

# 花どけい

'17/1/10 No.84



## 主な内容

- ☆ みなさんの様子をご紹介
- ☆ 通所介護 アクアデイ菜の花
- ☆ 海外福祉研修報告
- ☆ 訪問介護サービスご利用者アンケート結果報告



## 認定NPO法人ぐるーぷ藤

〒251-0004 藤沢市藤が岡1-4-2

TEL 0466-26-2001 (代表) FAX 0466-26-2002

E-mail: npo-fuji@cityfujisawa.ne.jp <http://www.npo-fuji.com>

訪問介護	ぐるーぷ藤 ホームヘルプ
看護小規模多機能型居宅介護	ぐるーぷ藤 しがらきの湯
・訪問看護	訪問看護 ぐるーぷ藤
障がい者グループホーム	藤が岡の家
高齢者住宅	ぐるーぷ藤 一番館
レストラン	OHANA(オハナ)
ボランティア活動	ボランティアすみれ

### ぐるーぷ藤 二番館・アクア棟

〒251-0003 藤沢市柄沢577 (17街区19画地)

小規模多機能型居宅介護 ぐるーぷ藤 藤の花  
TEL 50-2100 FAX 50-2110

通所介護 アクアデイ菜の花  
TEL 50-2101 FAX 50-2110

居宅介護支援 ぐるーぷ藤 ケアマネジメント  
障がい者相談支援 計画サポート ぐるーぷ藤  
TEL 26-2001 FAX 50-2110

藤沢市地域ささえあいセンター ヨロシク♪まるだい  
子どもの生活支援事業 こども♪まるだい

〒251-0052 藤沢市藤沢1049 TEL/FAX 28-4649

障がい者グループホーム 本藤沢の家

〒251-0875 藤沢市本藤沢2-8-6 ヒルトップ藤沢本町

### 連絡先

☎0466(26)2001

午前9時～午後6時(年中無休)  
時間外 090(7015)7062





# みなさんの様子をご紹介



## しがらきの湯



ハロウィンパーティーで仮装しました。お互いの顔を見て面白くてお腹を抱えて笑ってしまいました。



アロマオイルで  
ハンドマッサージ  
心地よくリラクセス。

## 一番館



料理レクでクッキー作りです。  
アイシングが可愛らしい。



## 藤の花



12月にアクア棟  
に移転しました。  
明るく広いフロア  
です。

鎌倉彫会館に  
お出掛けしました。  
塗り物の手触り、  
色合い素晴らし  
かったです。



## グループホーム



リースやツリー  
を飾りつけ。



藤の花には大庭中  
学校の生徒さんがき  
てくれました。  
リコーダーの演奏あり  
がありがとうございました。



毎年幼児教室とんぐり園の運動会に参加。  
スタッフと共にスプーン玉運びをしました。



村岡中学校の生徒さんが  
職場体験で来てくれ  
ました。

## お元氣ですか

理事長 鷲尾 公子

新しい年を迎えましたが、皆さまつづがなくお過ごしでしょうか。

大方の予想では、寒い冬と言われていると思いますが、相変わらず不順続きの天候です。インフルエンザも猛威を振るっています。普段から手洗い・うがい・マスクを心がけて自ら守っていきましょう。

藤沢市では、昨年10月から生活支援総合事業が始まっています。その事業に対応するため、市の委託を受けた「ふじさわ福祉NPO法人連絡会」主催の「サービスAヘルパー担い手研修」では68名の修了者が生まれています。この研修は、地域での長い助け合い活動の経験を持つNPOならではの講義内容と、行政側による専門的基礎知識を学ぶことが特徴でした。今後も受講者の方々と共に、高齢者に対する制度だけでなく、子育てや障がい者への支援を必要とする市民に対応する「藤沢型」福祉の街づくりの活動が担えることを望んでいます。

ポート」そして大鋸から「小規模多機能藤の花」が移転しました。  
新規の通所介護「アクアデイ菜の花」は1月4日からのオープンでした。「藤の花」「菜の花」どちらも超音波流水プールを利用し、ご利用者の健康増進を図ります。特に「アクアデイ菜の花」は超音波流水プールを中心に、柔道整復師やアロマセラピストによるマッサージや和太鼓、健康体操など様々なメニューを用意し、ご利用者のニーズによるプランに合わせた支援を行っております。そして何よりも活動後の喉の渇きを潤す一杯として「名水・柄沢の水」を提供させて頂きます。これは地下87mから汲み上げたミネラルたっぷりの井戸水です。  
また5月に開所を予定しているサービス付高齢者向け住宅「ぐるーぷ藤二番館・柄沢」も最後の仕上げに入っています。こちらには私ども夫婦二人と猫二匹で移り住むことになりました。『ぐるーぷ藤』は、いつでも利用者目線・市民目線で活動を続けて参りましたが、いよいよ私自身でそのサービスを確かめたいと考えています。はたして、新たなサービスの視点が見えてくるのか楽しみます。  
先日一年半ぶりに、福島・宮城の被災

### 理事長の外部活動 10月～12月

10/11,11/15,12/26	民間介護事業推進委員会
10/13,11/10,12/8	藤沢市個人情報保護制度運営審議会
10/25,11/15,12/20	ふじさわ福祉NPO連絡会
10/25,27,31,11/14,16,18,22,24	「サービスAヘルパー養成研修」講師
10/26,11/15,12/19	一般社団法人市民福祉支援協議会(CWC) 打合せ・理事会
10/26,11/12,11/27	藤沢市市民活動推進委員会
10/28,12/1,21	市民協常務理事会,三役会
10/8	昴の会 20周年記念式典
10/16-22	海外福祉研修 ノルウェー
11/22	福島県居住支援協議会
12/5	横浜国立大学講師
12/10-12	福島県居住支援協議会及び被災地訪問

※市民協：市民福祉団体全国協議会

地を訪問してきました。少しでも多くの地域を回るため駆け足でしたが、得るものたくさんありました。その粘り強さ、ひたむきな一生懸命さ。私も改めて被災された方々と共に歩むことを再確認しました。



# 入居者募集中

2017年5月入居

5月オープン!

～安心・快適な高齢者のための住まい～

ぐるーぷ藤二番館・柄沢

## サービス付き高齢者向け住宅

「サービス付高齢者向け住宅」とは、  
高齢者単身・夫婦世帯が安心して居住できる賃貸等の住まいです

### 入居条件

- ①単身60歳以上の方
- ②介護保険法に規定する要介護認定、もしくは要支援認定を受けている60歳未満の方

#### 同居者がいる場合【同居者の条件】

- ①配偶者
- ②60歳以上の親族
- ③要介護認定、もしくは要支援認定を受けている60歳未満の親族

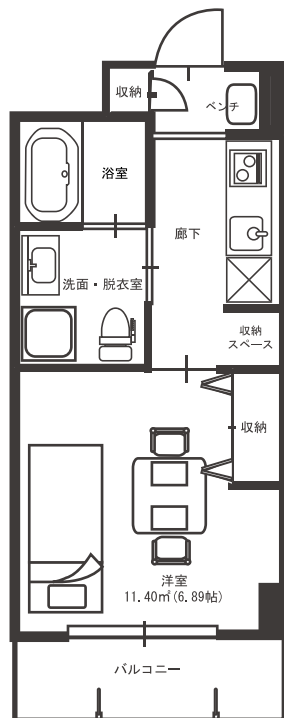
	Aタイプ	Bタイプ
床面積	25.86㎡(7.82坪)	25.59㎡(7.74坪)
浴室	○	—
シャワールーム	—	○
バルコニー	○(1階のみ庭付き・小型ペット可)	
敷金	家賃 4か月分	
家賃	80,000円～83,000円	
管理費(*)	30,000円	
基本サービス費	20,000円 + 消費税	
その他設備	トランクルーム・駐車場(別途契約)	

\*共有部分の維持管理に必要な経費  
\*その他Cタイプ(二人部屋)あり。42.51㎡(12.85坪)

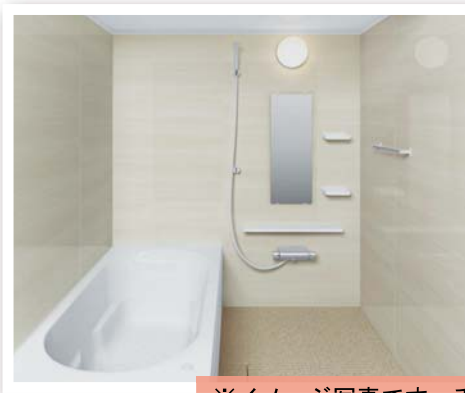
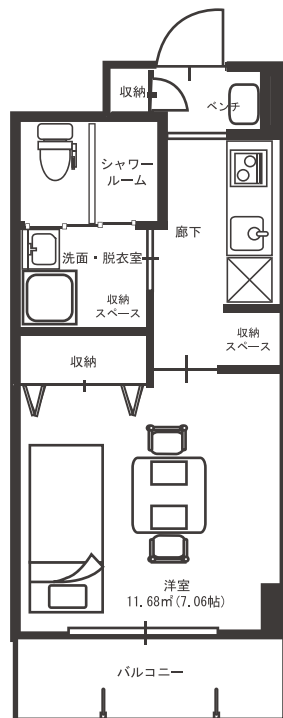
### 基本サービス

- \*コンシェルジュによる対応  
時間：9時～18時(介護資格保有者)  
・安否確認サービス  
・生活相談サービス  
・宅急便の預かり
- \*セコムによる夜間緊急通報システム
- \*管理人夜間常駐

Aタイプ  
(浴室type)



Bタイプ  
(シャワールームtype)



### 共有浴室

※Bタイプにご入居の方は共有浴室が2か所あり、利用可能。  
(予約制・無料)

※イメージ写真です。手摺等の付属設備が付きます。

### Point 1 安心できる施設が併設されている

- ◆住宅介護支援(ケアマネジメント)  
介護サービスのトータルな活用をアドバイスします。
- ◆小規模多機能型居宅介護 「藤の花」  
「通い」を中心に、ご本人の状態や希望に応じて、「泊まり」「訪問」サービスを組み合わせご利用いただけます。
- ◆通所介護 アクアデイ「菜の花」  
超音波流水プールを利用し、リハビリを中心としたデイサービス。
- ◆「地域の居場所」(予定)  
年齢を問わずどなたでも気軽にご利用できる「居場所」です。

### Point 2 万が一の時の防災拠点として、備えが万全

- ◆飲料にもできる井戸水を完備
- ◆防災用簡易水洗トイレを常備
- ◆ソーラーシステム設置により共有施設のライフラインを確保
- ◆LPガスによる発電システム完備(予定)

申込・問合せ 0466(26)2001 ぐるーぷ藤一番館 事務局

お部屋をご覧になりたい方は5月1日より可能です。



「ぐるーぷ藤二番館 アクア棟」外観

### サービス提供時間 日曜～金曜

午前の部 9:00～12:05  
午後の部 13:00～16:05

### ご利用対象者

要介護認定(事業対象・要支援1～要介護5)を受けている方

### プログラム内容紹介

健康体操 & ※コグニサイズ



※認知症予防体操

和太鼓 みんなで演奏♪



プレミアムジム



柔道整復師による マッサージ



この他にもアロママッサージ等、お楽しみ満載♪

## 超音波流水プール ココがスゴイ!

らせん状の流水と、1秒間に100万回の細かな超音波の振動を発生し、ほどよい水の刺激で身体の深部まで働きかけ、通常の水中ウォーキング運動の約2.2倍にあたる運動効果を発揮します。



### 超音波流水プールの効能

#### 血流改善

水圧で脚を引き締め、血液を押し上げることで血流の改善。

#### リンパの流れの改善

リンパは人間の免疫に関わり、水に入ることで血液と同じようにリンパの流れが良くなれば、免疫力も高められる。

#### 筋肉の弛緩

水圧で血管が広がることで栄養が行き渡り、痛みの原因が取り除かれる。筋肉の柔軟性も高め関節の可動域を広げられる。

#### 血圧低下作用

血流が良くなることで抹消の血管にもスムーズに血液が巡り血圧が低下する。

#### 呼吸筋を鍛える

水圧により肺の容積が小さくなることで、呼吸筋が盛んに働き筋肉が鍛えられる。

#### 転倒予防

水中は安定しないため自然に全身の筋肉をまんべんなく使うことを覚える。体幹が鍛えられ転倒予防になる。

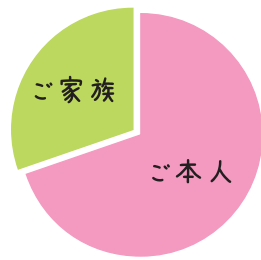


# 2016年 訪問介護サービス「ぐるーぷ藤 ホームヘルプ」 ご利用者アンケート結果報告

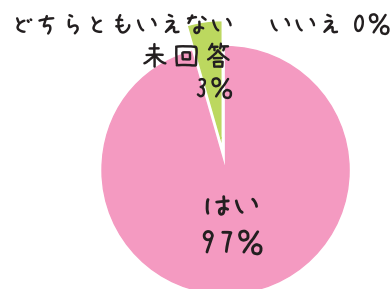
2016年11月実施 回答数87名

「ぐるーぷ藤ホームヘルプ」のご利用者の皆さまにアンケートをお願いしましたところ、87名のご利用者からご回答をいただきました。その結果を下記にご報告させていただきます。

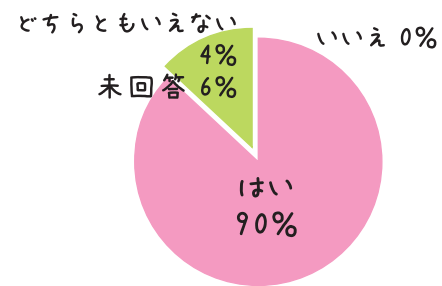
**Q1** このアンケートに記入される方はどなたですか？



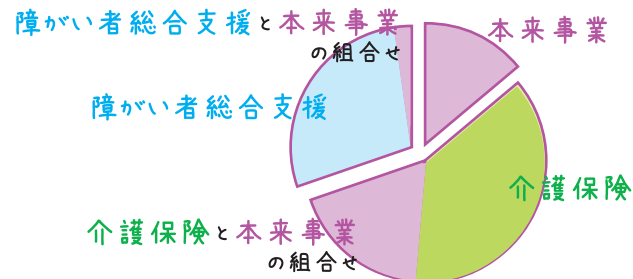
**Q3** ヘルパーは仕事の時間と内容を守っていますか？



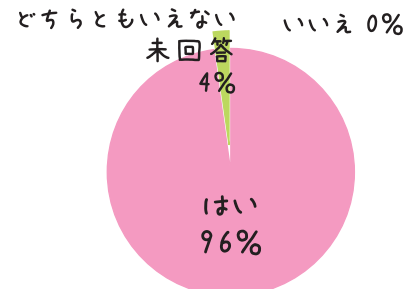
**Q6** 皆様からの相談・要望・苦情への対応に満足していますか？



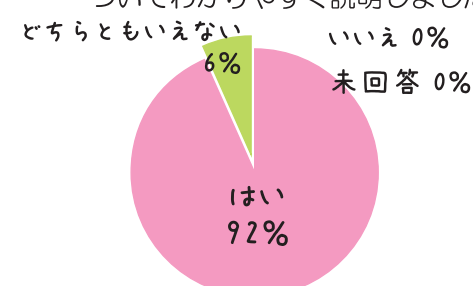
**Q2** 訪問介護のどのサービスをお使いですか？(複数回答可)



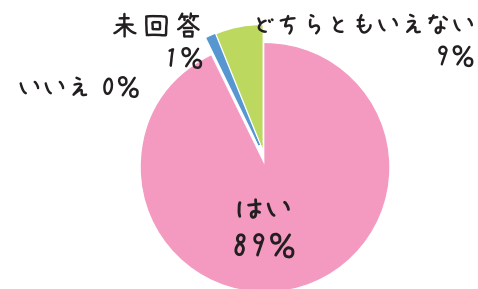
**Q4** ヘルパーが訪問することで、自宅での生活が少しでも安定されたと思えますか？



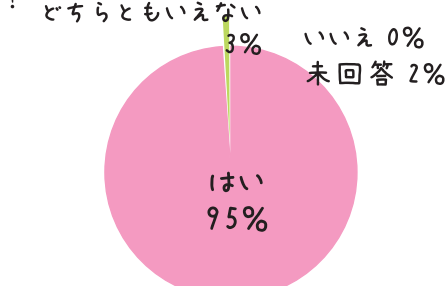
**Q7** 担当者(サービス提供責任者)は、ケアの内容(訪問介護計画書)についてわかりやすく説明しましたか？



**Q5** 担当者(サービス提供責任者)にサービスの内容や提供方法の変更・相談を伝えやすいですか？



**Q8** これからも藤のサービスを使い続けたいと思いますか？



## アンケートより 抜粋させていただきました

### ■本来事業の利用

急な病気の時なども対応していただいて心強いです。

### ■障がい者総合事業のご利用

利用することで私(母)の負担が軽くなり、他の兄弟の予定にも参加できるようになりました。

### ■介護保険のご利用

私の自立した生活の大切な一部となっています。希望としては、新しいヘルパーより慣れた方が私の生活に支障がないのですが...

## 総括

多くのご利用者よりご評価いただき、誠にありがとうございます。口頭では言いにくいことも、ご記入いただき大変参考になりました。この結果を踏まえて、今まで以上に、「困ったときはお互いさま」の気持ちを大切に、地域に根ざした助け合い活動をしてまいります。



# ノルウェー 海外福祉研修 第6回

境野由記子、笹原美恵子、鷲尾公子



ノルウェー最大のソグネフィヨルド



オスロ市庁舎



「ノーベル平和賞」の授賞式が行われることで有名です。



ベルゲン旧市街の倉庫群、世界遺産ブリッゲン。現在も商店やレストラン、ミュージアムとして使用されています。

## ASOR

### ホームヘルパー派遣会社「アソーリ」

ホームケアは、掃除・買い物・洗濯が中心で、資格は必要なし。事業所、サービス内容も利用者に決定権があるそうです。



## 認知症高齢者グループホーム



オアシス的な存在の中庭



施設内に昔使った品物の展示やご利用者向けの売店があり、昔を思い出し、生活の感覚を取り戻す回想法による工夫が取り入れられています。



温かい雰囲気の広々としたフロア



家庭的な環境の中で皆さんとでも楽しそうです

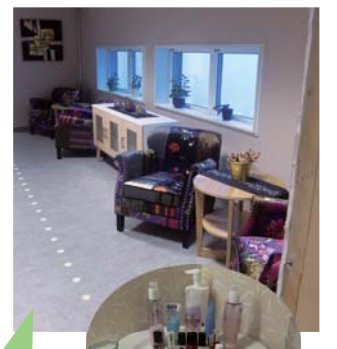
## OKERNHJEMMET

### 特別養護老人ホーム「オーカンホーム」

好きな時に食事をとり、寝たいときに眠れる。インテリアにも工夫が施され、自分の生きたいような生活ができる、温かい“ホーム”を提供。



専門家により、施設内がカラーコーディネートされています



## 研修を終えて

ノルウェーは北欧4か国の中でも飛びぬけて物価が高く、食料品には15%、それ以外は25%の付加価値税(日本の消費税にあたる)が課せられています。高い税率や石油による産業に支えられ国連開発計画(UNDP)が毎年発表する国民の豊かさを示す「人間開発指数(HDI)」が12年連続でトップとのこと。国民の所得の半分以上は税金や社会保障費で、医療費と教育費は原則無料。義務教育はもちろん、ほとんどの高校や大学まで学費は無料とのこと。社会福祉の恩恵を体感できる為、税率が高くても国民の満足度が高いといえるのでしょう。

今回の研修は、オスロ市庁舎での研修と4つの施設見学をしましたが、インテリアが心躍るような工夫がされ素晴らしかったこと、利用者もおしゃれをして明るいイメージがありました。日本は在宅から始まり、在宅が困難になったら施設へという考えが主流になっています。ノルウェーは施設から始まっていた観念が近年、諸事情で在宅へ移行している点は興味深かったです。ノルウェーの自然という環境と悠然とした考え方が、ゆとりある介護福祉をはぐくんでいると感じました。



ぐるーぷ藤の

電話番号・ファックス番号が変わりました。

TEL 0466(26)2001

FAX 0466(26)2002

### □ 2016年度スキルアップ研修終了

今年度も内部講師によるスタッフ向けの「スキルアップ研修」が全6回行われました。日頃交流の少ない部門のスタッフが集まり、みんなで話し合いながら意見の交換ができます。また、教科書には載っていない現場ならではの負担の少ない介助方法など学べることが多くありました。

### □ 介護予防運動(コグニサイズ)講習会

11月5日(土)

講師 久野秀隆氏

介護予防運動指導員

～機能改善プログラムの指導方法～



前半は関節の可動域の改善方法、後半は脳と体を同時に働かせる運動方法について学びました。

筋肉が固くこわばっているときのマッサージ法や、高齢者に多い足のむくみの取り方は、スタッフ同士でも実践し効果を感じました。後半のコグニサイズでは、高齢者とは言えないスタッフでも手と足の動きがバラバラになり、笑いが起こる中、楽しく行うことができました。

### □ 公開医療講座「高齢者の聴覚について」

11月29日(火)

講師 立岡 英宏 氏

三井記念病院登録医

台東区 ことぶき耳鼻咽喉科医師

～加齢に伴う難聴や耳鳴りなど

日常気になることを聞いてみませんか?～



「脳神経・耳・鼻・口・喉の構造、仕組み、はたらき」について説明していただきました。老化によりはたらきが弱まってきますが、トレーニングにより遅らせることが出来るそうです。普段聞きづらい事、疑問に思った事思いや悩みを気軽に意見交換できる場となりました。



### 編集後記

アクアデイ菜の花がいよいよオープン!  
超音波流水プールの効果が楽しみです。

(上原・伊藤布・井出・岩澤・小野・戸田・橋本雅)

### □ 「理事長と語る会」全日程終了

理事長と会員を交えての研修「語る会」が今年も行われました。今後の介護保険の改正、ぐるーぷ藤の理念、二番館建設、ヨロシク♪まるだいの役割等、今年も多くの話題に事欠きません。スタッフ皆が共有し再確認することでチームワークも良くなり、今後の仕事への意欲にもつながりました。

### □ 水中運動学習会

11月23日(水)

講師

須藤明治氏

国土館大学 体育学部教授



水中運動は低負荷の筋力トレーニングにより、膝や腰が悪い高齢者でも効果を発揮します。水中に浸かっているだけで重力が解放されるため、筋肉が弛緩した状態になり、疲れもとれるようです。また血流が増加するため、体温の上昇効果も期待できます。また水中で運動することでしっかりと呼吸をし、酸素を体内に取り入れられるようになればより効果的であることが分かりました。

### □ 藤沢市の農福連携事業

藤沢市子どもの生活支援事業「こども♪まるだい」は、JAさがみ(わいわい市藤沢店)及び市内農家の皆さまより、野菜を中心とした農産物のご提供をいただいております。子どもたちは、教育関係者OBや文教大学の学生ボランティアと共に、栄養たっぷりのあたたかいごはんを楽しんでいます。



### □ ご寄付のお願い

ぐるーぷ藤の活動に賛同して下さった方々からたくさんのご寄付をいただきありがとうございます。今後も引き続きご支援をよろしくお願い申し上げます。

2016年度 累計 1,792,000円 2016年12月末現在