

# ロング・ライフ だより

第64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◎

広報委員会

福島市松川町字産子内1番地1

☎ 024 (567) 5800

## 新年度のご挨拶



施設長

久保田 尚子

暖かな春の日差しを感じる季節となりました。日頃よりご利用者様をはじめ、ご家族、地域の皆様には、温かいご支援とご協力を賜り心より厚く感謝申し上げます。

4月から新規卒業の方が4名加わりました。住み慣れた地域で自分らしい生活を続けられるよう、利用者様に安心してご利用いただけるよう、職員一丸となりより一層質の高いサービスが提供できるよう努めて参ります。

また、地域の福祉ニーズに対応するサービスの充実を図り、地域に根ざした施設作りを実現していきたいと思っております。

今後とも変わらぬご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。新年度の挨拶といたします。



## 高野ミエ様百歳 おめでとうございます



平成30年3月23日に、賀寿のお祝いを行いました。当日は、ご家族様をはじめ、県北保健福祉所の五十嵐様や松川支所の菅野様など、多くの方が出席し、厳かに記念品の授与を行いました。これからもますます笑顔でお元気にデイサービスにお越しください。この度は誠にありがとうございました。

ロング・ライフ  
デイサービスセンター



# 24時間訪問 介護看護事業所

3月4日にMAXふくしま4階A0Zにて、ふくふくオレンジフェスタが開催されました。  
 当事業所も福島県定期巡回・随時対応型訪問介護看護事業連絡会の事務局を務めさせていただきました。ブースを出展させていただきました。  
 多くの方にご来場いただき、当事業・連絡会の活動内容について知っていただく良い機会となりました。  
 本フェスタは、9月24日にも開催される予定となっております。是非、ご来場下さい。



## 始めよう！わたしたちのまちで介護予防 いきいきももりん体操

お気軽にお電話下さい  
**024-567-5840 (直通)**

### 福島市松川地域 包括支援センター

いきいきももりん体操とは、福島市が平成20年度から介護予防事業で行っていた体操を選びすぐつまとめた体操です。

松川地区では、平成27年度からモデル町内会として美郷地区、石合地区がスタートしております！又、28年度からは本町地区が新たに加わり毎週元気に体操に参加されています。  
 体操を継続する事で体力が付き、杖やシルバーカーがいなくなつたという嬉しい意見が出ております。

松川地域包括支援センターでは、介護予防に取り組み町内会等のグループを募集します。興味のある方は是非ご連絡下さい！

**福島市 いきいきももりん体操**

**さびつき防止体操(準備運動)**

- 1 首 (2回)
- 2 あかきウイペス〜 (両手1キ〜) (3回)
- 3 手の開き・握り (5回)
- 4 手首まわし (両手5回ずつ)
- 5 胸かく体操 (3回ずつ)
- 6 足指しゃんけん (5回)

**筋力アップ&ほくし体操(ストレッチ)**

- 1 尻べったんのひのび体操 (5回)
- 2 太ももすねの筋力アップ (10回)
- 3 太ももすね伸ばし (30秒ずつ)
- 4 かかと上げ (5回ずつ)
- 5 ふくらはぎとアキレス腱伸ばし (30秒ずつ)
- 6 ひざ上げ片足立ち&前後ろけり出し (5回)
- 7 お尻突出しスクワット (5回)
- 8 お尻のストレッチ (10回)
- 9 腰のストレッチ (5回)

**注意**

- ※高齢が原因で、膝関節が痛くなった時、膝関節は少し曲して、お尻を前に出して行ってください。
- ※膝関節を痛くならないよう、お尻を前に出して行ってください。
- ※膝関節を痛くならないよう、お尻を前に出して行ってください。
- ※膝関節を痛くならないよう、お尻を前に出して行ってください。



## 松陵中学校から 車いすの贈呈がありました

平成30年2月23日に、松陵中学校から車いすの贈呈がありました。  
 生徒会活動で、地域社会に貢献することを学ぶ目的で、アルミ缶の回収を行い、車いすを寄付して頂きました。  
 利用者様が使用される他、職員研修等にも使わせていただきます。  
 松陵中の生徒の皆さん、ありがとうございます。



# グループホーム フクチャランチ

## 地域交流みそ作り

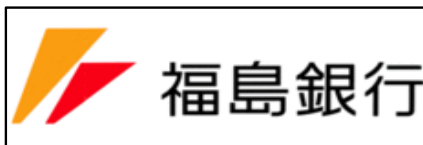
2月22日、毎年恒例となりました地域交流みそ作りがフクチャランチ通所介護事業所と合同で行われました。なじみのある方も初めての方も、協力し合い、あつという間に、樽いっぱい出来上がりました。このみそは、秋の地域交流芋煮会で、芋煮やおにぎりなどに使用したいと思っております。協力して下さった皆さま、ありがとうございました。



# 地域包括ケア施設 ライフ吉井田

3月17日(土)、福島銀行の職員11名の方が、ライフ吉井田へ清掃ボランティアに来て下さいました。今回で2回目となります。

普段はスーツ姿でバリバリお仕事されていると思いますが、この日手にするのは紙幣ではなく、雑巾です。施設の窓、居室の窓をきれいに拭いていただきました。おかげさまで気持ちの良い春を迎えられます。ありがとうございました。



## 第5回認知症SOSネットワーク 模擬訓練

毎年、福島市松川地区で認知症の方が安心して暮らせるよう、徘徊模擬訓練が行われていきます。今年で5回目となります。今年も、福島県から松川地区安心・安全ネットワーク委員会に委託され実施します。開催は、9〜10月になる予定です。皆様のご協力をよろしくお願い致します。



2月16日に、当法人の全事業所で「シェイクアウトふくしま」県下一斉安全確保訓練を実施しました。地震発生後に火災が発生し、屋外まで避難するという想定で実施しました。今後も、災害発生時に素早くかつ的確な行動がとれるよう訓練を実施し、安全で安心した生活が提供できるよう、施設一丸となり取り組んでいきたいと思っております。



# 新入職員紹介 平成30年1月以降に入社された方です。(順不同)

氏名：木村 舞夢

所属：看護小規模多機能型居宅介護事業所  
資格：介護職員初任者研修

初めて介護の経験は初めですが、明るく笑顔が忘れず、頑張ります。よろしくお願いします。



氏名：嶋原 楓恋

所属：グループホームフクチャンち  
資格：介護職員初任者研修

分からないことが多くありますが、一杯頑張りまくります。よろしくお願いします。



氏名：渡邊 智恵美

所属：ロング・ライフ  
資格：介護職員初任者研修

健康で丈夫な体だけですが、柄の私ですが、笑顔が素敵にも介護員とコミュニケーションを取りたいです。



氏名：半澤 廉

所属：ロング・ライフ  
資格：介護福祉士


実習で職員の方に教えていただいたことを活かして、利用者様の生活を支えたいです。頑張ります。



氏名：丹野 博

所属：ロング・ライフ  
資格：大型自動車運転免許

介護の職場は初めてですが、一日も早く慣れるよう頑張りまくります。よろしくお願いします。



氏名：菅田 利男

所属：ロング・ライフデザイナーズ  
資格：大型自動車運転免許

初めての職場ですが、利用者様をお手伝いさせていただきます。頑張りまくります。



氏名：横山 栄喜

所属：松川地域包括支援センター  
資格：介護支援専門員

皆様には笑顔と元氣をお届け出来る様に、頑張りたく思います。宜しくお願い致します。



氏名：佐久間 順子

所属：指定居宅介護支援事業所  
資格：介護支援専門員

ケアマネの先輩を見習い、一つずつ確実に覚えていきたいと思っております。宜しくお願い致します。



不審者侵入時に有効な手段とこのとで、中央病院上野室長、(株)トスネット南東北橋本様をお招きし、さすまた」講習会を行いました。

使い方や相手との向い方など教えていただきました。これからも切実なご利用者様を守るよう努めてまいります。



## 法人内勉強会 さすまた 研修会

平成30年1月16日に、特別養護老人ホーム入所検討委員会が開催されました。

今回から第三者委員の先崎様をお迎えしまして、色々なご意見を伺うことが出来ました。

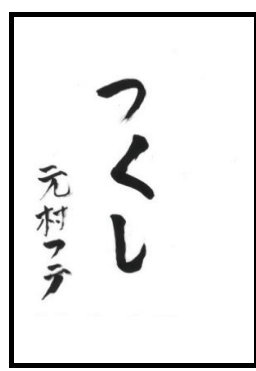
次回の入所検討委員会は4月17日を予定しています。

## 特別養護老人ホーム 入所検討委員会

**編集後記**

今年も花粉の季節がやってきました。くしゃみや鼻水が止まらなく困っています。食事療法が花粉症に有効です。症状が出る時期だけでなく、常日頃に行うことが大切になってきます。

広報委員会



元村 フテ様



鈴木 春美様



渡邊 一彌様

## 利用者様の作品