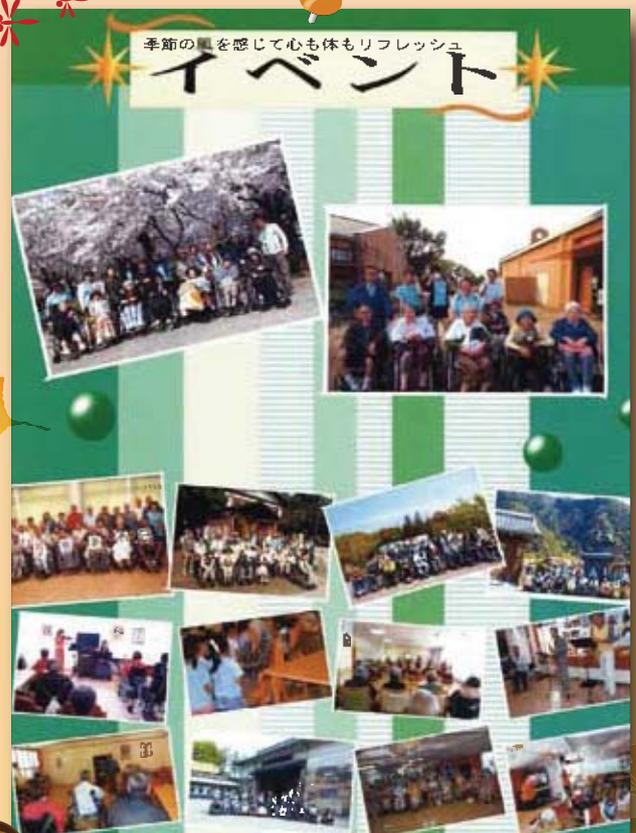
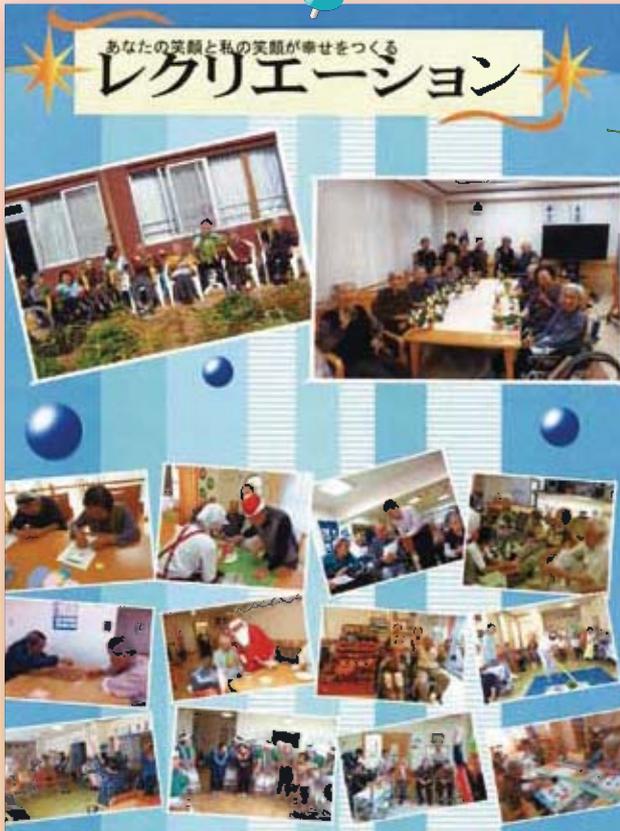




# 中野ケア倶楽部 ニュース



# 秋 ゆうゆう倶楽部



## 要介護度が軽くなったご利用者様

ゆうゆう倶楽部 もとしお 大森つた子 様 67 歳 (要介護度 4→要介護度 1)



**ご本人:** 皆さんにお世話になり、ありがとうございます。俳句作りを趣味としております。『ゆうゆう倶楽部』で気楽にこれからは生活してゆきたいと思えます。ここで生活できる事を有難く思っております。

**西沢 ケアマネ:** 医療機関からもとしおへのご入居となり、日を追うごとに元気になられておられます。もしお美術館に俳句の作品の提供もして頂きました。今後は英会話への挑戦をされるとの事ですますますお元気になってみえます。

ゆうゆう倶楽部 柳ヶ瀬 井上美子 様 88 歳 (要介護度 2→要介護度 1)



**ご本人:** 調子が悪い時や、助けて欲しい時にすぐ気付いてもらえます。家族が近くにいないけど、ここにいれば父母のお墓がある山も見え、安心できる事が沢山あります。

**市橋 ケアマネ:** 腰椎圧迫骨折で入院後、1人での生活が困難になり、平成25年7月末「ゆうゆう倶楽部柳ヶ瀬」に入居されました。入居当時は、腰の痛みが強く整形外科にヘルパーに同行してもらって受診し、定期的な往診や訪問マッサージを受け、今では痛みもなくなり、安心して生活して見えます。

ゆうゆう倶楽部 柳ヶ瀬 加藤研二 様 71 歳 (要介護度 4→要介護度 3)



**堀ケアマネ:** 長年、1人暮らしを続けられてきたが、体調を崩した事と聾啞者であるため独居生活を諦め、平成25年8月から「ゆうゆう倶楽部柳ヶ瀬」に入居される。デイへの通所、柳ぶらをしながら買物などスタッフの支援で持ち前の行動力を発揮され、毎日生き生きと過ごされています。

## ありがとうノート

ご利用者様から頂いた職員へのご褒美の数々です。ゆうゆう倶楽部では、更に多くの喜びを積み重ねて参ります。

### 春日井

トイレにてズボンの更衣介助し綺麗にお拭きしました。「悪いな～ごめん」といわれたので『なにも悪くないよ～あやまることなんか無いよ』と答えると「ありがとうな」

春のレクで名古屋城を訪れた俳句を短冊色紙に書いて渡したら、とても喜んで下さり「ありがとう」朝更衣時訪室すると、「君の話は優しいね」「更衣介助も丁寧だ、ありがとう」「家族が出来なかったことを沢山頂きありがとうございます」

### 南山

今年も無事に南山の夏祭りを終える事が出来夏祭りのダンスも最高でした。ありがとうございます。厨房の皆さん、屋台風で盛況でした。前日からの準備と当日、長時間にわたり本当にありがとうございました。皆様が良くして下さいるので母も落ち着いて暮らせるようになり、私への電話も少なくなりました。皆様のおかげです。ありがとうございます。お花の水を変えたりお声かけをしているので、いつも丁寧ありがとうございますとお言葉を頂きます

### 鳴海

デイからの帰りにお迎えに出た時、『今日はお誕生日会でお刺身がです』とお伝えすると「この頃以前より食事がおいしくなった。ありがとう」血圧が高いのでフラフラするとおっしゃられてたので『一緒に歩きましょう』と手を繋いだら「ありがとう」

### 各務原

朝ケアのあと「ありがとう」最近笑顔が少なくなっていたので私も笑顔をみせて頂くと嬉しくなります。おやつ時、様子がおかしくなったので車椅子で移動。居室に戻って休んで頂くサンキュー就寝前のケアを全部終え「おやすみなさい」というと「おおきに、おおきに」いつも無言で無表情なご利用者様が食事の声掛けにお伺いしたら「ありがとう」とてもうれしかったです。

### 三好

夜間の食堂の床掃除したら、Y様が居室から出てきて、「いつも汚してばかりですみません。ありがとう」と言われ、私は『気にしなくてもいいんですよ。汚したらきれいにするのが私達の役目ですから』と答えたら「ありがとう」前川さんが外の草取りをしてくださっていました。暑い中、勤務終了後に本当にありがとうございます。週末しかみえないのによくやって下さいます。心からありがとう。人数の少ない中、頑張って下さっているスタッフ全員の方へ ありがとうございます。一人一人に感謝です。引き続きお世話になりますが宜しくお願い致します。

### 藤が丘

所長宛に、毎日大変お世話になっており、また心温まるご配慮頂き心から歩く御礼申し上げます。名古屋の娘からも連絡があり、回復したと聞いております。尚、身のまわりについても何時も綺麗に清潔にして頂いていると聞いております。関係者の皆様には心から厚い思いやりをいただいていること感謝いたしております。平林所長の日常の細やかなご配慮の事から生まれるものと本当に感謝し心から厚く御礼申し上げます。今日は行業に連れて行ってくださりありがとう。楽しかったあ～茶わん蒸し、今までで一番美味しかったよ。うなぎも美味しかったあ。でもねバスに乗る時、私だけ歩けなかった。だから今度はバスに乗る時、歩くから。まずは生きる。そして足を治す！そして歩いてバスに乗る！目標ができたから頑張るわね。みんなに感謝ね。又、連れて行ってね。お薬の内服介助の際、「私とあなたで名前と日時といつの飲むか確認しましょう」と声掛けありがとう。声に出す行動はとても大切で模範のヘルパーです。それと、行業の時、ロジさんにご利用者様、ご家族様に気遣ったりして安心して任せられると感謝されていました。ありがとう。行業で、耳が遠くてガイドさんの声が聞けなかったけど、担当のヘルパーさんが一緒にいてくれて声掛けして内容がわかり楽しかったよ。ありがとう

## ドクターからの“アドバイス”

### 『歩く』ことの大切さ もくれんクリニック 前田恵子ドクター



筋力は加齢とともに衰え、量も少なくなります。加齢による筋肉量の低下を「サルコペニア」と言います。「サルコペニア」になると、骨粗しょう症をはじめ様々な病気や寝たきりになる危険が高まり、生活の質も大きく低下します。普段から体を動かし、サルコペニアを予防することは、健康寿命を延ばすためには欠かせません。人は下半身の筋肉が7割を占めますから、ウォーキングをすることは筋力維持に大変効率的で、歩く習慣は全身の筋力維持にも役立ちます。また食べたり飲んだりする舌の筋力も腕の筋肉量に左右されることが分かっており、全身の筋力維持が飲み込みの機能維持にも役立ち、さらに良く噛んで食べることは認知症予防にもつながります。

筋肉が100g減ると、どれくらいの医療や介護の費用負担が増すかを試算したデータがあります。

- ・日本人男性の筋肉100gの値段は25万円！
- ・日本人女性の筋肉100gの値段は32万円！

これは驚くべき数値です。いつからでも間に合いますので、少しでも歩くように努めましょう。



本当に、今まで難しい兄でしたが、ありがとうございました。

起床時、汚染リハバン、ステテコ交換と顔拭きタオルを差出し、「いや～気持ちいい。自分では朝、顔ふかんからな。いい朝だ。ありがとう」

救急搬送で入院時、苦しい息の中「ありがとう」と言って頂きました

気難しい父でしたが、最後までしっかり要望をお聞きして実行にうつし、又、最後まで父が「ゆうゆうに帰る」と言っていたので、すごく居心地

がよかったと感謝いたしております。ありがとうございました

体調すぐれず、入浴中止希望され、足浴を実施したところ、「あ～気持ちよかった。ありがとう」

ここに置いてもらって本当にありがたい。一人じゃ手も足も出ない。ありがとうね

#### もしお

週木曜日のリハビリゆうゆうサロンありがとう。毎週定期的に継続する事は素晴らしい事と思います。

緊急搬送についてきてくださりありがとうございました

日勤がない日に自主的に残ってくれるスタッフのみなさん本当にありがとうございます

歌謡教室の千葉先生、テンポよくステキな歌声で、ご利用者様や私達スタッフは元氣と幸せな笑顔を頂いています

K美術館のHPを見せてくれてありがとう

お客様アンケートの改善策をスタッフ全員に考えてもらいました。とてもいい意見が集まりましたありがとう

もしお美術館の設営ありがとうございます。ご家族様からも有難うと言われました

#### 小 牧

ナイトケア時、「訪問介護記録表の見方を教えてくれ」と質問されたので、一つ一つ説明させて頂き納得して頂けると「そうか。分かった。ありがとう」

眠剤お持ちした時に悩みごと傾聴しました。「忙しい時間にごめんね。ありがとう」

食堂で食事を終え、雑談しておられる、周りがいなくなり気を使われ立ち上がりうされたので、『ここは憩の場、語らいの場でもあるのでゆっくりお話ししてってください』というとうありがとう。ゆっくりさせてもらうね

#### 柳ヶ瀬

柳ヶ瀬カフェの際に「あなたの淹れてくれたコーヒーは美味しいわ。ありがとう」

主人がゆうゆうにお世話になってこんなに元氣になりました。ありがとう

入院中のご利用者様より「早くゆうゆうに戻りたかったわ、いろいろ心配かけお世話になりありがとう」

退去の日が近づき、「本当にあなたにはお世話になりました。息子にもしてもらえない事してもらい本当にありがとう」

居室の湯呑みと急須を洗ってあげました「細かい所まで気を使って下さりありがとうございます」と手書きの色紙を頂きました

「今日のちらし寿司は今までの中で一番美味しかったわ。痩せているから沢山食べて体重を増やしたいわ」

皆さんにお世話になり、本当に幸せです。いつもいつもありがとうございます

#### 稲 沢

Pトイレ処理後、「ありがとう、兄ちゃん」

臥床介助後、『おやすみなさい』言うとう「もう帰っちゃうの?」『あとで又来ますね』「ありがとう」

スイカ割大会でのスイカとても美味しかったと言って下さいました。来年もお願いしますね。ありがとう

早番で出勤すると、玄関にて寛いでおられており、「今日も早からご苦労様だな。いつもありがとうな」

話しがあるとのことで10分程傾聴しましたところ「ありがとう」

発熱に気づき、クーリング等の対応をしてくれて「ありがとう」



春日井



南山



各務原



鳴海



三好





柳ヶ瀬



藤が丘



小牧



もとしお



稲沢



# “ゆうゆうサロン” リハビリ体操

生活総合機能改善機器



## 鳴海



清重ヘルパーをリーダーに鈴木ヘルパーと青木ヘルパーも手伝って鳴海独自の黄色と青色のテープを使った小道具と一緒に楽しく体操をしています

## 藤が丘



水谷ヘルパーを中心に体操をしました。動かせない手や足も音楽の力で少しずつ動くようになり、笑顔がいっぱいになりました

## 稲沢



定山サービス提供責任者がリーダーとなり体操が始まりました。パワーいっぱいの定山S責なのでご利用者様やスタッフも“のりのり”で元気いっぱいです

## 南山



この日の参加は15名 とっても元気のいい窪田ヘルパーがリーダーとなり御利用者様も笑顔で体操をしています

## 三好



戸田サブリーダーを中心に10人程の人が体操をしておみえです。エルダーシステムのおかげでご利用者様がとても健康で元気になってる気がします



## 春日井



宮原サブリーダーを中心に10名参加で、スタッフも思わず『気持ちいいね』と一緒に体操をしました

## 各務原



茂野ヘルパーがリーダーとしてスタッフが思考を凝らしながら御利用者様とエルダーシステムを利用して体操や踊りやカラオケを楽しまれています

## もとしお



原田ヘルパーがリーダーとして15名前後のご利用者様とその日のスタッフとで元気に健康体操を進めています。沢山のご利用者様が参加して下さいるように頑張ります

## 柳ヶ瀬



高木所長が自らリーダーとなり、25名参加のご利用者様と体操をしています。音楽を流す体操をご利用者様が喜ばれリズムカルに手や足を動かされています特に『リンゴの唄』のミュージックが流れると張り切ってるのがわかります

## 小牧



長田ヘルパーを中心に色とりどりのハンカチを手に体操をしています。時々カラオケをしたり、ビンゴゲームをしたりエルダーシステムを有効活用しています

# ジイトップ グローアップ研修



平成 26 年 8 月から 6 ヶ月間の研修が始まりました！平成 26 年 8 月より社内研修体系が大きく変貌します。

新たに外部講師を加え、 **新人スタッフ研修** **中堅スタッフ研修** **サブリーダー研修** の 3 コースとします。

開催は各々年 6 回で、参加メンバーは同一の方としました。これ迄よりさらにレベルアップした研修となります様、講師一同全力を注いでまいります。

## 第一回 開催

平成 26 年 8 月 20 日(水)

【講 師】 武藤 (中小企業診断士) 様、千葉社長、竹山ケアマネ

【受講者】 松本 (春日井)、中島 (藤が丘)、原田 (もとしお)、清水 (柳ヶ瀬)

『求められる人材像』 武藤先生



『介護保険制度』 竹山ケアマネ



『総評』 千葉社長



## 研修内容

- ① ■ 介護スタッフは高齢者が望む生活のコンシェルジュ
  - 組織に於ける目標と自分の行動軸の考え方
  - 介護理念と自分の目的地 ■ 尊厳を与えるケア
  - 今求められている人材像とは → “人格の向上こそが最大のサービスである” 他 7 項目
- ② 訪問介護に於けるサービスごとの区分等 (身体介護・生活援助・介護タクシーと指定訪問介護の通院介助)
- ③ 態度という能力 ・ 雪柳 光の王冠

## 人材サポート委員会 高木 清隆

残暑が厳しい今日この頃体調など崩してありませんか。

人材サポート委員会は 8 月より連続研修が始まりました。新人・中堅・サブリーダー研修を 6 か月一貫して行う事により、深く学べる機会を提供いたします。各職員がしっかり学べる場を今後も継続していきます。

## 介護マネジメント委員会 委員長 千葉 護征

今回は、ヘルパーの人材不足について感じていることをお話し致します。景気が良くなると、介護の分野に人材は集まらないと言われていきます。人は石垣、人は城と武田信玄の「武田節」にもありますが、介護の会社は人が商品であり、また自身が誇りを持たねば良い介護は生まれません。10 年前、山形県の閉鎖寸前の水族館を経営回復させた館長の言葉に「もし、設備や人材に恵まれていたら、今の水族館はないだろう。問題点が出るたびに、知恵を絞りながら前進することで、力をつけてきたんだから」限られた条件の中で最大限の知恵を絞ってこそ新しい改善が生まれるとのことでした。私達もこの体験から学び、これからの高齢化社会の為に改善を繰り返していきたいと思えます。

## 居宅介護支援事業所ジイトップ 玉置紀美子

平均寿命が男女とも 80 歳を超えました。これからは、いかに健康長寿で過ごすか。誰もが安心して過ごせるよう、病気・介護の予防に取り組む事が大切になっています。名古屋市の施策では、高齢者はつつつ長寿推進事業の活動があり、レクリエーションを通しての仲間づくり、趣味や関心のある事を見つけての自主活動や地域活動等々、自分らしく前向きになることを推し進めています。心身をすこやかに保ち生きがいを見つけて、いくつになっても輝いて暮らす。当事業所も高齢者福祉「なんでも相談所」としてご利用いただいております。お気軽にご相談くださいませ！



# ゆうゆうサロン

カルチャー・健康づくり教室・レクリエーション・リハビリタイム・趣味の会等



## 10月

<b>春日井</b>	2 8 11 15 18 25	(火) (木) (土) (日) (月) (火)	お鳴謝 茶園生 会鑑賞 り鑑賞 り鑑賞 り鑑賞 り鑑賞	26 (金)	歌謡教室、誕生会 (ハイキング)	毎食前口腔体操 第2、3日曜：ころぼん体操 毎週日、水曜：DAM体操
<b>南山</b>	4 8 9 12 15 17 25	(木) (火) (水) (日) (月) (火) (水)	リハビリ リズ訪問 の会、カ DAM体 よさこい お茶園 福理美 アター	28 (日)	五条流	毎食前口腔体操 毎週月、金曜：DAM体操
<b>鳴海</b>	4 7 11 14 18 20 21 26	(木) (日) (木) (日) (木) (日) (木) (日)	訪問美 詩歌の 敬老の 健康の 健康の 健康の 健康の 健康の	21 (日)	生花教室 お茶会	毎食前口腔体操
<b>各務原</b>	7 8 9 11 14 15 17 20	(日) (月) (火) (水) (木) (金) (土) (日)	書歌の 歌謡の 歌謡の 歌謡の 歌謡の 歌謡の 歌謡の 歌謡の	21 (日)	生花教室 お茶会	毎食前口腔体操 第2、4日曜：カラオケ 毎週木曜：ころぼん体操 毎週火、金曜：DAM体操
<b>三好</b>	4 7 10 11 12 14 15 16	(木) (日) (水) (日) (木) (日) (木) (日)	歌力理 理美理 理美理 理美理 理美理 理美理 理美理 理美理	21 (日)	カラオケ お茶会	毎食前口腔体操 隔週入替：ラジオ体操 ころぼん体操
<b>藤が丘</b>	4 7 8 15 18 22 23 24	(木) (日) (月) (火) (水) (木) (金) (土)	藤サの お茶の お茶の お茶の お茶の お茶の お茶の お茶の	25 (木)	園児慰問 誕生会	毎食前口腔体操
<b>もとしお</b>	4 6 7 8 11 14 15 20	(日) (土) (日) (月) (火) (水) (木) (金)	訪問理 歌謡教 お月見 よさこ よさこ よさこ よさこ よさこ	21 (日)	カラオケ フラワーアレンジメント	毎食前口腔体操 毎週火曜：ころぼん体操 毎週木曜：せらぼん体操
<b>小牧</b>	5 7 11 14 16 18 21 24	(金) (日) (木) (日) (火) (土) (日) (月)	歌謡教 クラフ 健康の 敬老の クラフ 健康の クラフ 健康の	25 (木)	健康体操 誕生会	毎食前口腔体操
<b>柳ヶ瀬</b>	1 4 9 10 11 12 15	(月) (木) (金) (土) (日) (月) (火)	歌足湯 よさこ 柳力健 柳力健 柳力健 柳力健 柳力健	16 (火)	理美容 足湯 足湯 お楽しみ たんぼ 書力健 書力健 書力健	毎食前口腔体操
<b>稲沢</b>	7 8 9 15 16 18 22 23	(日) (月) (火) (水) (木) (金) (土) (日)	手整リ リハビ 敬老の リハビ お茶会 お茶会 お茶会 お茶会	28 (火)	リハビリカラオケ	毎食前口腔体操

<b>春日井</b>	4 9 10 16 22 25	(土) (金) (土) (日) (月) (火)	お映謝 歌謡の 歌謡の 歌謡の 歌謡の 歌謡の	31 (金)	誕生会 (ハイキング)	毎食前口腔体操 第2、3日曜：ころぼん体操 毎週日、水曜：DAM体操
<b>南山</b>	2 8 14	(木) (火) (水)	リハビ リズ訪問 の会、カ DAM体 よさこい お茶園 福理美 アター	31 (金)	誕生会 (ハイキング)	毎食前口腔体操 毎週日、水曜：DAM体操
<b>鳴海</b>	2 5 9 12 16 19 24 26	(木) (日) (木) (日) (木) (日) (木) (日)	訪問美 詩歌の 敬老の 健康の 健康の 健康の 健康の 健康の	23 (木)	脳トレ お茶会	毎食前口腔体操
<b>各務原</b>	5 9 12 13 14 18 19 20	(日) (月) (火) (水) (木) (金) (土) (日)	書歌の 歌謡の 歌謡の 歌謡の 歌謡の 歌謡の 歌謡の 歌謡の	23 (木)	脳トレ お茶会	毎食前口腔体操 第2、4日曜：カラオケ 毎週木曜：ころぼん体操 毎週火、金曜：DAM体操
<b>三好</b>	2 4 5 8 10 18 19 21	(木) (日) (水) (日) (木) (日) (木) (日)	歌力理 理美理 理美理 理美理 理美理 理美理 理美理 理美理	23 (木)	整髪会	毎食前口腔体操 隔週入替：ラジオ体操 ころぼん体操
<b>藤が丘</b>	5 9 13 19 23 28 29	(日) (木) (日) (月) (火) (水) (木)	サクラ お茶の お茶の お茶の お茶の お茶の お茶の お茶の	31 (金)	ハロウィン	毎食前口腔体操
<b>もとしお</b>	1 5 6 16 18 19 22 26	(水) (日) (月) (火) (水) (木) (金) (土)	宝南小 力訪ラ 力訪ラ 力訪ラ 力訪ラ 力訪ラ 力訪ラ 力訪ラ	31 (金)	ハロウィン	毎食前口腔体操 毎週火曜：ころぼん体操 毎週木曜：せらぼん体操
<b>小牧</b>	3 5 9 12 16 19 21 22	(金) (日) (木) (日) (火) (土) (日) (月)	歌謡教 クラフ 健康の 敬老の クラフ 健康の クラフ 健康の	23 (木)	健康体操 誕生会	毎食前口腔体操
<b>柳ヶ瀬</b>	3 4 5 6 9 15 16 18	(金) (土) (日) (月) (火) (水) (木) (金)	花の信 会信 会信 会信 会信 会信 会信 会信	21 (火)	理美容 健康の 健康の 健康の 健康の 健康の 健康の 健康の	毎食前口腔体操
<b>稲沢</b>	3 7 11 13 14 20 22 27	(金) (火) (土) (日) (月) (火) (水) (木)	お茶会 リハビ 手整リ 手整リ 手整リ 手整リ 手整リ 手整リ	28 (火)	リハビリカラオケ	毎食前口腔体操



本日のメニュー

屋台風メニューに感激!



カラオケ大会1位  
ゆうゆう倶楽部小牧  
中西サチ「瞼の母」



発行元