

# いきいき

今号のテーマは  
「皆で成果を讃えよう」



第1位は、はっぴいはうす・参善館・六番館・ホスピケアホームによる「妖怪ウォッチ体操」



第2位は、メディカルケアセンターファインの北島三郎「まつり」



ここへおいでよ園児の「しりとりおんど」に大きな拍手



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  
日時：8月2日(土)10:00~14:30



ボランティアのフラは会場を盛り込んで



お座敷小唄で盛り上げた、おとなの学校「本校」「通所リハ」「三郎校」合同



PSGのダンス集団「笑激派」に大歓声

第9回「PSG夏祭り」を開催。各事業所のお客様の努力を競う「お祭りコンテスト」や出店、ボランティアステージなどに多数のお客様やご家族、地域の皆様などが参加されました。祭りの様子とコンテスト結果をご紹介します。

## プログラム

- 午前の部 / ぎんなん保育園太鼓・お祭りコンテスト(各事業所踊り発表)
- 午後の部 / 出店(金魚すくい等)・ボランティアステージ(ダンスほか) お祭りコンテスト表彰・よさこい・おてもやん総踊り

参加無料

11月は文化祭を予定

本校&ファインで作品展示・健康食試食・フリーマーケット・成果発表会・よさこい・ダンスステージなど。お客様・ご家族・地域の皆様、揃ってご参加ください。

若い力を取り入れて！  
全ての人たちの意欲を  
高める仕事を

ピュア・サポートグループ

代表 大浦 敬子

最近、今まで以上に仕事がかどる！そして、超楽しい!!!

実は5月から、一般社団法人フミダスと連携し、新しいプロジェクトを始めました。その名も「介護しない介護推進プロジェクト」。

フミダスは、学生さんの意欲を高めるインターンシップというお仕事をしてられます。働くことで学生さんたちは自分たちの未来への道を見つけていきます。

そして、私達は「おとなの学校」を通して、高齢者や働く人達の意欲を高める仕事を。

この二つの企業が同じ方向を向くことで、「介護しない介護」という、介護に関わる全ての人たちの意欲を高めます。

私たちのこれからにご期待ください！





見事に揃った歌と手拍子

## 練習の成果を発揮しました!

**8** 月2日開催のPSG夏祭りのハイライトは「お祭りコンテスト」。各事業所の出し物が並ぶ中で【おとなの学校】本校入所の生徒さんは「ソーラン節」の大合唱に挑戦。体調に個人差があっても「全員の歌声を揃えたい」という目標に向かって練習した成果が実り、歌も手拍子もバッチリ。3位入賞を果たしました。なお、今回は夏の成果発表会を兼ねており、生徒さんには通知表を授与。100歳の女性もオール甲の評価に嬉しそうでした。

## 猛暑を吹き飛ばす太鼓の響き ～太鼓部の生徒さん大活躍～

**7** 月26日、「おとなの学校」本校・太鼓部の生徒さん2名、PSGスタッフ30名、ぎんなん保育園園児卒園生16名の総勢50名で結成したチーム「リバーマウンテン」が、加藤神社の清正公まつり前夜祭に出場しました。同チームは結成9年目、95歳から5歳まで幅広い年齢層のメンバーは例年、前夜祭で大人気です。

今年も沖繩のエイサーを踊り、舞台から飛び出さんばかりの迫力。太鼓部の生徒さんも、授業後に地道な練習を続けた成果をフルに発揮。さすがの猛暑も退散したようです。



パワー全開の舞台に悔いなし!「リバーマウンテン」

## 毎月1回、「三郎映画劇場」オープン



チラシやチケットもある映画鑑賞。上映前は支配人のあいさつも

**「お** となの学校」本校では、5月から毎月1回「映画の日」を始めました。第4回目は8月10日13時15分から「青い山脈」を上映し、約60名の生徒さんに楽しんでいただきました。上映作品は事前に生徒さん達から希望を聞いて決めており、思い出の映画や忘れられない名作などを今後も上映していく予定です。

チラシを見つめながら「私達の若い頃は映画が唯一の娯楽だった」、「吉永小百合は、きれいだっただねえ」など、それぞれの青春が蘇った皆さん。上映後もひとしきり思い出話に花が咲きました。スタッフも、年齢を一気に巻き戻す映画の効用を実感した1日でした。





## 緩和ケア病棟を支えるボランティアの皆さん

【メディカルケアセンターファイン】緩和ケア病棟には現在、患者様の話し相手や行事のお手伝いなどをしてくださるボランティアさん（11名登録）がいます。皆さんは事前に4回の講習を受けて緩和ケアに関する知識を深めた後、希望や都合に合わせて週2回や月1回など、無理のない範囲でボランティア活動を続けておられます。

例えば、談話室でコーヒーを入れる方、行事の準備や後片付けをする方、自宅に咲いた花を持参して飾る方など、活動内容もさまざまです。7月15日の「ソーメン流し」では3名のボランティアさんが配膳や食器洗いなどを分担し、患者様とご家族のだんらんをサポート。緩和ケア病棟では、皆さんの要望や活動日を調整するボランティアスタッフ会議を年4回ほど実施。意見交換の中で、病棟ベランダの植物の手入れや、季節感あふれるコースター作りなども実現しています。



ソーメン流しのお手伝い▶



◀活動日等を調整するボランティアスタッフ会議

### ファイン緩和ケア病棟・ボランティア豆知識

- 緩和ケアボランティア講座を事前に必ず受講(年1回)。
- 要望や活動時間などはボランティアスタッフ会議で調整。
- 「参加できる範囲で無理なく(年1回でもOK)」が基本。
- 手品・マジック等の特技で参加する方もいます。

お問い合わせ：メディカルケアセンターファイン 緩和ケア病棟 ソーシャルワーカー・藤本まで ☎096-383-5555

## メディカルフィットネス ファイン

脳トレを取り入れた介護予防の運動指導も行っています



### フィットネス ファインで健康貯筋しましょう

- 場 所：おとなの学校本校・1階
- 料 金：会員/月額3,240円(税込)
- 回 数：月～日曜まで毎日利用可
- 時 間：10時～18時(12時～13時を除く)
- 内 容：トレッドミル・自転車のほか6種類の機器による運動
- 特 典：個別運動メニューを作成(ストレッチ指導含む) 4ヶ月に一度、体力測定を実施
- 体操教室：週3回(月・水・金)、メディカルケアセンターファイン内で開催 ※下記参照

#### 利用法

### けんこう体操教室

月(毎週)	火(第3)	水(毎週)	金(毎週)
ストレッチ&椅子リズム体操	ストレッチ&腰痛・肩こり体操	ストレッチ&腰痛・肩こり体操	ストレッチ&ボール体操

## 介護予防を始めませんか？ 年齢に応じた元気な毎日を！

介護保険の見直しが進み、健康長寿を目指すことが益々大切になっています。疾病予防施設【メディカルフィットネス ファイン】では、自分の体力に応じた運動プログラムで元気を維持する方々のご利用が増えています。

会員の中には「ゴルフで痛めた腰が、運動を続けることで改善した」(79歳・男性)、「3階に住んでいるので外出時の階段の昇降が心配だったが、週1回の運動で不安が解消した」(75歳・女性)などのほか、「運動することで達成感が得られる」、「休憩中の他のメンバーとの会話が楽しみ」などのご意見も寄せられています。なお、原則として午前11時から30分程度、脳トレを取り入れた介護予防の体操指導のほか、「けんこう体操教室」(下表参照)も開催。皆様の元気づくりをお手伝いしています。

- 「けんこう体操教室」：14時～15時
- 参加料金：1回400円(フィットネス会員の方は無料)
- ★施設行事等により休講する場合があります。事前にご確認ください。
- ★会場はメディカルケアセンターファイン内です。

- 開催日：平成26年 7月 5日・6日
- 開催地：愛媛県松山市
- PSGからの参加者：11名

意欲があれば何でもできる！

## 「第8回 未来地域ケア研究会in愛媛」参加

懇親会のダンスバトルには、PSG感謝祭で大活躍したダンスチーム「笑激派(しょうげきは)」も参加。みんなを笑顔に！をモットーにダンス&爆笑パフォーマンスを披露し、会場を盛り上げました。

「意欲があれば何でもできる」の演題で、生徒さん自身が配茶や血圧測定を行うことで意欲が増し、対話が活発になった例を発表しました。

本校通所リハビリ部の緒方唯が「意欲があれば何でもできる」の演題で、生徒さん自身が配茶や血圧測定を行うことで意欲が増し、対話が活発になった例を発表しました。

また、「おとなの学校」八角堂校介護部の肥田麻衣が「太鼓の力を先輩の背中を見て」の演題で、太鼓部の活動を通じて授業への参加率が高まり、生徒さんとスタッフ双方の意欲向上につながった例を発表。さらに、本校通所リハビリ部の緒方唯が「意欲があれば何でもできる」の演題で、生徒さん自身が配茶や血圧測定を行うことで意欲が増し、対話が活発になった例を発表しました。

**医** 療法人・企業など8施設が参加した「第8回 未来地域ケア研究会in愛媛」が開催され、PSGから11名が出席。大浦敬子代表が代表挨拶で「介護をカッコイイ仕事に！」と述べ、未来の地域ケアのためにも介護職のイメージアップにつながる取り組みが必要と語りました。



ダンスバトルの出場メンバー&応援団



【おとなの学校】八角堂校スタッフの肥田麻衣も発表



代表挨拶をする大浦敬子代表

- 開催日：平成26年 6月21日
- 場 所：熊本県立大学・中講義室
- 参加者：150名
- 発表数：10演題

お客様の幸せのために！

## いいとこまねよう研究発表会

**P**SGでは、より高品質のお客様サービスを目指して、接遇や業務面での改善を続けています。「いいとこまねよう研究発表会」は、他の施設や事業所が試みて成果が得られた取り組みを自分達の職場にも応用し、顧客サービスの向上や職場環境の改善などを図るもの。

6月21日、県立大学で行われた発表会では【おとなの学校】本校や世田谷等々力校などから10演題が発表され、会場とネット回線で結んだ東京事業部からも質問が相次ぎました。発表事例の要旨をご紹介します。

- 施設名：ファイン回復期リハビリテーション病棟
- テーマ：「簡単ルールで整理・整頓」
- 理 由：オムツ入れボックスの使い方や管理がスタッフ間で異なっていた。そのため「オムツが入り切れない」「夜間の蓋の開閉音が気になる」などが課題となっていた。そこで、【おとなの学校】本校の改善例をまねて使用ルールを設定し、スタッフで情報を共有。平成26年4月開始で現在も継続中だが着実に成果が出た。

- ルール**
- ①オムツ補充時の開封方法
  - ②オムツを入れる向きを統一
  - ③正しい入れ方の写真を掲示
  - ④蓋に防音フェルトを貼付、等々

**結果**

誰もが継続できる簡単ルールで明確な意識付けを実践した結果、オムツ交換時の作業効率やベッド周辺の環境整備につながり、お客様やご家族からも「使いやすくなった」と好評。

発表ごとに会場から質問



## PSGの一員として地域活動をサポート

地域の皆さんと  
一緒に！



少子高齢社会による人口減少などに伴い、熊本市でも校区社協や自治会、老人会、子ども会など、地域活動の担い手となる人材が不足しています。ピュア・サポートグループでは、校区の運動会や祭りなどに参加し、地域の活性化を支援。今回はその一例を紹介します。

メディカルフィットネス ファイン 健康運動指導士 ふるや あつし 古屋 篤志

### 地域交流や介護予防で尽力

**P**SGでは大浦敬子代表のもと、企業の地域貢献の一つとして校区運動会や各種行事などに多くのスタッフが参加。積極的に地域に溶け込んでいます。

私の場合、尾ノ上まつり等を話し合う「尾ノ上校区まちづくり委員会」に出席して意見を述べるほか、校区消防団の一員として月1回の見回り活動や、錦ヶ丘公園で開催される“どんどや”の手伝いなどを担当。また、行政が進める介護予防に不可欠な高齢者への運動指導などを含めて6つの活動に関わっています。

さらに、年間約160回（16校区）の「ふれあいサロン」や「いきいきサロン」を支援。高齢者の健康維持に欠かせない運動習慣の大切さを提唱しています。

#### 古屋の関わる地域活動

- 尾ノ上校区まちづくり委員会
- 熊本市消防団 第5分団  
(尾ノ上校区担当)
- 健軍商店街  
「貯筋運動指導者育成事業委員会」
- 熊本市東区役所高齢介護福祉課・  
介護予防の会
- 託麻西校区社会福祉協議会  
にこにこ体操教室
- 画図校区社会福祉協議会・  
介護予防教室

## ★ 地域の皆様のためにファイン広場を提供 ★

### 俵山交流館「萌の里」

- 毎週土曜
- 10:30～13:00



【メディカルケアセンター ファイン】玄関前の「ファイン広場」を毎週土曜日、「萌の里」朝市の場として提供。「近所で買い物ができる便利」と近隣の皆様に喜ばれています。

### ブレッドハウス風土屋「ばんぼう」

- 毎週木曜
- 12:30～13:00頃



毎週木曜のお昼には、菊陽町のブレッドハウス風土屋「ばんぼう」の移動販売車がファイン広場に到着。各種パンは近隣の方を始め、PSGスタッフにも大人気です。

この笑顔で  
ジュースも完売



PSGは地域支援も頑張るぞ～！

今年「はっぴいはうす参番館」のお客様お2人も看板娘として参加。笑顔を振りまく商いが人気となり、あっと言う間に完売しました。また、地域の顔なじみの方々や子ども達との会話・交流もでき、楽しい1日になりました。

〈報告〉はっぴいはうす参番館 久保山正太

## 第11回 俵山校区 夏祭りをサポート

**7**月26日、俵山小学校で開催された「第11回 俵山校区夏祭り」(主催・俵山校区自治協議会等)をPSGスタッフ有志がサポート。救護班として待機したほか、ジュース販売で会場を盛り上げました。

今年「はっぴいはうす参番館」



地域行事はピュア・サポートグループ(PSG)の  
【メディカルフィットネス ファイン】が支援しています

地域行事を  
お手伝いします!

古屋健康運動指導士



## 熱中症を予防して夏を乗り切る

### 尾ノ上校区7町内

7月17日に【メディカルケアセンター ファイン】で開かれた尾ノ上7町内さわやかサロン。回復期リハビリテーション病棟の佐藤師長が熱中症予防に役立つ屋内外での過ごし方、1日に必要な水分量などを話しました。また、体液に近い塩分濃度の飲料水の作り方なども説明。参加者は体によいとされる飲料水の試飲なども行い、水分補給のタイミングと適切な量、塩分摂取の重要性などを再認識しておられました。



## 頭と体をスッキリさせて元気に!

### 帯山西校区社協



5月21日の帯山西校区社協主催の「心と体のイキイキ教室」は、【おとなの学校】で行っている回想法を体験していただきました。参加者は、いくつかのグループに分かれ、若かりし頃の世相風俗などについて大いに語り合いました。また、【メディカルフィットネス ファイン】の古屋健康運動指導士による体操指導もあり、盛りだくさんの内容に皆さんもご満足の様子でした。

## 2014 食と健康フェアで運動指導

### 熊本市健康づくり推進課



5月31日、熊本市動物植物園で開催された熊本市健康づくり推進課主催、「2014食と健康フェア」を【メディカルフィットネス ファイン】がサポート。「貯筋運動」推進中の健軍商店街と連携して、簡単にできて筋力維持につながる運動を参加者に提唱しました。当日は真夏を思わせる暑さでしたが、古屋健康運動指導士とスタッフの動きに合せ、子ども連や女性が熱心に体を動かしていました。

## 商店街の取り組みを支援

### 貯筋運動指導者育成講習会

7月20日、健軍商店街が推進している「貯筋運動」の指導者育成講習会が県総合保健センターで開かれ、同運動を支援している【メディカルフィットネス ファイン】の古屋・立山の両健康運動指導士も参加しました。当日は、鹿屋体育大学の講師から講義と実技指導があり、2名は「具体的な効果などが分かり、健軍商店街での運動指導に活かせる」と、今後の活動への意欲を高めていました。



## 分かりやすい指導が好評

### 画図校区社協



今年5月からスタートした「画図校区介護予防教室」(画図校区社協主催)。7月15日は、約20名の参加者が自宅で簡単にできる「貯筋運動&ストレッチ体操」を実践されました。運動ごとに使う筋肉や動きのポイントを丁寧に解説する【メディカルフィットネス ファイン】の古屋健康運動指導士の指導が、「分かりやすい」と好評を博しています。

## 平成26年9月～12月の地域行事支援予定例(抜粋)

※地域行事の開催日時・内容等は変更の場合があります。

日時	地域名	会場	内容
9月24日(水)10時～	健軍東校区社協	東町団地公民館	園児訪問(敬老会)
10月13日(月)	尾ノ上8町内自治会	灰塚公民館	運動指導
10月26日(土)10時～	尾ノ上まちづくり実行委員会	錦ヶ丘公園	尾ノ上まつり
11月10日(月)10時～	健軍1町内自治会	壱町畑老人憩の家	簡単押絵
11月12日(水)13時30分～	健軍6町内自治会	湖東公民館	健康バランス食
11月26日(水)10時～	健軍3町内自治会	松尾神社	簡単きめこみ
12月3日(水)11時～	尾ノ上校区社協	尾ノ上コミュニティセンター	クリスマスお楽しみ会
12月17日(水)10時～	帯西校区社協	帯山西コミュニティセンター	クリスマス会



PSGの在宅系サービスをシリーズで紹介します

## 園児とのふれあいに、感動とドキドキ。

こんにちは！  
在宅ケアです

④

はっぴいはうす六番館 管理書 山内 美香 やまうち みか



紙芝居を読むお客様と聞き入る園児達



園児との握手に笑顔と涙

- 名称：小規模多機能型居宅介護  
**はっぴいはうす六番館**
- 住所：熊本市東区健軍3丁目48-15(1階)
- 定員：25名(通所15名・泊まり9名・訪問)
- 職員：13名

【お問い合わせ】下記のフリーコールでお気軽に！

**健** 軍商店街のすぐ近くにある「はっぴいはうす六番館」では、スタッフ一同、お客様に「家庭的な雰囲気の中で、お一人おひとりの個性を尊重した生活リハビリ」を実践しています。料理の得意な方にはおいしいご飯やおやつ作りを手伝ってもらい、歌うことが好きな方には十八番の曲を披露してもらったりなど、その人らしさを発揮できる役割や居場所を工夫しています。

また、世代を超えた交流も行い、5月にはPSGの保育施設「こへおいでよ」を訪問。お客様が練

習を重ねた紙芝居のストーリーを読んでもらいました。保育園の玄関で迎えた可愛い園児達の姿に涙ぐみ、お話を読む前は「ドキドキするわ」と緊張の面持ちでも、子ども達がじっと聞き入る中で大役を果たした後は、「ひ孫に会えたようで嬉しい」と達成感と感動でいっぱいの子に、スタッフも手応えを感じました。

「明るく楽しい六番館」がモットーのスタッフ達は、これからもお客様やご家族様、地域の皆様と共に、さまざまなことにチャレンジしてまいります。

## カフェソレに 美味しくてお得なランチ登場！

どなたでも  
ご利用いただけます

【メ】ディカルケアセンター ファイン】ロビーにある「カフェソレ」のメニューなどが新しくなり、お見舞いのご家族や近隣の方などで賑わっています。特に、ランチタイムは「日替わり定食やカレー&スパゲティセットなどが500円と手頃」とお客様が増加。好評の日替わり定食は、ご飯・メイン料理・スープのほか、揚げ物・海藻・旬の野菜・フルーツ・スイーツなど8種類から好きな品を選べるbuffet形式で、お腹がいっぱいになります。なお、buffetは他のセットメニューでも利用できます。また、休憩には200円のドリンクバーがお勧め。コーヒー・ジュース・紅茶などがお代りできます。



日替わり定食(例)500円、曜日ごとに献立は変わります。

- 場所：メディカルケアセンター ファイン1階
- 営業時間：10:00~15:00(ランチタイム11:30~14:00)
- メニュー：日替わり定食500円、コーヒー150円ほか
- 定休日：土・日、祝日

# ピュア・サポートグループのご案内

私たちは、生きる喜びが溢れる場を、世界中に広げるために挑戦し続けます。  
みんなにありがとう！ みんなでおめでとう！

## 介護老人保健施設 おとなの学校 本校

道所・入所・ショートステイ



**Q** おとなの学校って、どんなところですか？

**A** 機能訓練などの介護サービスを学校方式の授業で提供。成果発表会や通知表、部活、卒業式などもあります。“介護しない介護”を授業参観(見学)しませんか。



成果発表会や部活(太鼓部)で個性を発揮



### 自宅

元気なときも、  
介護が必要になっても  
これなら安心！

## メディカルケアセンター ファイン

回復期リハビリテーション病棟・緩和ケア病棟



**Q** どんな病院ですか？

**A** 回復期リハビリテーション病棟と緩和ケア病棟があり、専門性に特化した病院です。一般外来や特定健診も受診していただけます。



小規模多機能型居宅介護

はっぴいはうす(1階)

はっぴいはうす参番館

はっぴいはうす六番館

ホスピケアホーム ファイン(2階)



通い・訪問・泊まり

**Q** 介護サービスは自宅に近い所で受けたいです。

**A** 家庭的な環境と馴染みのスタッフが特徴です。認知症の方を含め、多様なサービスが利用できます。皆で昼食を作ったり、作品作りを楽しむこともありますよ。



## メディカルフィットネス ファイン

健康増進・体力アップ・介護予防

**Q** いくつになっても自宅で元気で暮らすのが夢です。

**A** 健康長寿には適度な運動が大切。軽い運動や筋トレで介護予防に努めましょう。持病のある方への運動指導も行います。



## 特別養護老人ホーム おとなの学校 八角堂校



**Q** 学校形式の特別養護老人ホームは全国でも珍しいと聞きましたが？

**A** ご要望に応じ、身体状況に適した授業を行い、生きる喜びを提供します。ぜひ、ご見学においでください。

当グループにはケアハウス【ゆいの家】、サービス付き高齢者向け住宅【はっぴいはうす式番館】、有料老人ホーム【はっぴいはうす】(2階)、【ホスピケアホームファイン】などもございます。また、訪問看護ステーション【ファイン】、訪問介護ステーション【博寿園】では、在宅療養の方々にケアプランに沿ったサービスを提供します。各施設の利用料金・サービスなどはコールセンター(通話料無料)へお気軽にお問い合わせください。担当者へおつなぎします。

いつも にこ にこ さん

コールセンター **0120-125253** (通話料無料)