

八瀬の里だより

協力  社会福祉法人 芳清会

■発行 社会福祉法人芳清会 理事長 岡田 留美
〒350-1172 埼玉県川越市大字増形164番地
TEL 049-247-7311(代表) FAX 049-247-7312
<https://www.houseikai-y.jp/> yasenosato@houseikai-y.jp

2024年1月

第26号

新春のごあいさつ

社会福祉法人 芳清会

理事長 岡田 留美

新年明けましておめでとうございます。

昨年七月、開所当初より理事長を務めておりました義父岡田力より理事長の職を拝命し、皆様に支えられ無事に新年を迎えることができました。心よりお礼を申し上げます。

異業種での勤務経験がなく、社会福祉法人の業務はわからない事だらけで職員の皆様には大変ご迷惑をおかけしました。

入所者の皆様が穏やかな毎日を過ごされ、ご家族様から安心して任せてもらえる施設にするべく尽力していきます。

また、職員の皆様の勤務環境の改善にも力を入れ、働きやすい職場にしていくよう努力します。昨年は、五月八日より新型コロナウイルス感染症が五類に移行したものの職員や入所者の感染で、過酷な勤務をお願いしたこともありましたが、職員の皆様が協力し乗り越えてくださいました。本当に感謝しております。

今後も未曾有の事態に見舞われることがあるかも知れません。そのような時でも職員一丸となつて乗り越えていけるよう他者を思いやる気持ちを常に忘れないでください。

本年も相変わりませず、皆様のご協力をお願い申し上げます。謹んで新年のごあいさつを申し上げます。

令和六年

元旦

特別養護老人ホーム 八瀬の里

施設長 岡田 哲

新年あけましておめでとうございます。みなさま今年も健やかな新年を迎えられたことと思います。令和六年の始まりです。

昨年度は新型コロナウイルスも2類から5類になり減少傾向になるかと思われましたが減少幅が少なく思った以上の成果もなくまた意に介さずインフルエンザが早く発症し現在もコロナ・インフルが共存し日常生活に支障をきたしております。昨年度は組織面では理事長が変わりましたが皆様一緒に八瀬の里をより良くしていきます。介護業界を取り巻く環境は厳しい状況に置かれていますがワンチームとして頑張りましょう。施設においては昨年度、コロナ感染・疥癬感染と感染症が問題となりましたが発症する前の予防を職員皆さんで再度勉強してください。一人で悩んでいても解決できませんので他の人の知識も借りて解決してください。そして入居者様、利用者様から八瀬の職員は非常によい介護をしてもらえるとと言われるように努めましょう。私個人的には夏から二度の手術を行い皆様に大変ご不便をおかけしましたが今のところ順調に回復していますのでご安心ください。

最後になりますが今年度も皆様・ご家族様のご健康、ご多幸を祈念し年頭のご挨拶とします。

社会福祉法人 芳清会

特別養護老人ホーム八瀬の里
ショートステイ八瀬の里

デイサービスセンター八瀬の里
居宅介護支援事業所八瀬の里
生計困難者に対する相談支援事業



新年のご挨拶

社会活動回復の中で

生活相談員 遠藤 孝治

新年あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願ひいたします。

昨年より、新型コロナウイルスが5類へと移行となりましたが、感染の規模と脅威が縮小した訳ではない事に些か不安が残った年でした。

円安が進んでの物価高、イスラエルとハマスの紛争と、暗いニュースが多かった年ですが、本年は一日も早く平和が訪れる年となる事を祈るばかりです。

そんな中で、ノーベル平和賞に「ナルゲスモハンマデイ」という、女性人権活動家の方が、ノーベル平和賞を受賞された事に敬意と喜びを感じました。彼女は物理学専攻でありながら、文学にも通じており、幼少の頃より本を沢山読まれたそうです。その多数の書籍を読みながら、心を育んだと手記に記されたそうです。

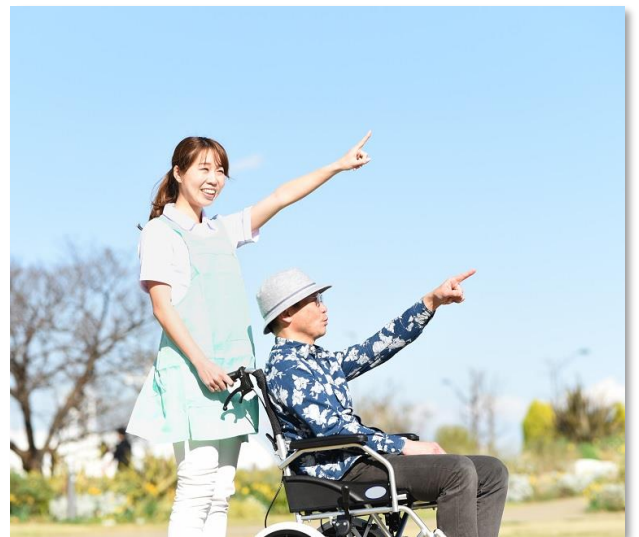
日本の文学については、令和4年より、高校生の国語で「論理国語」と「文学国語」が新指導要領によつて改変され、読解力低下対策として評論文を読みこなし、筋道の通った文章作成能力を育むようになったとの事。ただ、私見ではありますが、こうした力だけが豊かな国語力を形作るのではないと思つています。価値観や思考のベースを、文学作品から学ぶことは多く、感受性の高い高校生の時期に様々な人間の生き方が凝縮された文字に接する意

義は大きいと思います。

たとえば、読まれた方が多いであろう「星の王子さま」の行で、赤いバラの我儘に愛想を尽かして旅に出た王子さまが、狐に「ものごとはね、心で見なくてはよく見えない。いちばん大切なことは目に見えない」と言われ、美しい見た目ではなく内面を大切する事と、誰かを愛する尊さを学びます。「目に見えるものだけに価値を置く生き方は、いずれ目に見えるものに裏切られ、破壊される事を、たった一冊の本が表現する力に、衝撃を受けました。

ナルゲスモハンマデイさんのように、強いメッセージを発する人には、目だけの情報では捉えられない魅力があるのだと思います。その礎には、文学が強く結びついており、人間形成に重要な役割を担っていたことを理解しなければなりません。

最後に、新年を迎えるにあたり、この新しい年も、目に見えない価値を見出し、心の目で見る事の大切さを忘れずに入居者様と歩んでいけたら幸いです。



新年を迎えて

ショートステイ介護主任 荻野 大輔

新年あけましておめでとうございます。本年も特別養護老人ホーム八瀬の里をよろしくお願ひ申し上げます。

昨年は、新型コロナウイルスの感染拡大により、多くのご不便とご心配をおかけしました。利用者様やご家族様の健康と安全を第一に考え、感染予防対策を徹底してまいりました。今年、ワクチン接種の進展など、少しずつ明るい兆しが見えてきています。ショートステイ八瀬の里では、利用者様に快適で楽しい生活を送っていただけるよう、スタッフ一同努めてまいります。どうぞ本年も変わらぬご愛顧を賜りますようお願い申し上げます。

MCS介護の日フェスに参加して
特養介護支援専門員 黛 裕子

皆さま健やかに新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。本年もよろしくお願いいたします。

昨年の十一月十二日にメデイカル・ケア・サービス主催にて埼玉スタジアム2002のビュレストランを貸し切り開催される「MCS介護の日フェス」にご招待頂き参加してきました。埼玉スタジアムを一望できるレストランでの食事やプレゼント抽選会と浦和レッドダイヤモンズVSヴィッセル神戸の観戦チケットをご用意頂きました。食事はグリーンフード(株)のお弁当で大変美味しかったです。

食事を摂りながらの講演もあり、そこで為になるお話を伺いましたので、皆様にも少しご紹介させて頂きたいと思えます。



MCSでは高齢者の方は脱水や低栄養、貧血、便秘、薬の副作用、こんな事が認知症の周辺症状(帰宅願望や介護拒否や抑うつ等の行動・心理症状)に影響しているのではないかと仮説を立て実際に体調を整えていったところ、多くの

場合認知症の困りごとと言われた部分が消失していったそうです。

入居者の栄養状態の調査を千五百名にした結果、食事をほぼ全部食べているにも関わらず低栄養だという方が47%だったり、DMI値が2.4以上いわゆるぼつちやりしている方が低栄養だったり、転倒骨折された方の73%が低栄養、63%が貧血、ふらつきすり足円背の評価がいずれかある方で低栄養の方は69%、貧血の方が50%いたということでした。どういふことかと申しますと、介護施設に入られている介護が必要な方々は栄養状態が悪い方だらけだと言う事です。

高齢者が脱水になりやすいのは、体内の水分量が成人と比べると10%も少ない訳です。喉が渴いたという感覚の機能低下によって脳への水の量も減ってしまいます。そうすると脱水の症状が生まれます。認知症の症状だと思われる、落ち着かない、夜になったら急に元気になる方、これは殆ど脱水の可能性もあるそうです。脱水になると何が起こるのか、食事が減って活動量が減って、心の不調が始まるので薬の量が増えてしまうという悪循環にも繋がっていきます。

同じく高齢者は低栄養にもなりやすい訳ですが、栄養状態が悪い方もイライラ、ウトウト落ち着かない症状が出てきます。ですから、いきなり医師に頼って薬を処方して



浦和レッズのサポーター

もらうよりは先ずは水分を多く飲んで頂く、もしくはたんぱく質を少し増やしてみようかなとか、実は貧血でもイライラしますので貧血はどうかとか血液検査を行うのも良いかもしれません。実際鉄剤を服用しても改善されな方もおられますが、造血にはたんぱく質も必要なので、低栄養の方がいくら鉄剤服用しても良くはならないのです。たんぱく質を摂って鉄剤を服用しないと貧血は改善されません。MCSでは、身体の不調に着目して水分摂取量は1,800ml位が必要な事、食事はたんぱく質三食で80gが必要な事、運動を週四日

以上必要だという事が分かってきたそうです。これからの介護は、科学的分析でのケアが必要となっているのだと改めて再認識できました。今回フェスに参加して得た知識を八瀬の里でも生かしていきたい、入居者様やご家族様、また職員にとっても、より良い施設になっていけるよう精進してまいります。



八瀬の里の秋の創作、「もみじ」が完成しました。入居者様の手に赤や黄色の絵の具を塗り、たくさんの手形をとらせていただきました。切り抜いて、もみじの葉のように飾ってあります。この写真には写っていませんが、隣の窓には、創作に関わっていただいた皆様の写真や、どの手形がどなたの手かわかるように貼ってあります。

面会にお越しの際は、ぜひ入居者様とお散歩しながら一緒にご覧になってください。

新年のごあいさつ

デイサービス生活相談員 黛 桃子

新年あけましておめでとうございます。本年もよろしく願っています。

私は昨年九月にデイサービス生活相談員となりました。以前は一年四か月ほどショートステイの介護職をしていました。その前の職種は建設会社の現場監督で、福祉から離れた仕事をしていました。そんな福祉経験一年八か月しかない私ですが、先輩職員には介護技術を教えて頂き、人生経験豊富な利用者様には大らかな考え方に救われる事が多くありました。利用者様、先輩職員から学んだことを活かし成長していきたいです。

また、昨年九月からデイサービスの職員も大きく変わり、私以外にも数名新しく職員が異動してきました。最初は利用者様にも戸惑いの表情が見られましたが、今は慣れてきて私や新しい職員にも楽しくお話してくれるようになりました。フロア内に写真を掲示したり、デイサービスの入り口に季節ごとに変わるディスプレイ(手作り)を設置したりと、少しずつデイサービスの雰囲気も変わっていています。八瀬の里ホームページにディスプレイの写真を掲示しています。良かったら閲覧してみてください。

最後に、皆様にとって幸多い年となりますようお祈り申し上げます。

「縁起物あれこれ」

特養 機能訓練指導員 渡邊 潤

謹んで新年のお慶びを申し上げます

私は一時期、手ぬぐいを集める趣味がありました。季節によって店頭に並ぶ柄が変わっていく様子を見るのも楽しかったのですが、日本古来の柄にそれぞれ意味があり、ちよつとしたシャレで縁起担ぎをしているところが面白かったです。タヌキの絵柄ならば、「他抜き」。カエルならば「無事帰る」「お金が返る」。フクロウは「不苦労」または「福老」。千鳥柄は「千取り」の意味で、勝運祈願や目標達成。シャレとは違いますが、勝運つながりで言えば「トンボ」も縁起のいい柄として知られています。前方にしか飛べないことから、不転の精神をもつ「勝ち虫」と呼ばれています。あとは、ヒョウタンを六つ並べて描いてあれば、「無病」。日本古来とは違うかもしれませんが、ブタの柄で「トントン拍子に物事が進む」などもありました。ただの言葉遊び、おまじないかもしれませんが、「願い」に遊び心を加えて身近に置く、あるいは贈り物にする、という考え方がいいなと思います。今年の干支の「辰」には「震・振・伸」の意味があり、春の芽吹きに合わせて、万物が身を震わせながら勢いよく成長していく様を象徴しているそうです。

今年も皆様がそれぞれの「願い」に向かって立ち向って行けますよう、お祈り申し上げます。

新年あけましておめでとうございます。

デイサービス介護主任 澁谷 武史

新年あけましておめでとうございませう。本年もよろしくお願いいたします。

私は昨年九月まで、特養で約十年間介護の業務を行ってまいりました。同月に異動となり、デイサービスに配属となりました。特養とデイサービスでは業務内容が異なる事が多く、戸惑いと不安があり学ぶ事が多くあります。中でも、車での送迎において特養時期には経験がなく、利用者様の自宅や道順、身体状況などを把握して行動している同僚や先輩方を拝見し「はたして、自分にはこんなことが出来るのか」と不安でした。日々の業務を行ないながら一人で送迎を任せられ、初めて利用者様をデイサービスに迎え、自宅へ帰って頂いた際は私なりの感動と達成感がありました。まだまだ経験が浅く失敗する事も多いですが、最近では利用者様と車中で会話をし、笑顔が見られるようになり、冗談を言い合いながら「少しでも楽しんでいただけたらな。」という思いで接しております。

まだまだ新型コロナウイルスに予断を許さず、インフルエンザウイルスも流行っております。十分体調に配慮し、皆様・ご家族様の益々のご健康ご多幸を祈願し年頭のご挨拶いたします。



笑顔のために

特養二階介護職員 小林 由美

現在はコロナの感染症法上の位置づけが「5類」に変わり様々な場所への入場制限、イベント開催の緩和、人々の意識などコロナ禍前の社会へと少しずつ戻りつつあります。八瀬の里では安全を考慮し入居者様の外出に制限がありますが、少しでも四季折々、季節の訪れを感じて頂きたく窓や壁に折り紙、画用紙で作成した季節のお花やフルーツなどを飾り一緒に楽しんでおります。入居者様から「きれいなねえ」「焼き芋美味しそうね」と笑顔でお話をされると大変嬉しく感じます。

春は桜と一緒に眺め、夏は梅刈りに出かけ、秋はお祭りレクを楽しみ、冬にはクリスマス会、そして年末年始を一緒にお迎えする。一日一日を入居者様と共に歩み、そして健やかに笑顔でお過ごしいただくために、何がその方に必要であるかをチームで考え臨む個別支援を実践してまいります。



レクリエーション活動について

特養三階介護職員 田中 篤

2024年あけましておめでとうございませ
す。

寒い時期に入り、職員一同、入居者様の体調
管理には注意を払っていきたくと思っております。

3階では、色々なレクリエーションの企画・
実施を職員間で協力し行いました。8月23日
にかき氷レクを開催し、入居者様には「冷たく
て美味しかった」等の好評を頂きました。また、
誕生日レクも企画・開催し誕生日を迎える方
の祝いをしました。秋にはフロア全体での屋台
レクを開催し、入居者様の楽しそうな様子が見
られました。年末にはクリスマス会を企画し、
入居者様には楽しく過ごして頂ければと思
います。レクリエーションや施設の行事などがあ
る日は、入居者様が楽しんで頂けるように支援
をしていきたいと思えます。



八瀬の里 冬の創作が完成しました。

施設内1階廊下にて、特養・ショートステイ・
デイサービスの入居者様・利用者様の作品を集
めて展示しています。「冬の植物を飾る」と題
し、「椿」・「南天」・「水仙」をテーマにして
います。ぬり絵・絵手紙・紙玉創作・書道作品と
様々な形で表現されています。2月の末まで展
示予定です。面会にお越しの際には、ぜひご本
人様と1階までお散歩にいらしてください。
ご本人様と作品と一緒に撮影されるなど、い
かがでしょうか。

冬の植物を飾る



面会の喜び

特養四階介護主任 大石 健太郎

新年あけましておめでとうございます。本年も
どうぞよろしくお願い致します。

入居者様におかれましては、現在もいわゆる
『コロナ禍』での一部制限付きでの生活を送って
頂いておりますが、令和五年五月八日に新型コロナ
ウイルス感染症の位置づけは「五類感染症」に
引き下げられました。それにより未だ時間・場所・
人数などに一部の制限はあるものの直接の面会
を行って頂けるようになりました。ご家族や知人
の方々と直接お会いされると普段見られないよ
うな明るい表情をされたり、普段あまりお話をさ
れない方のお声を聞くことが出来たり、職員一同
本当に嬉しく思っております。

外出・外食・外泊などコロナ禍前までは当たり
前に行えていた行動を再開できる日が来る事を
切に願っております。それまでは施設近隣へのお
散歩や施設内でのレクリエーション活動を充実
させ、入居者様に楽しんで頂ける機会の提供に努
めさせて頂きたいと思えます。



福祉避難所

八瀬の里防災委員

皆様は福祉避難所をご存じでしょうか。福祉避難所とは災害時、一般の避難所において生活に支障をきたす方を受け入れる二次避難所です。川越市は市内の社会福祉施設等と協定を結び福祉避難所を開設する事としています。八瀬の里もその一つで災害の際には福祉避難所として機能する事となっています。昨年の十一月に「川越市総合防災訓練」が行われました。その訓練で八瀬の里でも要配慮者の搬送と福祉避難所の開設訓練で参加させていただくこととなりました。当日は川越市卸売市場に多くの企業、自治体などが集まりました。

マグニチュード7・3の首都直下地震が発生して訓練がスタートしました。会場のアナウンスで八瀬の里が紹介され、福祉避難所の説明がありました。八瀬の里はリフト付車両を使い、車椅子に乗車した要配慮者を乗車させました。その後、本部長の指示で大東西小学校へ搬送します。大東西小学校へ到着し、要配慮者の状況から福祉避難所の対象者との事で八瀬の里へ福祉避難所開設依頼をします。その後、八瀬の里で福祉避難所の開設がされたので今度は福祉避難所へ要配慮者を搬送しました。

この様に一般避難所で生活に支障をきたす方は福祉避難所へ避難する計画となっています。今回の訓練で私どもも初めて福祉避難所開設訓

令和 5 年度川越市総合防災訓練



福祉避難所到着



川越卸売市場の会場



福祉避難所内

練を行いました。開設までの流れなど皆で認識できました。また多くの職員が思ったのは実際の有事ではとても大変な事だろうと感じました。今回の訓練参加は大変貴重な体験でした。川越市防災危機管理室の皆様お疲れ様でした。これからも市民の安全のために優しくお願いいたします。今後は訓練参加できありがたいと思いました。今後起こるであろう災害の際に役立てて行きたいと思えます。



たんぱく質のはなし

管理栄養士 山田 みゆき

ヒトの一日の総消費エネルギーの内訳は、
 ①基礎代謝量 70% ②生活活動代謝量 20%
 ③食事誘発性熱産生 (DIT) 10%となっ
 ています。

まず①基礎代謝量とは、安静にしている時
 に消費されるエネルギーのことで就寝時にも
 消費され、総消費エネルギーの中で一番消費
 率が高いエネルギーです。次に②生活活動代
 謝量とは、日常生活の中での動きによって消
 費されるものです。これはその方の生活動作
 によるところが大きいので個人差がありま
 す。最後③食事誘発性熱産生 (DIT) とは、
 食べた食事を消化吸収するために、内臓や血
 液、ホルモンの変化など細胞が動き出す時に
 使われるエネルギーのことをいいます。食べ
 てエネルギーを摂取しているのに、その食べ
 る行為によって消費されるエネルギーがあ
 る、と一見矛盾しているかのように思えます
 が、私たちの体の中ではそんなエネルギーの
 使われ方があるのです。

この DIT、たんぱく質を食べた時には摂
 取カロリーの 30% のカロリーを消費しま
 す。糖質と脂質の DIT は摂取カロリーの
 5% 程度なので、たんぱく質を摂った時が最
 も効果を発揮することがわかりますね。しっ
 かりたんぱく質補給をすることは、摂り過ぎ
 たエネルギーを効率よく消費することになる

のです。また体組織の中で筋肉が一番消費エネ
 ルギーが高いため、しっかりとたんぱく質を摂り
 運動をすることで筋肉量を増やすことは、基礎
 代謝量を上げ痩せやすい体を作ることにつな
 ぎます。

我々の体は頭のとっぺんから足の先までたん
 ぱく質から出来ています。筋肉も内臓も骨もお
 肌も、体を構成する細胞や組織、そして免疫機能
 をつかさどる抗体、酵素やホルモンまでもメイ
 ド・イン・プロテインなのです。

たんぱく質、しっかりと食べて健康に！



クリスマスの飾り付けをしました

【編集後記】

八瀬の里だより委員

あけましておめでとうございます。お忙しい
 中、今回も原稿を書いていただいた方にはとて
 も感謝しております。ありがとうございます。
 原稿が集まり紙面の編集をし、あらかたレイ
 アウトが決まると原稿が急に生き生きと見えて
 来ます。きっと「忙しいのに原稿を書くの大変
 だわ」とか「原稿を頼まれたけど何を書けばい
 いんだ?」とか思う人も多いかと思えます。し
 かしそんな思いの中、仕上がった原稿を見ると
 どれも良い感じに思えて来ます。不思議ですね。
 私が八瀬の里だよりの編集を担当したのは十数
 年かと思えます。思い返すともっと色々とな
 ることがあったのかなと思う事ばかりです。編
 集は時間がかかるし、本当はとても大変で面倒
 くさくてあまり良いイメージはありません。で
 も仕上がった八瀬の里だよりは思った以上に良
 く見えます。編集の立場からすると「ほっと一
 安心」という所です。新たな年がスタートしま
 した。今年も八瀬の里をどうぞよろしく願い
 いたします。

