当もあります。併せてご利用ください。



旬の食材の旨味が伝わる
自然野菜ランチ(例)



お弁当に関するお問い合わせはフリーダイヤルで

カフェ・ソーレ ■ ランチタイム/10:00~15:00
■ 月~金曜のみ(土・日・祝日は休み)

お問い合わせはフリーダイヤル ☎ 0120-125253 でお気軽にどうぞ！

はっぴい実現委員会

笑いあり、感動あり。落語で長生き！

8月31日、ケアハウス【ゆいの家】で落語の会を開き、同施設スタッフの前田勝美が得意の「寿限無(じゅげむ)」を披露。お隣の【はっぴいはうす弐番館】の皆様も同席され、総勢40名の観客で盛り上がりました。有名な「じゅげむ、じゅげむ…」の長い名前が始まると一緒に口ずさむ方もいて寄席は大成功。前田の隠れた才能にお客様も他のスタッフも脱帽でした。

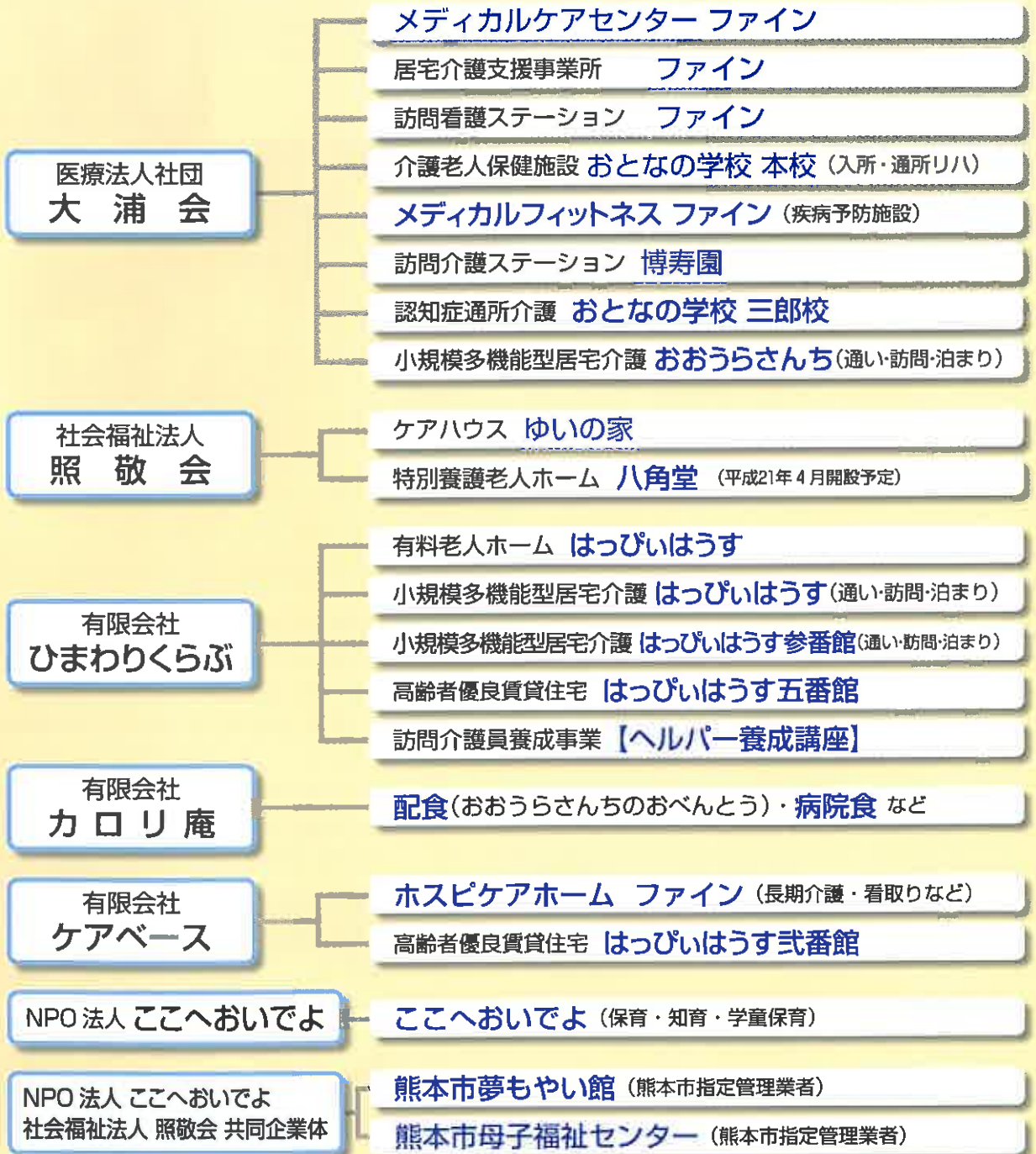


素人芸の域を超えた熱演にお客様も大満足




ピュア・サポートグループは多彩な事業を展開し、地域の皆様に癒しと安心をお届け致します。

ピュア・サポートグループ



各事業のお問い合わせ・ご注文はコールセンターへどうぞ！

いつも にこ にこ さん

 **0120-125253**