社会福祉法人　御前崎厚生会
特別養護老人ホーム　灯光園
電 話 (0548)63-3729(代表)
FAX　63-4131
灯光園デイサービスセンター
63-6002
灯光園在宅介護支援センター
63-5116
灯光園居宅介護支援事業所
63-5115

健康に過ごす

施設長　澤島久美子

「ためしてガッテン」を見ました。夜間頻尿の話題でした。「これなら知ってるぞ」と、以前に介護力向上の勉強をした時に学習した、下肢の筋ポンプを思い出しました。心臓が弱るとポンプの力も弱り血液の循環ができず足に水がたまります。浮腫むのです。夜、横になると心臓が楽になり、循環がよくなることで腎臓も活発に働き尿を作ります。夜間頻尿です。足は第2の心臓です。足の筋肉が収縮・弛緩して心臓と同じポンプの役目をします。昼間歩いて筋ポンプを動かし、浮腫んだ足の水を循環させて排尿で排出します。弾性ストッキングがいいと、志の輔さんは言いました。

　夜よく眠りたかったら昼間に足を動かして活動しようということです。

自分らしく生きる

管理栄養士　京極　晶

施設での食生活。どんなものを想像しますか。また、皆さんはどんな食生活を送りたいですか。

私がこの施設に勤めてまず感じたのは、〝自分らしさ〟です。今までの私は施設の食生活に対し「決められたように必要な栄養をとる為の食事」という考えがありました。イメージとしては、病院食のように制限があり、出されるもの以外は食べることができないといった感じです。施設の食生活と聞いて、このような想像をした方もいらっしゃるのではないでしょうか。

灯光園に入居されている方の食生活はどうでしょう。朝はパンが食べたいよ。夕方に晩酌をしたいよ。週に一回はラーメンが食べたいよ。一人一人の希望に合わせて、自分らしい食生活を送っています。ユニットごとに誕生日を祝ってケーキを食べたり、お鍋を作ってみんなで囲んで食べたり、畑でとれた野菜を漬物にしたりとイベントごとも多くあります。もちろん、血圧が高い人や低栄養の人、肥満ぎみの人など食事の工夫が必要な方もいますが、ご本人の希望を叶えつつ必要な工夫を行い、少しでも心身ともに健康に過ごしていただくことが私の役目と思っています。そのためには、一人一人の入居者様とのコミュニケーションを大事にしていきたいと思います。

自分らしく生きぬいたなあ、と感じた入居者様をご紹介します。亡くなる一、二か月前に食事量が少なくなり嘔吐もありましたが、大好きなネギトロだけは召し上がっていました。ネギトロも食べなくなったなあといった頃に、お粥が食べたいと言い主食をお粥に変更しました。また数日すると、次はパンが食べたいと言い、園内にある売店へ出かけてパンを購入しました。体調が復活されたのかな、そう思った数日後、お亡くなりになられました。後に聞いたことですが、この方が元気に過ごされていたころ、「最期の時は自分の好きな物を食べて逝きたい」といった話をされていたそうです。このことを聞いたとき、有言実行されたのだなあと思いました。

さて、冒頭に戻りますが、皆さんはどんな食生活を送りたいですか。現在はどんな食生活を送られていますか。自分らしい生活とはどんなものなのか、ゆっくり考えてみるのもいいですね。

頂いた魚をさばいています。

ブレイクタイム

草履

八木　麻里

松林ろく様から、手作りの布草履をたくさん頂きました。ありがとうございました。「素足に履くととても気持ちがいいよ。」「仕事が終わって履くと、疲れが取れるよ。」とすぐに全部なくなりました。

裏にも布が当ててあります。リハビリに集まった入居のみなさんに見せると「これを作るのは大変なことだ。丈夫に作ってあるのう。」と感心していました。「昔は藁草履を履いて学校に行ったね。」しばらく藁草履の思い出に花が咲きました。

地域の中の防災拠点灯光園

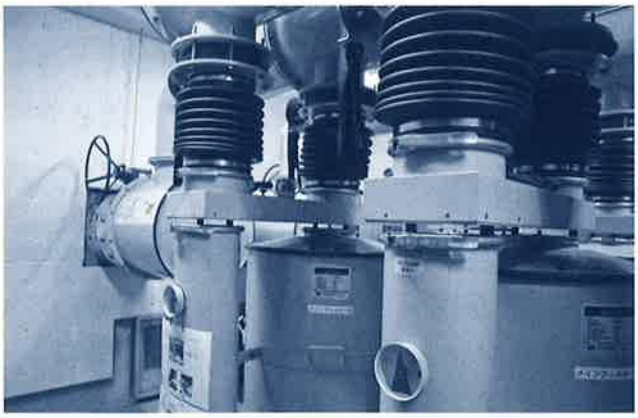
防火管理者　富田　洋一

灯光園は特別養護老人ホームの一つの位置づけのほかに、地域の中で防災拠点として二つの大きな役割を担っています。

一つ目は、福祉避難所という役割です。大規模な地震等による災害により要援護者等が避難を余儀なくされた時に、行政と連携を図りながら地域の要援護者を受け入れるという役割です。通常の避難地では受け入れが難しい要援護者を受け入れることで災害時にその方たちのバックアップサポートをするというものです。行政と協力を密に保ちながら入居者の生活も確保しつつ、地域での要援護者を可能な限り受け入れて支援する、福祉施設ならではの役割です。

さらにもう一つ地域での大きな役割が灯光園の責務としてあります。建物のほぼ半分のエリアを原子力防護としてその機能を有し、有事の際には防護設備機能を稼働させて、被ばくに対して可能な限り防護するという建物構造を備えているという点です。市内や近隣市町村でもかなりの数の防護設備を備えた施設は増えつつありますが、あってはならない有事を想定し、地域で避難を余儀なくされる要援護者も含める想定で入居者66人、短期入所14人、職員勤務配置35人、地域での避難要援護者30人というキャパシティを想定した許容防護機能、３日間、原子力災害から施設の中で身を守るという役割を担っています。本体建物に直結した機械室の特殊な陽圧装置を起動させ、施設の半分のエリアを放射線が建物の中に入らないように建物内部から外部に陽圧をかけ防護体制をとります。ただ、建物の半分エリアであるため、半数の入居者をベッドともども移動したり、建物外部との通気口を塞ぎ、天井裏に配管されている換気ダクトを点検口から手動で遮断したりと、職員総出でその体制を整えます。訓練なくしてできるものではないため、年に１～２回、原子力防護訓練をして職員も迅速にその体制をとれるよう訓練をしています。そして様々な想定の中で３日間の備蓄品等も備え避難支援の体制を待つというものです。

こうして、灯光園は地域での高齢者介護施設という役目とともに、防災拠点として大きな役割を担い日々邁進しています。



陽圧装置

『祝・百寿』

灯光園デイサービス相談員　増田　圭美

デイサービスを利用されている栗林きん様、大澤ちゑ様の百寿を、職員の歌・腹踊り・ケーキで盛大にお祝いしました。「こうして皆に祝ってもらえて嬉しいよ。」と笑顔で言っていただきました。

間違いさがしやパズルで頭の体操をしたり、転倒予防の体操をしたり、何より外出しお喋りするのが楽しいよと元気に話して下さいました。

令和元年度　社会福祉法人御前崎厚生会　事業報告

1　本部

御前崎厚生会　評議員会１回開催　理事会４回開催

評議員会については１回開催し、令和元年度の決算書類及び財産目録について承認をいただきました。

理事会については４回開催しました。

１回目は６月６日で、令和元年度事業報告、決算報告、次期役員候補について、定時評議員会の開催について承認をいただきました。２回目は６月24日で理事長の選定、業務執行理事の選定、評議員選任・解任委員の選定について議題としました。３回目は11月27日で、補正予算の承認、評議員候補者の推薦について議題としました。４回目は３月24日で令和２年度の予算、事業計画の承認をいただき、給食業務委託業者との契約の承認をいただきました。他に就業規則の改正等７件の承認をいただきました。

苦情について

合計７件の苦情がありました。みさき100号に掲載しました。

研修について

外部研修　81の研修に延べ127人が参加しました。

内部研修　19の研修会を行い、延べ191人が参加しました。

ユニットリーダー研修実地研修で19人延べ74日の受け入れをしました。

職業体験で池新田高等学校より２人延べ４日の受け入れをしました。

地域貢献活動について

歯科衛生士が小学校等の歯磨き指導に７回出かけています。

老人会で６回話をさせてもらいました。

事故について

保険請求をした事故が13件ありました。特別養護老人ホームで８件、短期入所で３件、デイサービスセンターで２件の事故でした。その中で骨折の事故が10件ありました。例年より数が増えてしまいました。見守りが十分ではなかったことや、介護職員の技術不足も理由の一つです。実技の研修、お年寄りの身体についての知識の学習が必要です。

2　特別養護老人ホーム灯光園

利用者の状況

平均介護度　3.85　　平均年齢　87.2歳　　最高齢105歳

前年度に比べ入院が多く346日ありました。19人の退所のうち15人の方が灯光園で亡くなられました。自分のお部屋でご家族と最期の時を過ごして頂きます。入所されたのは19人で、在宅から７人の方の入居がありました。

令和元年度はユニットケアに集中的に取り組み始めて４年目です。他施設からユニットリーダー研修生を受け入れました。介護力向上に加え、入居の方に自宅でいた時のような自分らしい生活を送って頂けるようユニットケアに取り組んでいます。

3　灯光園デイサービスセンター

通所介護利用実績　延べ利用人数　…　7,987人

介護予防日常生活支援総合事業利用実績　延べ利用人数　…　364人

１日の利用の平均が32.3人です。昨年より少し増えています。趣味活動の支援等、たくさんの方がボランティアに来てくださいました。ありがとうございます。

4　灯光園短期入所生活介護事業所

延べ利用人数　…　4,038人　　稼働率　…　78.9%　　１日平均11.06人

昨年に比べると減っています。新規で利用して下さる方にリピーターになって頂く工夫が必要です。

5　灯光園居宅介護支援事業所

請求件数　　介護給付　…　1,281人　　予防給付　…　102件

地域で介護保険サービスを使う皆さんの、介護サービス計画の作成やサービスの調整をしています。ケアマネジャー３人で在宅のお年寄りの支援をしています。昨年度と同じような数字です。

6　障害者短期入所生活介護事業所

利用人数　…　40人　利用延べ人数　…　139人

介護保険の短期入所の空きベッドを利用して行っています。

7　灯光園在宅介護支援センター

訪問件数　…　35件

御前崎市包括支援センターと連絡を取りながら、在宅の高齢者の支援をしています。

令和元年度社会福祉法人御前崎厚生会　決算報告

ここに、令和元年度貸借対照表、資金収支計算書、事業活動計算書を公表します。

貸借対照表

令和２年３月31日現在　（単位　円）

資産の部		負債の部	
流動資産計	402,181,001	流動負債	56,771,609
現金預金	320,556,122	事業未払金	8,258,130
事業未収金	78,175,131	１年以内返済予定設備資金借入金	22,040,000
未収補助金	1,615,528	１年以内返済予定リース債務	732,240
立替金	723,886	未払費用	5,943,939
前払金	20,882	職員預り金	1,176,700
前払費用	850,688	仮受金	6,080
前払費用（１年基準による振替額）	238,764	賞与引当金	18,614,520
仮払金	0		
固定資産計	974,253,244	固定負債	137,175,437
基本財産	696,485,799	設備資金借入金	132,240,000
建物	686,326,999	リース債務	244,080
土地	5,158,800	退職給付引当金	4,691,357
定期預金	5,000,000	負債の部合計	193,947,046
その他の固定資産	277,767,445		
土地	45,675,000		
建物	120,740,972	純資産の部	
構築物	16,989,787	基本金	88,240,515
機械及び装置	69,446,126	第１号基本金	51,070,280
車両運搬具	3,830,641	第２号基本金	32,077,835
器具及び備品	12,159,226	第３号基本金	5,092,400
有形リース資産	854,280	国庫補助金等特別積立金	487,843,384
ソフトウエア	3,178,440	その他の積立金	0
退職給付引当資産	4,691,357	次期繰越活動収支差額	606,403,300
長期前払費用	159,176	（うち当期活動増減差額）	24,100,235
その他の固定資産	42,440	純資産の部合計	1,182,487,199
資産の部合計	1,376,434,245	負債及び純資産の部合計	1,376,434,245

平成31年４月１日～令和２年３月31日

資金収支計算書

(単位　円)

収入の部		支出の部	
介護保険事業収入	484,087,878	人件費	322,400,103
障害福祉サービス等事業収入	1,247,010	事務費	55,998,994
借入金利息補助金収入	322,200	事業費	59,931,414
経常経費寄附金収入	566,800	利用者負担軽減額	499,374
受取利息配当金収入	13,515	支払利息支出	3,772,710
その他収入	7,804,838	その他支出	3,356,095
施設整備等補助金収入	696,550	設備資金借入金元金償還支出	22,040,000
固定資産売却収入	550,000	固定資産取得支出	9,945,978
積立資金取崩収入	372,800	積立資産支出	262,200
		ファイナンス・リース債務の返済支出	732,240
合計	495,661,591	合計	478,939,108
		収支差額	16,722,483
		前期末支払資金残高	369,834,905
		当期末支払資金残高	386,557,388

平成31年４月１日～令和２年３月31日

事業活動計算書

(単位　円)

収益の部		費用の部	
介護保険事業収益	484,087,878	人件費	321,316,058
障害福祉サービス等事業収益	1,247,010	事務費	56,237,758
経常経費寄附金収益	566,800	事業費	59,931,414
借入金利息補助金収益	322,200	利用者負担軽減額	499,374
受取利息配当金収益	13,515	減価償却費	60,634,638
その他サービス活動外収益	7,804,838	国庫補助金等特別積立金取崩額	-31,315,745
施設整備等補助金収益	696,550	徴収不能引当金繰入	0
固定資産受贈額	3,940,300	支払利息	3,772,710
固定資産売却益	549,999	その他のサービス活動外費用	3,356,095
		固定資産売却損・処分損	3
		国庫補助金等特別積立金積立額	696,550
		その他の特別損失	0
合計	499,229,090	合計	475,128,855
		当期活動増減差額	24,100,235
		前期繰越活動増減差額	582,303,065
		当期末繰越活動増減差額	606,403,300
		基本金取崩額	0
		次期繰越活動増減差額	606,403,300

灯光園のこの頃

施設長　澤島久美子

コロナウイルス感染の真っ只中です。灯光園でも面会の制限をさせてもらっています。「新しい生活様式」を徹底しておりますが、それでもユニットに入っていただくのにためらいがあります。お年寄りが生活する灯光園にはコロナウイルスには来てほしくはありません。慎重になっています。

そんな中で「オンライン面会」を始めました。といっても職員がまだ慣れていないので、これからしっかりやろうと思って始めたところです。

一人の入居者さんには九州の娘さんがいます。携帯電話を持っているので以前から連絡はよく取っているようです。しかし、お母さんの方は、病気の後遺症があり、おしゃべりが苦手です。話をしてくれるのですが息が漏れてしまい大きな声が出せません。でも、もともと字が上手な方で、職員とは筆談で話すことが多い方です。娘さんに声をかけ、スマートフォンに「ズーム」というアプリを入れていただき、娘さんのスマホと灯光園のタブレットを使い、ズーム面会を開催しました。ですが声が聞こえません。どこかの設定が間違っているのか・・・。解決しませんでした。結局オンライン面会は筆談で行われました。それでも画面を見て手を振る姿はとてもうれしそうでした。

お料理クラブ

管理栄養士　京極　晶

灯光園では月に二回、お料理クラブがあります。お料理が好きな入居者様と一緒に、季節のおやつを作ります。桜餅やおはぎ、夏にはがわを作り、年末には餅つきを行います。また、ユニットでは干し芋やらっきょう漬けをするところもあります。

お年寄りの方からはいつも学ぶことが多くあります。「芋は掘ってから使うまで日が経つ時はもう一回土ん中入れとくだよ」「餅つきの杵と臼は前の日にお湯浸けて置くだよ」

ぜひ、入居者の方と一緒におやつ作りをしてみませんか。

６月梅ヶ枝餅作り

６月１日は開園記念日

八木　麻里

毎年６月になると、園内にあじさいを飾り開園記念を祝います。本年も地域の方の協力を頂き、沢山のあじさいを飾ることができました。ダンスパーティ、満天星、紅・・面白い名前の個性的な紫陽花達です。なかでも一番背が高く、変わった葉っぱで目を引いたのは〝柏葉あじさい〟一緒に写真を撮りました。

編集後記

〝朝、割り箸１本〟

割り箸を口にくわえてください。口角が上がり笑顔になります。その顔を鏡で見ましょう。笑顔、笑顔、良い一日の始まりです。