

花どけい

'12/10/10 No.67



主な内容

- ☆ 地域とのつながり
- ☆ 「安心して心豊かに暮らしたい」
をお手伝い
- ☆ 訪問看護の紹介
- ☆ ご利用者の声
- ☆ 介護のワンポイント



NPO法人ぐるーぷ藤

〒251-0004 藤沢市藤が岡1-4-2

TEL 0466-24-3100

FAX 0466-24-7100

E-mail: npo-fuji@cityfujisawa.ne.jp

<http://www.npo-fuji.com/>

居宅介護支援事業

訪問介護事業

訪問看護事業

小規模多機能型居宅介護事業

障害者グループホーム

高齢者住宅

ボランティア活動

レストラン

ぐるーぷ藤ケアマネジメント

ぐるーぷ藤ホームヘルプ

訪問看護ぐるーぷ藤

ぐるーぷ藤しがらきの湯

藤が岡の家

ぐるーぷ藤一番館

ボランティアすみれ

OHANA(オハナ)

通所介護事業 デイハウス藤の花

〒251-0045 藤沢市辻堂東海岸1-7-28

TEL 35-5600 FAX 35-5800

通所介護事業 デイハウス菜の花

〒251-0037 藤沢市鵜沼海岸2-9-11

TEL 35-7330 FAX 35-7330

発行責任者：鷲尾 公子

お元気でですか

理事長 鷺尾 公子



記録的な暑さも終わり過ぎしやすい季節となりました。しかし気温の変動は相変わらず激しく体調管理に気が抜けません。皆さまにご好評いただいております「コミュニティレストラン「オハナ」も和風メニューを加えて、いよいよ食欲の秋に突入です。

福祉マンションを開設して6年目に入り、お住まいの方々もその方らしく日々を過ごされています。地域においても福祉の駆け込み寺として様々な出来事に対応しており、自分たちの描いた街づくりに一歩ずつ歩みを進め、私たちも充実した毎日を過ごさせて頂いております。

この度「小規模多機能・しがらきの湯」は「複合型・しがらきの湯」に生まれ変わることになりました。4月に改正された介護保険は、さらに在宅重視に駒を進め、ヘルパーと看護師が24時間在宅訪問するサービスと、この「複合型」サービスが新設されました。「複合型」は従来の小規模多機能型居宅介護に訪問看護がプラスされたも

のです。訪問・通い・短期宿泊者に看護師が直接主治医から指示書を受け対応することができます。今後ますます医療依存度の高い方の在宅生活が予想される中で、ご本人にもご家族にも安心して生活をして頂けるようサポートして行きます。秋以降、1階部分の増改築を行い来年2月ごろ開所予定です。

それに伴い従来の「小規模多機能」は一番館より徒歩5分の場所に移転します。こちらも宿泊室を6室用意し、ご家族の緊急に備えます。また開設日を同時にし、ご利用者へのご迷惑を最小限にしたいと考えております。

このところ、内閣府の起業家支援講座の一環で「復興支援型地域社会雇用創造事業」ISB公共未来塾の講師としてたびたび東北三県を訪れています。先日、被災地における「地域の生活の安心」と「地域の活性化と雇用の創出をめざす」目的で行なわれたビジネスコンペに立ち会いました。被災した女性が仮設住宅で皆で力を合わせて助け合ったことがきっかけとなり、仲間と食堂を立ち上げ事業化する提案や、家や全てを流され残った財産は山だけになり、その木を

使った街づくりと仕事起こし等の提案を聞き、繋がることの大切さと人間の強さに拍手を送りました。いつもながら東北に行き元気をもらって帰っている自分に気づかされています。

「藤」が所属する市民福祉団体全国協議会でも継続した東北支援が評価され、大和ハウス工業株式会社より住宅が寄贈されました。「いしのまきハウス」と名付けられ、今後の私たちの被災地支援の拠点として活躍することになります。「藤」メンバーが毎月参加していた被災地バスツアーも12月で最後となり、「いしのまきハウス」での活動に引き継がれます。

市民病院の救命救急センター長・阿南先生による「第5回公開医療講座」や、三重大学・竹内先生の「第20回介護講座」、メンバーを講師とする「スキルアップ研修」等今年度の研修も順調に進んでいます。10月に行われる海外研修はデンマークです。福祉の原点と最新技術を理解するというテーマで研修を行ってきます。



地域とのつながりを大切に！

地域の皆さまからあたたかいご支援をいただき、交流の輪を広げています



「コンフォールの夏祭り」にて。藤が岡の家では、今年も魚釣りゲームを出店。



真剣に願い事書いてるねえ



次もっと早くやるよ



よおし！負けんぞ！

ぼっちりきまった！

ここはこうしてね…



おばあちゃんやさしいなあ



夏休みにガールスカウトの子どもたちが来てくれました。子どもたちが講師になり、手話を教えてくれました。



いつも来て下さる音楽ボランティアの方々。「しがらき」の中に、楽しそうな歌声が響きます。

子どもボランティア

夏休み～スタッフの子どもたちがボランティアとして来てくれます



まねして体操してみてください。はい！腰をひねってえ…



あら。上手にできるもんだねえ

私にまかせて！



子どもボランティアもピアノ演奏のお手伝い



おばあちゃん一緒に「はいチーズ」



また来てね

「しがらき」では、普段からボランティアの方が多くみえ、また子どもたちも学校が休みになると来てくれます。様々な年代の交流があり、いつも刺激がいっぱいです。

介護保険
&
ぐるーぷ藤独自サービス
「本来事業」で

「安心して心豊かに暮らしたい」をお手伝い

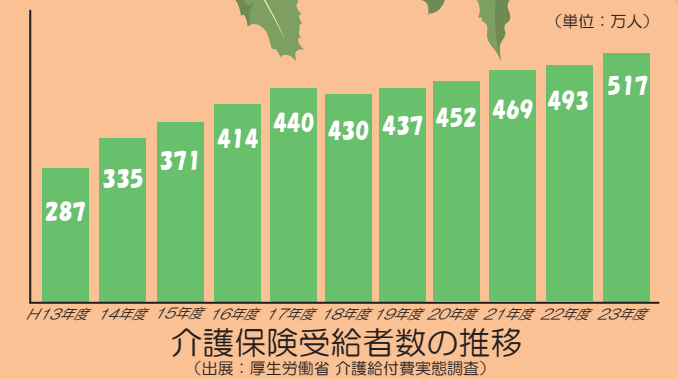


2012年4月、介護保険制度が改正されました。

介護保険制度は施行から12年が経過し、サービスの利用者数が、2011年に500万人を超えるなど、高齢者の暮らしを支える制度として定着しています。
一方で、急速な高齢化、医療ニーズの高い高齢者や重度の要介護者の増加、単身・高齢者のみ世帯の増加への対応など、多くの課題があります。
2012年4月の改正では、制度を長期的に維持できるよう、介護報酬、各介護保険サービスで利用できる時間や単位数の見直しがされました。

介護保険制度の主な改正ポイント

- ・在宅重視
- ・重度者重視
- ・ホームヘルプサービス
⇒滞在型から巡回型に
- ・24時間訪問介護
- ・複合型生活介護



私の場合は、
どう変わるの？

料金が
高くなるの？

時間が短く
なる人も
いるのよね...

介護保険サービスが利用できる時間が見直されたために、実際にご利用時間が短くなった方もいらっしゃいました。
ぐるーぷ藤では、サービスをご利用されている方に、ケアマネジャーとホームヘルプのサービス提供責任者より個々にご説明し、ケア内容の見直しや効率の良いサービスを提供しています。そして、介護保険の対象にならないサービスは、ぐるーぷ藤独自サービス「本来事業」で、20年間変わらず、ご利用者に寄り添ったその方らしい暮らし方をお手伝いする助け合いサービスを続けています。

今まではヘルパーさん
まかせだったことも
自分でもがんばれる
ようになったわ！

介護保険とぐるーぷ藤本来事業を組み合わせる“自分らしい暮らし方”をしていらっしゃる方をご紹介します。

ご利用者も一緒に 共同作業

介護保険の中での工夫

掃除機はヘルパー、
テーブルの上の片づけはご利用者

洗濯干しや取り込みはヘルパー、
洗濯物をたたむのはご利用者

自分のできる事をできる範囲で。
リハビリにもなるし、
ヘルパーさんと一緒にやるのも
楽しいわ！

自分らしく暮らすための お手伝い

介護保険と本来事業の組み合わせ

主婦として家のことをきりもりしてきたが
体調を崩し...

ご本人とご家族のお食事作り

通院と病院内での介助

ご本人とご家族の洗濯

日用品の買い物同行と
お気に入りの喫茶店で
お茶を楽しむ際の見守り

人生をより豊かに 暮らすためのお手伝い

本来事業でより私らしく

横浜の図書館への同行

趣味教室の同行

こだわりの買い物同行

お祭り等地域行事参加の同行

冠婚葬祭出席の同行

年末の大掃除

困った時や手を借りたい時に
本来事業を使えば
馴染みのヘルパーさんたちが
助けてくれる！
安心だわ。

ぐるーぷ藤ホームヘルプ「本来事業」

「さわ」会員*ご入会について

入会の費用： 入会金 1,000円
年会費 1,000円(4月～翌年3月)

交通費： 300円/回

サービス時間：月～金 午前8時～午後6時

◆上記以外のお時間はご相談ください。
*本来事業のご利用者を「さわ」会員と呼びます。

ゆとり

◎高齢・疾患のある方、子育て中の方、自分らしく暮らすお手伝い

- ・「ふれあい」の範囲を超えた家事
- ・大掃除、庭仕事、ペットの世話等
- ・お楽しみのお出かけ付き添い

サービス料金：2,100円/時間



ふれあい

◎高齢・疾患のある方、子育て中の方、困っている方への手助け

- ・日常的な調理、掃除、洗濯、買物
- ・介護保険でできない院内介助等
- ・外出が困難な方の出張理美容

サービス料金：1,260円/時間



藤たすけあい

◎子育てを応援します。

- ・産前産後1か月のお手伝い
- ・双子以上の子育て支援(入園まで)

サービス料金：500円/時間

訪問看護 ぐるーぷ 藤

～在宅療養生活をサポート～

訪問看護サービスの主な内容

健康状態の観察	血圧、体温、脈拍などの測定や症状の緩和
主治医の指示に基づく医療的処置・服薬管理	床ずれの予防や処置、創傷の手当、点滴や服薬の管理など
身体の清潔	清拭、入浴介助など
栄養・食事摂取のケア	脱水、誤嚥、栄養障害の予防、口腔ケア
排泄のケア	排尿、排便コントロール
認知症の看護	心身の状態の観察、安定をはかる
リハビリ	要介護状態の悪化を防止、生活の質の向上など
ターミナルケア	精神的援助、苦痛の緩和をはかる
家族の支援	家族の看護介護負担の軽減を考え、より良い方法を提案します

看護師 紹介

管理者

伊藤 順子



巻淵 静美



福士 千晶



池上 涼子



生活の質の確保を重視し、自分らしく心豊かに安心して暮らしていけるよう、在宅療養生活を支援していきます。

現在5名で、藤の看護部門を支えています

杉田 啓子



心配なことはありませんか？

在宅でも安心だわ

訪問看護サービスを利用するには

直接ご連絡いただくか、主治医、または担当ケアマネジャーにご相談ください。

連絡先はこちら！

(代表)

24-3100

「訪問看護をお願いします」とお伝えください。

「また来週ね！」

片山 道子

12年前に父が亡くなり、私が東京から1泊2日で週2度来て後はヘルパーさんと母の頑張りで何とかやってきましたが、1年半前の胸椎圧迫骨折で様子が一変してしまいました。(現在要介護4、視覚障害者2級)

元気だった頃の母は自分で店を経営してきましたので、頭の引き出しが幾つあるのかと思う程元気で、張り切っておりましたので(その分なかなか手強い母ですが)何とか自分の足でトイレまでは行けるようにさせたい!そんな思いを「藤の花」さんが受け止めて下さって最初はデイサービス、母がスタッフの皆さんに馴れてきたところで「しがらぎの湯」のショートステイに移行させて頂きました。

私も主人との時間を少し持てるようになりほっとしていた矢先、今度は私が右肩を骨折してしまい、とても母を介助できる状態ではなくなりました。そんなとき「緊急時ですから大丈夫ですよ」とすぐに対応して頂き本当に助かりました。

母も週末戻って来たときは軽い足取りで、表情も明るく、送ってくださったスタッフの皆さんへ「ありがとうございます。また来週ね!」と元気に声をかけております。私もあと1か月もすれば元気になれることと思います。主人共々、心から感謝しております。

(しがらぎの湯利用者 谷口和子様 (ご長女))



スタッフ紹介

2011年10月から2012年2月に入会された3名の方々です。

○ 佐久間 由美 10月入会

入会して間もなく一年となります。しがらぎの湯のスタッフとして、ご利用者、ご入居者の方々から笑顔と元気をいただき、日々成長できるよう頑張りたいと思います。

○ 池田 織恵 2月入会

最初は何をして良いか解らず、いっぱいいっぱいの状態でした。でも、そんな私に「ありがとう」と言ってくれる人がいました。嬉しかったです。こちらこそです。これからもその気持ちを大切に頑張ろうと思います。

○ 池上 涼子 2月入会

早いもので、入会して半年が経ちました。スタッフやゲストの方々の笑顔と優しさで続けることができました。これからもよろしく願いいたします。

介護のワンポイント

看護師 巻瀧静美

～ 便秘 ～

便秘って何? どうしてなるのかしら?



排便困難症状の一つ。高齢者は運動不足のため、生理機能の低下から起こり易くなります。また反射が鈍くなり、便意を感じなくなります。

- + 座ることができる人は、座る時間を多くとる。
- + 動ける人は、できるだけ動く。
- + 食事・水分制限がない場合は、繊維質の食べ物や水分を多く摂る。
- + 「の」の字マッサージ…腸の走行に沿って

予防方法や改善策はある??



! 下剤の安易な使用は避けて。まずはお医者さんの受診を!!



! おむつをしている場合、下剤による下痢便は褥瘡の原因になることがあります。

わしおきみかちゃん

本来事業「藤たすけあい」サービスのご利用者
2010年1月生まれの

お世話になりました。

もうこんなにお姉さん!

「藤たすけあい」子育て支援

産前産後一か月は、1時間500円+交通費でケアをお受けします。

ヘルパーさんの沐浴も気持ちいいね!

2010年2月撮影☆

□ 研修プロジェクトより

第5回公開医療講座

日時：7月7日（土）14：00～16：00

講師：藤沢市民病院 救命救急センター センター長 阿南 英明先生

一番館のご入居者のご家族、スタッフ、地域にお住まいの方々も含む多くの方に参加いただきました。救急医、そして災害派遣医療チームの中核メンバーとしての先生のご経験から、「救急医の立場から見た日本人の死生観について」「東日本大震災に学ぶ」等をお話しいただきました。

竹内佐智恵先生の第20回介護講座

日時：8月18日（土）14：00～17：00

講師：三重大学 准教授 竹内 佐智恵先生



座学では、「高齢者の心理とその対応」をテーマに、出席者から出されたご利用者の実際の問題行動を分析し、対応の良かった点や問題点をご指摘いただきました。好評の実技を交えた「介護技術のこつ」では、介護者の腰痛などを予防し、利用者が安全、安楽に介護を受けられるボディメカニクス技術を学びました。講義終了後も、日常のケアで困っていることを積極的に質問するなど今年も大変活発な講座になりました。

毎年スタッフ一同楽しみにしている恒例の講座です。

□ 被災地支援の活動報告



「パラソル喫茶応援バスツアー」にスタッフ2名ずつが参加しました。

● 第8回パラソル喫茶 <7月14、15日>

1日目 福島市「NPO法人花見山を守る会」にて、支援資金調達のための桜の植樹。



2日目 東松島市ひびき仮設住宅でのパラソル喫茶にてボランティア活動。（高橋和、永石）

● 第9回パラソル喫茶 <8月11、12日>

1日目 「NPO法人まごころサービス福島センター」にて、被災された高齢者の支援を続けているセンターの活動内容を伺う。

2日目 東松島市根古（ねこ）仮設住宅の集会所にてボランティア活動。（竹駒、宮崎）

見聞きしてきた事をまわりの人たちに伝え、被災地の方々を忘れないでいることがとても大切だと感じました。

編集後記

次号68号では、藤沢市ではじめてとなる「複合型サービス」について特集します。お楽しみに！

（井出・岩澤・上原美・小野淑・戸田・橋本雅）

NPO法人ぐるーぷ藤

受付時間：9：00～18：00

電話：24-3100

時間外（18：00～翌日9：00）の場合は、090-7015-7062 までお問い合わせください。

表紙の絵は、川村コウイチ様のご厚意による作品です。

コミュニティレストラン オハナ de 和食

和風ランチ 限定 月水金

わはな OHANA はじまりました。

和はなランチ 840円

和はなランチセット 945円
（ホットorアイスティーとデザート付き）

※ご予約いただくとより確実です。
通常のオハナランチは今まで通り、日～金にご準備しております。
皆さまのお越しをお待ちしております。

アボガドの炊き込みご飯

OHANA オハナ

【材料 4人分】
米（うるち米）…2合
アボガド…1個
もち米…1/2合
百合根…中1個
（乾ひじき大1を水で戻したものでOK!）
昆布（10cm角）…1枚
塩…小1/3
薄口しょうゆ…小2/3
酒…大2
水…400cc

好評レシピ No.15

<作り方> アボガド好きにはたまらない一品!

- ① 米ともち米は、炊く30分前に研いでザルにあげておく。
- ② 百合根は、外側からきれいに1枚ずつはがし、汚れた箇所は包丁でとり除く。
- ③ アボガド以外の材料を合わせ、炊飯器で普通に炊く。
- ④ 炊けたら昆布を取る。
- ⑤ 1.5cm角に切ったアボガドをざっくり混ぜて、5分程蒸らす。

レストラン 日曜日～金曜日/11:00～16:00営業
OHANA(オハナ) 皆さまのお越しをお待ちしております。