

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



整理

理事長 松下 秀夫

「人間は優秀な動物である。あれも欲しい、これも欲しい、あれも欲しい、これも欲しい、頑張れば達成できる。しかし、同時にストレスや悩みも降りかかってくる。がんばるのもいいが人生も後半を迎えたとき、身の回りを少し整理してはどうでしょうか」という話を聞いた。

私も同感で委嘱されていた役を減らしており、今は整理したおかげで、時間や精神的にも余裕ができた。

時間に追われていた生活から、時間をコントロールできる生活に変わったと感じている。

ただし、過ごし方は人それぞれで「毎日忙しくてたまらんがこれが生きがいだ」という人もいれば「特別やることが無いしあんまり家から出ないよ」という人もいる。

後者の方は、月一回開催の「灯光園喫茶」に足を運んでみてはいかがですか。コーヒーでも飲みながら談笑しましょう。お待ちしております。



100歳を迎え、市長さんと

今年も笑顔で

居心地のよい家をめぐって

介護士 今村 新一

以前の灯光園は、4居室を中心とした大部屋で入居者1人当たりの床面積は、約3畳ほどで、ベッドが大部分を占めていました。

そして平成19年、ユニット型特別養護老人ホームに建て変わると全個室になり入居者1人当たりの床面積は、約8畳になりました。ベッドがあっても広々としていきます。自分が使い慣れた箆笥やテーブル等を持ち込んだのも大丈夫です。

はなさんの居室には、使い慣れた箆笥はもちろんあり、テレビ、冷蔵庫も置かれています。冷蔵庫の中には、自分の好きな食べ物や飲み物が入っています。ちよつとお腹が空いた時や喉が渇いた時すぐに食べたたり飲んだりすることが出来ます。

はるさんの居室には、思い出の写真が壁などにも飾られています。子供との写真、旦那さんとの写真などがあります。写真

を見ながら話しを聞くと照れ笑いをする時もありました。

たまさんのところには、遠方から娘さんが訪れて居室で3泊4日一緒に過ごしました。こちらで簡易ベッドを用意しました。「良かったよ。一緒に過ごさせて。」と大変喜んでいました。

灯光園では施設内を4つの領域に分けて暮らしを作っています。

①居室は、プライベートスペースです。自分の好きにして、一人でゆっくり過ごせると思います。

②ユニットのリビングが、セミプライベートスペースです。入居者の食べる場・くつろぐ場です。

③セミパブリックスペースは、ユニットを1歩出た場所、灯光園には談話室があります。ここでは、書道クラブ・美術クラブ・お花クラブを行なっています。

④パブリックスペースは、地域と交流する場所です。灯光園は玄関を入ったところに地域



居室の一角

ユニットの玄関

交流ホールがあります。地域の方々の展示をしたり、喫茶店を開店して地域の方々が気軽に足を運んでいただけるように工夫をしています。

施設というと病院と同じイメージをしてしまうかも知れませんが、ユニット型の施設は、今までと同じ暮らしができる家なのです。その人らしく、居心地のよい、安心して暮らしていただけるよう生活空間、環境を考えつくっています。

心和俳句教室

秋から冬へ果物の味と渡り鳥

KOさん

あと少し百歳目指してここに生き

FSさん

冬空に寂しく鳴いて鳥一羽

RMさん

晴天の見下ろす港富士は雪

KYさん

つんぎける波よ俺の想いを持ってゆけ

MSさん

思い出の歌冬鳥が来て歌う

YMさん

お祭りで過ごした日々が懐かしく

FSさん

正月が来たテーブルの上は蟹の足

KOさん

朝起きて今日は良い日だ草を取る

KYさん

老いの身の踊りは体操我流型

KYさん

孫歩く親より喜ぶ祖母の顔

MSさん

思い出は遠く遠くに浮いている

RMさん

今朝の富士つながる山々海の青

KYさん

「在宅生活の応援団」

「お話、聞かせて下さい」

灯光園居宅介護支援事業所

相談員 佐藤 僚子

「家でお風呂に入れただよ、一緒にお風呂に入って洗ったよ」

「おむつも寝巻もすつとり替えたよ、布団が濡れると外に干すのが大変だった」

「おじいさまもおばあさまも、両方ともみたよ。ずっと家でみたよ」

介護保険が始まる前、家族で家で介護した方たちの言葉です。その後には

「その頃、介護保険があれば良かったのにねえ、今は良いねえ」と続きます。

介護保険が始まる前、介護が必要になった時に相談できる場所や利用できるサービスは本当に少なく、介護は家族が家で

するのが当たり前でした。食事、排泄、入浴、着替えなど、生活にかかわることのほとんどを家族がやっていました。そのころの方から話を聞くことがあり、このような言葉が聞かれます。

今は介護が必要になった時は介護認定を市に申請して調査を受け、要介護（要支援）認定を受けることで介護（予防）サービスを利用することができます。もちろん今でも在宅での介護は家族の力が一番大きいですが、でも認定を受ければ、訪問入浴や訪問介護、デイサービス、訪問看護、福祉用具のレンタルや購入、短期入所等、状態や介護度に合わせたサービス利用をすることができま

す。それを本人、家族と一緒に考えて在宅での生活を続けられるように援助するのが居宅介護支援事業所のケアマネジャーです。ケアマネジャーは本人、家族

からいろいろなことを聞かせていただきます。今までの生活や生い立ち、好きなこと、趣味や特技 e t c そんなこと介護

に関係あるの？と思うかもしれませんが、たくさん情報をいただくことが、その方にあったサービスの利用につながります。もちろんサービスを利用するのは本人ですので勝手に決めるようなことはしません。本人に確認し、本人が答えられないのであれば一番身近な家族に確認させていただきます。

『こうしてほしい』とか『これはちょっと』と言うことがあれば、ケアマネジャーに教えて下さい。そうした気持ちを聞かせていただいたうえで計画を立て、本人、家族、サービス事業者と検討して良い方法を探っていきます。そしてサービスを利用したらそれで終わりではなく、多くの専門職に意見を聞

き、修正や変更をして状態にあった利用をすすめて在宅生活を続けていけるようにします。

介護保険ができて二十年前です。この二十年前で介護保険があることが当たり前になりました。介護が必要になった時は、サービスを利用することが当たり前になったと思います。介護保険があつて良かった、ケアマネジャーがいて良かった、と思っていただけのようになりたくないと思います。そしてこれからもいろいろなことを聞かせていただきたい在宅での生活を支えて行きたいと思



御前崎中の 地域支援活動を通して

御前崎中 教頭 豊田 彰規

御前崎中学校では、生徒会が中心となり「地域に誇れる御中」(気付き行動 築け信頼)のスローガンの下、生徒たちが様々な活動に主体的に取り組んでいます。

本年度からは、日頃御支援をいただいている地域へ貢献していこうと、生徒会や各部活動が中心となって、地域に出て地域の皆様と交流をしながら活動する地域貢献活動を行っていくことになりました。

5月25日(土)には、弓道部の生徒が、灯光園の畑の草取りボランティア活動に参加させていただきました。当日は快晴で大変暑い中での活動となりましたが、園職員の皆様や家族会の皆様と交流させていただきながら、楽しく活動させていただきました。活動を終えた生徒たちの清々しい顔がとても印象的でした。活動に参加した弓道部の生徒

は、今年の夏の大会で大活躍でした。女子の団体戦は県大会で準優勝、個人戦(笹田遙さん)は優勝し、全国大会出場を果たしました。園関係者の皆様の御声援のおかげだと感謝しております。

11月2日(土)には、弓道部がきれいに草刈りした灯光園の畑で栽培されたサツマイモの収穫に、卓球部の女子生徒が芋掘りボランティアとして参加させていただきました。今回は、入所されているお年寄りの皆様と交流しながら芋掘りをさせていただきました。学校では味わうことのできない体験をさせていただき、生徒たちにとって、達成感と満足感がいっぱいのもボランティア活動となりました。

本校の活動に御協力してくださった園の皆様、温かく迎えてくださった家族会の皆様、ありがとうございました。本校は、今後も灯光園さんへのボランティア活動を継続して行い、「地域に誇れる御中」になるよう努めていきたいと思えます。

ボランティア活動 ～あいがとう～

灯光園

○十一月

- 日赤奉仕団様(草取り)
- 山崎 麻妃様(書道クラブ)
- 小さな親切運動静岡岡県本部様(球根植え付け)
- 御前崎中学校卓球部様(芋掘り)
- 民生委員様(芋掘り)

○十二月

- 大澤 晶子様・小野田 薫様
- 乙坂 昇平様・乙坂 和子様(家族会喫茶演奏)
- 山崎 麻妃様(書道クラブ)
- 友愛クラブ様(もちつき)

灯光園デイサービスセンター

○十一月

- 川口 節子様(絵手紙)
- 鈴木 喜夫様(俳句教室)
- 松井敬次郎様・藤沢 照夫様
- 藪田 忠治様・鈴木 満江様(カラオケ)

○十二月

- 川口 節子様(絵手紙)
- 鈴木 善夫様(俳句教室)
- 松井敬次郎様・藤沢 照夫様
- 鈴木 満江様・川口記代子様
- 藪田 忠治様(カラオケ)
- やまぶさの会様(傘踊り等)
- 松下 肇様(のこぎり演奏等)

ご寄附ありがとうございます。

静岡県退職公務員連盟榛原支部

白羽地区 様

御前崎地区様

生命保険協会静岡県協会

浜松地区 様

職員募集

あなたの力で
みんなを笑顔にしませんか。
お気軽にご相談ください。

担当 澤島

連絡先 63-3729

編集後記

年が明けたと思ったらもう2月です。2月といえば、節分。邪気を払って無病息災を願いたいです。みなさんにとっても、今年が良い年でありますように。