

地域共生型福祉施設

やすらの里だより

2019年1月 No16

発行者：やすらの里広報委員会

新たな時代へ

公益社団法人京都府看護協会
天の橋立訪問看護ステーション

サテライトみのり

管理者 三宅 佳代子

「昭和」から「平成」と元号が変わり、30年という月日が流れました。その「平成」という時代も残りわずかです。平成生まれの職員も各事業所には在籍されていて（当事業所には居りませんが）、時代の流れを強く感じるのは私だけでしょうか？

やすらの里が開設されましたのは2013年（平成25年）です。この年は富士山が世界文化遺産に登録されました。また、今ではどこのコンビニでも置かれているコンビニコーヒーが販売されるようにもなりました。そして、2020年夏季オリンピック・パラリンピックの開催地が東京に決定したのもこの年でした。2020年：まだまだ先のように感じていましたが、来年に迫ってきました。

その後5年間様々な嬉しい出来事、悲しい出来事がある中、やすらの里では高齢者から子供まで様々な年代が暮らし、通い、働き、笑顔あふれる月日を重ねてきました。4法人が1つの場所で事業を展開するという新たな取り組みから始まり、今では『やすら』と言う名称も定着し、地域の皆様とも共存できるよう成長してきたように思います。

「平成」と言う時代が終わっても、今までと変わりなく、穏やかに笑顔あふれる場所であり続けたいと思っております。皆様、今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。

◎最近のイベント◎

・やすらの里 餅つき大会（12/22）

昨年末に恒例の餅つき大会を開催しました。山添町長様にはお忙しい中お越し頂き、やすら苑入所者様、ワークセンター花音の利用者様、高齢者住宅の入居者様、デイサービスやショートステイの利用者様と、多くの皆様にご参加頂きました。入居者の方に餅つきをして頂いたのですが、『昔とった杵柄』とはまさにこの事！お餅丸めにしても同様、とにかく皆さんお上手なんですよ～！気が早いですが、また年末には宜しくお祝いしま～す♪



やすら苑

〈つばき体操〉

つばき通り1番地では毎日、体操の時間を設けています。

内容は10時と15時にNHKで放送されるテレビ体操が主流となっております。職員もテレビの横に立って一緒に行っています。御利用者の方々は思い思いに取り組まれますが「動かさな、動かんようになるであかん」と、欠かさず体操される方もおられます。時には、看護師主導のもと「りんごのうた」「てのひらを太陽に」に乗せた体操や「あめんぼの歌の嚙下体操なども行っており、良い刺激となっていると思います。これからも健康に過ごして頂けるよう、体操の時間を大切にしていきたいと思えます。



やすらの旋^{かせ}場

〈生活リハビリ道場〉

平成30年12月26日(水)に、生活リハビリ道場にて毎年恒例の「もちつき大会」を開催しました。今回は平成最後の「もちつき大会」という事で、職員全員で気合を入れています。「よいしょ!」と大きな掛け声とともに職員が餅をつく、大きな歓声が上がりました。

ついたお餅は利用者様にもご協力頂いて丸めてもらいました。腕に覚えのある利用者様が多数おられ、手を真っ白にして丸めて下さいました。つきたてのお餅はぜんざいにして振る舞い、皆さん「美味しい!」と喜んで下さいました。



ワークセンター 花音

〈木下大サーカスを観に行って来ました〉

福祉施設に対するご招待をいただき、12月19日(水)、自治会の取り組みで、利用者9名職員3名で大阪の梅田に来ている木下大サーカスの観覧に行ってきました。当日は天候にも恵まれバスの中では「なぞなぞ」をして多いに盛り上がりました。昼食はしゃれたパスタのお店で食べました。さて、ショーが始まりみんなわくわくしている中、前半はピエロの楽しいパフォーマンスや、ジャグリングショー、オートバイショーなどがあり、後半はホワイトライオンの猛獣ショー、象の逆立ち、

シマウマの輪くぐりなどどれもすごかったので利用者は大変喜んでいました。最後に空中ブランコがあり、みんな「すごい」と歓声を上げていました。帰りのバスで「ホワイトライオンが賢くて可愛かった」とか、「空中ブランコが良かったね」とかみんな目を輝かせて話をしました。また、「今年もどこかに行けたらいいなあ」と話しています。



職員紹介

- ①法人名 ②所属 ③氏名 ④ひとこと



- ① 与謝郡福祉会
- ② やすら苑 つばき通り一番地 介護職員
- ③ 木村 直貴 (きむら なおき)
- ④ やすら苑の開所と同時に介護の世界へ入りました。御利用者の方々が笑顔で過ごせるよう、毎日を楽しんでいます。また、やすら苑のホームページも担当しておりますのでチェックしてみてください。

- ① 丹後福祉応援団
- ② 生活リハビリ道場 相談員
- ③ 白数 美和 (しらす みわ)
- ④ 応援団に入って14年が経ちました。現在は生活リハビリ道場で相談員兼介護職をしています。モットーは“皆さんと一緒に過ごせる一瞬一瞬を大切にしながら、1回でも多く笑顔になってお帰り頂く”です。これからも沢山の笑顔に出会えるように頑張りますので、宜しくお願いします。



- ① 与謝郡福祉会
- ② やすら苑 つばき通り二番地 介護職員
- ③ 能勢 棕子 (のせ りょうこ)
- ④ 母の影響もあり小学校の頃から介護の仕事に興味を持ち、高校卒業後やすら苑に就職しました。普段の生活の中で御利用者の方々から学ぶことも多く、とても勉強になります。周りの職員にも助けて頂きながら、これからもその人らしい生活をして頂けるよう頑張りたいと思います。



サテライトみのり

「家で介護すること・看取ること」～ひとりでがんばりすぎないで～

12月2日与謝野町の知遊館にて、京都丹後保健所・宮津市・与謝野町の主催で“看取りカフェ”がありました。

自宅で家族を看取られた家族や、これから看取られる予定のご家族が対象の家族交流会です。

看取られた後の気持ちの整理やご家族の様々な思いをお聞きし、さらに地域で支援する立場の方々とも話をし、今後の在宅療養や人生の終い仕度について考えるという内容でした。

最初に、在宅で看取りをされた体験者のお話。自宅での介護を決心したが、不安や迷い、疲れ……。介護保険サービスが開始。訪問看護を利用することで、話を聞いてもらったり、顔を見るだけで安心できた。必要なサービスを利用し、家族だけで抱え込まないことがとても大切である。

次にかかりつけ医のお話。支援を通しての役割や思いを話されました。

印象に残ったのは、「人は必ずいつか死ぬ。日本人は死について口にはいけぬ風潮であるが、残りの人生をどうしたいか、自分の気持ちを家族に伝えておくことも大切である。」本当にそう思います。

そして当ステーションの三宅所長による、訪問看護の役割として、実際に経験された事例を紹介。残された時間をどんなふうに過ごしたいか決めていても、その時々には気持ちは変化する。揺れ動く状況の中で、本人・家族の希望に寄り添って援助していかれたお話。

最後は、医師・薬剤師・ケアマネジャー・民生委員・ヘルパー・家族・訪問看護などいろんな職種の人でグループに分かれ、「在宅療養や人生の終い仕度を考えよう」をテーマに意見交換しました。

その中で出た意見で、家族の介護が必要となったとき、一人で抱え込んでどうしたらいいか困っているケースがある。介護保険や医療保険を利用して、その人に必要なサービスを利用することで、少しでも在宅介護の負担が軽減出来たら……。

心配や困ったことがあれば、役場、居宅介護支援事業所、医療・介護関係者など相談してみてください。



地域共生型福祉施設 やすらの里

〒629-2403 京都府与謝郡与謝野町字加悦802番地7

社会福祉法人与謝郡福祉会 特別養護老人ホームやすら苑 特定非営利活動法人丹後福祉応援団 在宅複合型施設やすらの旋風
 施設長 大谷 克則 理事長 三井 真里
 ☎ 0772-43-2500 Fax 0772-43-2501 ☎ 0772-44-1122 Fax 0772-44-1155

社会福祉法人よさのうみ福祉会 ワークセンター花音 京都府看護協会天の橋立訪問看護ステーション サテライトみのり
 管理者 山下 美佐子 管理者 三宅 佳代子
 ☎ 0772-44-0022 Fax 0772-42-2022 ☎ 0772-43-0225 Fax 0772-42-0226



編集後記

冬本番。朝布団から起きるのがつらい季節です。目覚ましは鳴り、あと5分。もう5分……。起きる時間ギリギリになり、ドタバタ仕事に行く毎日。忘れ物したり、電気切ったかな？と不安になったり。「明日は早く起きよう！」決意もむなしく同じことの繰り返し。すんなり起きられるいい方法があれば教えてほしいです（*^_^*）

広報委員 K・D

