

# ロング・ライフ だより 新年度号

第 52 号  
 ○ 発行所 ○  
 社会福祉法人ライフ・タイム・福島  
 特別養護老人ホームロング・ライフ  
 ◎ 発行人員 ◎  
 広報委員会  
 〒960-1241  
 福島市松川町字産子内 1 番地の 1  
 TEL 024-567-5800



施設長  
佐々木 勝彦



春の日差しを感じ、ロング・ライフの木々にも新しい芽が散見される季節になりました。  
 ご利用者様、ご家族様、地域の皆様等、多くの方々に温かいご支援とご協力を賜り、心から感謝申し上げます。  
 私共はご利用者様、ご家族様、地域の皆様と共に「住み慣れた地域で自分らしい生活を続けられるようにする。」ことを念頭に置き、地域にこの施設があつて良かったと言われるよう、今年度も皆様のご指導、ご支援を賜りながら、一層質の高いサービスを提供できるよう努めてまいりますので、よろしくお願い致します。まして新年の挨拶と致します。



## 100歳おめでとうございます



3月11日に佐藤イハラ様の賀寿のお祝いが行われました。  
 この日の天候は、雪が降っていましたが、室内から見る雪はまるで紙吹雪が舞っているようで、イハラ様の誕生日を祝っている様に見えて、とてもおめでたい感じがしました。  
 イワラ様をお祝いする為、水曜日の利用者様、施設長をはじめ多くの職員が出席しました。特製ステージと大勢の出席者に注目され、最初は緊張の様子も見受けられましたが、時間が経過するとともに、緊張もほぐれ、笑顔がみられました。施設長からは祝辞と花束を贈与させて頂きました。  
 節々に伸び伸びと毎日を楽しく、お互いへの感謝の思いが盛り込まれたメッセージには、長生きのヒントが込められているようにも思いました。  
 これからもまだまだ気温の変化が激しい日々は続きますが、ますますお元気に過ごされ、デイサービスに通って頂けるよう職員一同お待ちしております。本日は誠にありがとうございました。



# 松川地域ネットワーク情報

## 福島市松川地域 包括支援センター

### 第2回 松川地域徘徊 模擬訓練実施に向けて

昨年度に引き続き、今年も10月4日(日曜日)に第2回目の徘徊模擬訓練を実施する運びとなりました。今年度は、昨年実施しました美郷地区と石合地区を対象に行う予定です。

今年に入り、2か月に1回の会議を開催し、先日3月19日に2回目の会議を開催しました。今年度は、昨年と違い実行委員の方々に役割をお願いしその役割毎に話し合いを進めているところです。今後とも模擬訓練当日に向けて準備をし第2回徘徊模擬訓練がスムーズに実施できるようにしていきたいと思っています。是非、当日お時間があればご参加いただけるとありがたいです。よろしくお頁、致します。



**安斎**  
主任ケアマネジャー

**平成27年10月4日(日)  
第2回徘徊模擬訓練を行います。**

ご参加よろしく  
お願いします



**渡邊**  
社会福祉士



**佐久間**  
管理者兼  
看護師

### おたっしや健康クラブを今年度も開催致します

おたっしや健康クラブとは、松川地域包括支援センターが主催で実施している65歳からの高齢者や介護認定を受けている方を対象に健康づくりを目的として行っている教室です。

この教室は平成19年度から実施し、今年度で9年目となります。今年度は昨年度より参加者が増え50名位の参加予定です。年々参加者が増えてきているのは、教室の周知がされてきていることや松川町の高齢者の方の健康づくりに対する意識が高くなってきたかと思っております。

今年度も4月から第2火曜日(月1回)で実施していきます。運動を主にウォーキングを取り入れたり、脳の活性化を図る為のレクリエーション等も入れながら実施していく予定です。

今年度教室には参加できなかった地域の皆様で、体操や運動を教えて欲しいとのご希望があれば、松川地域包括支援センターでご紹介できます。遠慮なくご相談下さい。宜しくお願い致します。



**丹羽**  
ケアマネジャー



**板埴**  
社会福祉士

## 総合防災訓練

3月25日に総合防災訓練が特別養護老人ホームで行われました。厨房から出火した設定で、特別養護老人ホームの入居者とデイサービスの利用者様たちが避難の訓練を行いました。本番さながらの気持ちで臨みました。職員による消火器訓練を行い、実際の消化を想定しながら行いました。



**ライフ吉井田  
看護小規模多機能型  
居宅介護事業所**

ライフ吉井田複合型サービス事業所は4月から、名称が変更されました。新しい事業所名は「ライフ吉井田看護小規模多機能型居宅介護事業所」となります。厚生労働省が普及を進めていくための取り組みの一環で、「サービスの内容がよりイメージしやすい名称にした」ということで変更となりました。名称だけではなく、定員の増加等の制度の改定もあり、より地域に密着したサービスを提供できるよう努めていきたいと思っております。

現在、ライフ吉井田は新築移転に向け建設中です。11月にオープン予定です。現在は、足場を組んだ状態ですが、順調に進んでおります。宜しくお願い致します。



現在は、足場を組んだ状態  
(3月下旬)



11月にオープン予定の完成予想図



移転先の地図

**ロング・ライフ  
訪問看護ステーション**

ロング・ライフ訪問看護ステーションを利用して  
杉内さん夫妻から手紙を頂きました。  
その内容を紹介したいと思います。

一昨年9月、県立医大で未破裂脳動脈瘤の手術を受け、12月末に退院しました。船に例えれば、私の身体は沈みかけた状態でした。ところが、退院日から毎日、ロング・ライフの訪問看護師さんが、身体共に心をこめたお世話と励ましをいただき本当に助かりました。手術の後遺症？声帯の神経麻痺により喉にカニューレが装置され、話すことはできませんが、かすれ声で小さく相手の方が、聞きとりにくいことが悩みでした。更に、食事は、水分の助けを借りながら限られた物だけの状態でした。寝たきりの状態が長く続き、体力が衰え訪問看護師さんに手助けを受けながらリハビリを行って頂きました。

この間は、なかなか自分の病気を前向きに受け入れる事が出来ず訪問看護師さんに迷惑をかけましたが、いつも笑顔で接して頂き、勇気を自覚するようになりました。

初めての看病と家事に不安な夫にたいしてもなにかと、指導いただきおかげさまで、その成果が表れ、共に闘病と時折小さな楽しみを作りながらの日々を過ごしております。

これからも夫共々訪問看護師さんにおすがりすると思いますが、心身共に元気になるよう頑張ります。

この度の体験を通じて、「看護師さんの重みと尊さ」を認識致しました。これからもお世話になります。よろしくお願い致します。

杉内 政子



ロング・ライフ訪問看護ステーション  
管理者:足立 ☎563-6147



手紙をくれた杉内さん夫妻

# 特別養護老人ホーム ロング・ライフ

金谷川小学校児童来園



2月16日と20日に金谷川小学校の生徒に来園して頂き、けん玉や合唱、合奏を披露して下さいました。素晴らしい歌声や楽器の演奏、大小さまざまなけん玉の技術に皆様楽しませていました。



## さくら幼稚園園児とひな祭り

3月3日に施設内でひな祭り行事が行われました。さくら幼稚園の園児に来園して頂き、ダンスや歌を披露して頂いています。アンコール曲も用意して下さい、皆様とても楽しませました。園児たちの一所懸命な姿に利用者様達は元気を貰っていました。



# フクチャンち 通所介護事業所

地域の皆様と味噌作り

2月27日に地域の皆様と一緒に味噌作りを行いました。今回も、グループホームと合同で、行いました。機械を使い大豆をつぶしたり、空き瓶で叩いて細かくつぶす作業を行いました。「昔はこうやってみんな作ったんだよ」と言われ、地域の皆様に教わりながら行いました。  
今年も一年分の味噌を作りました。10月に完成するのが待ち遠しいです。



# 松川町をヨガの町にします！

国際的なヨガの資格を持つ当法人の作業療法士渡邊陽一氏が、職員にむけてヨガを指南して頂きました。約1時間程、汗を流し、身体や精神ともに鍛えられ癒されました。  
松川町をヨガの町にしたいという当人の強い希望もあり、精力的にヨガに取り組んでおります。これから地域の為、高齢者の皆様にもヨガを提供していきたい、三方の町と言われるように努力して行きたいと思えます。



# 福祉車両助成して頂きました

3月11日に、日本財団から福祉車両の助成をして頂き、ロング・ライフ訪問介護事業所の軽自動車を購入致しました。  
大事に乗っていきたいと思えます。誠にありがとうございました。



グループホーム  
フクチャランチ

鈴木シン様誕生日会

1月22日鈴木シン様の一〇五歳のお誕生会を行いました。ご家族様、所長、利用者様、職員が手作りの昼食膳を食べシン様のお誕生日をお祝いしました。この日は、シン様もご機嫌で大好きなお酒も少し飲まれておりました。これからも元気で長生きし長寿記録を更新して下さい。



3月3日にフクチャランチお雛祭り会を行いました。今年からは近くのお弁当屋さんから、オードブルを取りちらし寿司、桜もち、甘酒は手作りをしてバイキング方式での昼食でした。3時のおやつには、お雛様を飾り美味しい桜もちを食べ全員で記念写真を撮りました。楽しい一時を過ごしました。



24時間訪問  
介護看護事業所

定期巡回・随時対応サービス  
普及フォーラム

2月4日、宮城県庁にて「定期巡回・随時対応サービス普及フォーラム」が開催されました。初めに、厚生労働省 老健局 振興課 課長補佐の稲葉好晴様より「地域包括ケアにおける定期巡回・随時対応サービスの役割」について基調講演がありました。

続いて当事業所より「24時間定期巡回・随時対応型訪問介護看護事業」見えてきた課題について」と「同居利用者様の看取りを経験して」という2つの題目で事例報告をさせて頂きました。実際のサービス提供状況を集計したデータやそこから見えてきた課題の説明、事業所一丸となつて取り組んだ同居利用者様の看取りの経過等発表させて頂いた後、会終了後には多くの参加者より質問や今後の宮城県での事業展開にあたり助言を求められ、関心の高さが伺えました。



ライフ吉井田  
料理教室

ライフ吉井田では、毎月第2水曜日に地域の方と一緒に料理教室を開催しています。当法人の管理栄養士、吉井田居宅事業所のケアマネジャー、理学療法士等も参加して楽しく行っております。料理教室の後に「ちよこつと講座」も行っています。ちよこつとした話題を提供しています。今年度も開催しますので、10時からは「ちよこつと体操教室」を開催しています。多くの参加をお待ちしております。

【料理教室スケジュール】

- 4月 8日 旬なキャベツを使って
- 5月13日 春の山菜料理
- 6月10日 ちまきを作ろう！



毎月第2水曜日 10:00~13:00  
参加費200円  
ライフ吉井田居宅 担当：島貫まで  
**024-563-6146**

# 新入職員紹介 平成27年2月以降に入社された方です。(順不同)

**氏名：村上 勉**

所属：ライフ吉井田看護小規模  
資格：介護職員



福祉の仕事は初めてなので、出来るだけ早く戦力になれるよう頑張りたいと思います。

**氏名：甲野藤 仁**

所属：ロング・ライフデイサービス  
資格：介護福祉士



運転手として頑張ってきたので、早く覚えることができたいと思います。よろしくお願いします。

**氏名：丹野 修子**

所属：ロング・ライフデイサービス  
資格：簿記検定3級



趣味はガーデニングとカントリーダンスを作ることです。よろしくお願致します。

**氏名：大波 努**

所属：ライフ吉井田看護小規模  
資格：社会福祉士



一生懸命勉強し、一生懸命やらせられるように頑張りたいと思います。よろしくお願いします。

**氏名：遠藤 朱里**

所属：ロング・ライフ  
資格：ホームヘルパー2級



明るく、元気な笑顔です。まだ、未熟者ですが、宜しくお願いします。

**氏名：松崎 拓真**

所属：ロング・ライフ  
資格：介護福祉士



4月から職員の方々と一緒に働いていきます。よろしくお願いします。

**氏名：尾形 則子**

所属：ロング・ライフデイサービス  
資格：介護職員初任者研修



介護の仕事は初めてですが、皆さんと一緒に頑張ります。よろしくお願いします。

**氏名：高橋 和代**

所属：指定居宅介護支援事業所  
資格：介護支援専門員



久しぶりの仕事復帰で、何かとご迷惑をおかけするかもしれませんが、よろしくお願いします。

**氏名：塩 勇吾**

所属：訪問看護ステーション  
資格：看護師



浅草で人力車を引いていた頃に、看護師を目指し、妻の実家のある福島で、縁があまりよくありません。よろしくお願いします。

**氏名：遠藤 来未**

所属：ロング・ライフデイサービス  
資格：介護職員初任者研修



少しでも早く馴染めるように頑張っていきます。よろしくお願いします。

**氏名：涌井 ひかる**

所属：ライフ吉井田看護小規模  
資格：介護職員初任者研修



介護職員として頑張ります。みなさんのご指導をよろしくお願いします。

**氏名：菅野 ちはる**

所属：フクチャンち  
資格：介護職員初任者研修



明るく笑顔です。元気に頑張ります。よろしくお願いします。

**氏名：渡邊 一美**

所属：松川地域包括支援センター  
資格：社会福祉士



先輩達から沢山の学びを得たいと思います。よろしくお願いします。

**ちょっと豆知識**



ふくらはぎがついた時の対処方法  
アキレス腱と足の裏の筋を伸ばす。  
■普段から、段差を利用して、このストレッチを行うことも有効だそうです。呼吸を止めずに行いましょう！

**編集後記**

春がやって来て、花粉の飛び交う季節となりました。花粉症のかたにはつらい時期だと思います。外に出てウォーキングも良い季節です。転倒と花粉に気をつけて過ごして行きましょう。  
広報委員長