



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



新年のごあいさつ

施設長 八木麻里

新年明けましておめでとうございませう。

平素、灯光園のことにつきまして、地域、関係の皆様にくささんのご支援、ご協力をいただきまして、ありがとうございます。

さて、灯光園がユニットケア施設として新築移転して15年となりました。多くの出会いがあり、別れがありました。人生の最期は、苦しいものではなく穏やかで静かに訪れることを知りました。どんなに頑張っても家族に代わるものはないことも知りました。灯光園は「施設」ではなく、入居者さんの「暮らす家」を目指しています。

さあ、新しい年が始まりました。灯光園で暮らすのも悪くないなと思ってもらえるよう、ここが温かい場所となるよう、職員一同、頑張ります。ご家族や地域の皆様、本年もどうぞよろしくお願ひします。

令和五年一月

職業体験を通して

御前崎市中学校二年生 鷺坂青弥

今回の職業体験で四つの事を学ぶ事ができました。一つ目の学んだ事は、お年寄りの方々と

のコミュニケーションの取り方です。最初は、どのように接してあげれば良いのか分かりませんでした。でも、お年寄りの

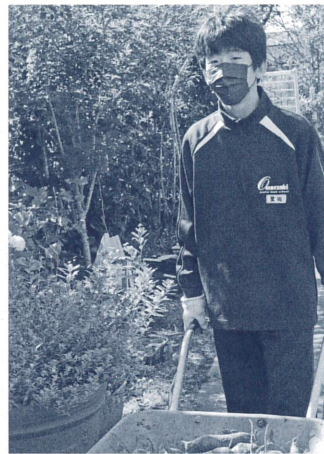
方々と一緒に芋ほりや種まきを行ったことで、どうすれば優しく接してあげられるのか、段々分かってきました。二つ目は、車イスの使い方です。最初はどのようにしたらうまく動かせるのかよく分かりませんでした。でも、使っていくうちにどうしたら乗っている方が、安心できる

のか、どうやったらうまく動かせるのか、段々分かってきました。三つ目は、お年寄りの

方々のお手伝いです。パズルと一緒にした時、どのように手伝えれば良いか、分かりませんでした。でも少しずつ、どうすれば

楽しくできるのが、分かるようになってきました。四つ目は、どのように声をかければ良いかです。後ろに車イスを動かす時など「後ろに下がりますよ」と、声をかけてあげる大切さが、よく分かりました。

最後に、三日間楽しい時間をありがとうございました。介護についてより好きになる事ができました。



職業体験を通して

御前崎市中学校二年生 谷口馨珠

今回の職業体験は、初めてのことでばかりでした。まずは、この職業体験、次は灯光園、そして沢山のお年寄りの方々との関わりでした。初めてのことはか

りだったけど、職員の方々、入居者の方々が、私のことを優しく受け入れてくれて、三日間本当に楽しかったです。

一番最初は、緊張していましたが、職員の方から灯光園について話を聞いていくうちに緊張がなくなりました。話の中で

「灯光園は一〇人が同じ家、それが家族みたい」というのが面白かったです。名刺交換も、沢山の方々とできて嬉しかったし、同じ名字の方がいて面白かったです。職業体験の初めての仕事が、リハビリ補助でした。百歳越えの方が、昔のことを話してくれました。今はないことを話してくれて面白かったです。職員の方が、お年寄りの方に話しかける時、大きな声で話したり、次の話す言葉ができていて凄いなと思いました。また、お年寄りの方と輪投げをしたり、ボールで遊んだり、編み物を教えてくれて嬉しかったです。二日目は、芋ほりでした。芋を運んだり、シャベルを使っ

たりすることは大変だったけど、途中でお年寄りの方の笑顔を見ると、疲れが吹っ飛びました。これが介護士のやりがいなのかなと思いました。また、お年寄りの方が芋をほるのも凄いなと思いました。三日目は、球根植えと種まきをしました。その時にお年寄りの方がほめてくれたので嬉しかったです。最後は、車イスの説明でした。両手両足が使える人は簡単かもしれないけど、どこが使えない人は大変だということ学びました。

今回の職業体験で、介護士になろうか、迷ってしまいました。そのくらい三日間が楽しかったです。本当に三日間ありがとうございました。ありがとうございました。



「元気に過ごそう」

灯光園デイサービスセンター

水野圭巳

みなさんは、毎日の生活において目標を持っていますか。

子供のころには、「足が速くなりたい」「大きくなったら、学校の先生になりたい」と様々な夢・目標を持っていました。その為には、かけっこの練習をしたり、勉強を頑張ったりしましたね。年齢を重ねてからも同じだと思います。

デイサービスをご利用の皆さんも目標を持って生活しています。「庭に花をまた、育てたい」「トイレは自分でいきたい」「ずっと家で暮らしたい」等々…。目標を達成するために、デイサービスでは、個別機能訓練を実施しています。

Sさんは、「以前のように近所の仲間と外で井戸端会議をしたいよう」と笑って目標を言ってくれました。Mさんに目標を

伺うと、「本当は犬の散歩も行ってみたいですよ。怒られるけえがね。それだで、足が悪くなっちゃ困るね」と、本音を話してくれました。目標達成に向けてお二人とも、デイサービスの利用時には、パワーリハビリのマシンで、機能訓練を積極的に取り組んでくれています。

灯光園デイサービスセンターでは平成二十年からパワーリハビリのマシンを導入し、機能訓練に取り組んでいます。パワーリハビリとは、専用のマシンを使用したトレニングです。筋力強化とは違い、軽負荷で全身各部の使っていない筋肉を動かします。軽負荷の利点は、①有酸素運動である為、爽快感が得られる②認知症等の症状改善へ有効な神経系物質が分泌される③安全であることです。

「スタスタ歩けるようになった」と言うような動作・体力が改善され、「外出するようになった」といった心理的活性の改善がみられるようになります。

す。身体の動きが良くなり、疲れにくくなることで、自信がもてます。そこで、今までの趣味であった庭いじりや家での家事を再び行うようになったという行動変容がみられることに期待しています。

デイサービスをご利用の皆様は、年齢を重ね、何らかの不自由さを持ちながらご家庭で過ごされています。この人生(毎日)の目標に向かって頑張っているよう、灯光園デイサービスセンターでは機能訓練はもちろんですが、日々の活動においても様々な支援を提案しています。

まだまだ、コロナウイルスの終息はみえず、自由な行動が思うように出来ていませんが、ご興味のある方は、見学可能です。一度、お声掛けください。職員一同お待ちしております。



俳句教室・生き生きと詠む

それぞれの作品にその人の人生が読みとれ、年若いも心豊かな心情を感じ取る事ができます。

●SMさん

電気毛布でゆったり過ごす冬の夜

●ISさん

ズボン下 はかないでいる八十路です

●KMさん

ブリキの湯たんぽ懐かしい

冬に入る

●YTさん

昔の風呂

水は井戸から子供の役目

●YKさん

子供おぶった日々

子の体温背中にある

●TMさん

遠い故郷 囲炉裏の温みが今もある

●MTさん

火鉢で焼いた餅や切り干しの味
懐かし

ボランティア活動 ～あいがこう～

灯光園

令和四年九月～十一月

ボランティア

(九月)

○日赤奉仕団様 (草取り)

(十月) (十一月)

○本日美知子様

(お花クラブ)

○山崎 麻妃様

(書道クラブ)

令和四年十月

職業体験

○鷺坂 青弥様

○谷口 馨珠様

灯光園デイサービス

令和四年九月～十一月

ボランティア

(九月) (十月) (十一月)

○鈴木 喜夫様 (俳句教室)

各一回

(十一月)

○日赤奉仕団様 (草取り)



スタッフ募集

灯光園では、介護・看護の正規職員、パート職員を募集しています。

資格や働き方、給料についてはご相談ください。短い時間でもお受けします。

介護スタッフの勤務時間

- ・早番 7時～16時
- ・日勤 8時半～17時半
- ・遅番 13時半～22時半
- ・夜勤 22時半～7時半

パートスタッフの勤務時間

- ・4時間～8時間

週2日からでも勤務可能です。

只今、13時半～19時の

5・5時間を急務募集です。

短い時間でも介護ケアができる方は大歓迎です。



スタッフの声

Yくん

以前に勤めていた施設は夜勤の就労時間が16時間でしたが、灯光園の夜勤は8時間で、入居者さんの夜間の見守りが主な仕事なので、身体的な負担は少ないです。僕は3夜勤でも大丈夫です。あと良いのは、年間休日が120日+特別休暇2日＝122日あることです。これは他の施設よりも沢山あるなと思います。

編集後記

正月気分が抜け、
日常生活にやっと
慣れてきました。本
年もよろしくお願
い致します。

お気軽にご相談ください。

担当：八木

連絡先：0548-63-3729