

節分



里だより

No.350

令和3年3月1日

一発行一

菊池郡大津町平川400番地

社会福祉法人 清和会

つくしの里

TEL 096-293-1550

FAX 096-293-1579



三月号もくじ



(ページ)

副施設長より.....1

サビ管より.....3

主任より.....4

職員より・医務より.....5

サービス向上委員会より・

行事報告.....6

行事予定・

ありがとうございました...7



つくしの里 ホームページ <http://www.tsukushinosato.or.jp>



副施設長より



三寒四温とはよく言ったもので、少しずつ春の足音が聞こえてきました。例年なら遅めのつくしの里の梅の花が咲き始めたところ、熊本県内でも新型コロナウイルスのワクチン接種が始まったとの報道がありました。開花が新型コロナウイルス収束への知らせであると祈りたいものです。高齢者への予防接種も他県より早めに来るように進められているようですので、当施設の利用者さんや職員も一日も早く接種して、安心できる日が訪れてほしいものです。気が早いと思われるかもしれませんが、予防接種の予定等が分かり次第、ご案内と承諾の連絡を入れさせていただきます。

さて、支援部では今年度四月から各班で取り組んできた事例発表会を二月に行いました。発表の内容は、利用者個人の障害特性にスポットを当て、約一年をかけてアプローチしてきた内容や、班全体で行うプログラムの結果等、班によって様々です。

事例発表をするにあたっては、資料をまとめた発表の練習をしたりと時間もかかりますが、自身の支援を見つめ直す機会にもなります。日頃の支援と同様、利用者さんの気になることに職員が気付くためには、観察力や感受性が必要となります。利用者さんの成長は、職員の成長にもつながります。アプローチした結果、失敗したとしても、その経験が残ります。利用者さん個人を見つめた分・その想いがある分、資料も増えますし、伝えたい量も増えます。

今回の事例発表会は、ほとんどの班が予定時間オーバー。取り

組んできた内容や、もつとその利用者さんのことを他班の職員にも知ってほしいという熱量として伝わってきます。

一つの事例を紹介すると、利用者Aさんのここ数年における日常生活上の行動の変化に着目したものでした。

具体的にどのような変化があったのかAさんの現状を知ることから始まります。以前出来ていたことが出来なくなってきたのはいつ頃からか、その頻度や程度はどれほどか。不適切な言動の表出は困りごとの不安や焦燥感からなのか、また別の医学的見地からの介入が必要なのか。いろいろな角度で考えます。

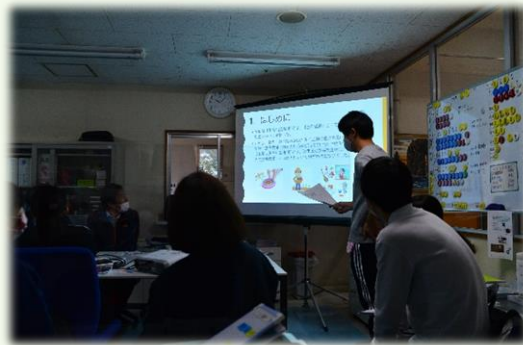
ただ大切なのは、不適切な表出を「困った人」ではなく「困っている人」として本人の目線に立ち、様々なアプローチをして安心へと導いていくことです。このアプローチ方法にマニュアルなどはありません。あるとすれば、利用者さんへではなく、職員自身の支援についての攻略本といったところでしょうか。

Aの声掛けはだめだったけどBは良かった。Cの立ち位置で話すよりもDの方が受け入れが良かった。でも、この場面ではダメだった等、ページを増やす作業しかないと思っています。また、これは一日では成しえませんが、個人個人がそのページを増やすことでチームとしての支援力も上がり、何より利用者さんへの安心した生活に繋がると思います。

今年は、つくしの里三十周年を迎えます。施設として節目のページをとにも増やしていただきますようお願いいたします。

副施設長 松永 一博

事例発表の様子



事例発表を通して
日々の支援の振り返りや
チーム力に繋がる
大切な時間となりました

散髪ボランティアの様子

約2か月ぶりの散髪でした
みなさんスッキリサッパリ★
ボランティアの方々も
コロナ禍で大変な中
ありがとうございました！



サビ管より

自己啓発日記



立春を過ぎ、少しずつ春を感じる季節となってきました。今年は例年に比べ花粉の飛散が多いみたいです。外に出るときは花粉対策も忘れないようにしたいですね。

先日、いつものようにマスク着用・手指消毒をしながら買い物をしていた時、ある日記がふと目に留まりました。日記といえば、その日の出来事を書くものかと思っていたのですが、そこにあった日記はいくつかの種類がありました。習慣化したいことを目標に取り組んでいくもの、良かったことを書き記していくもの等、ある意味「自己啓発」のような日記が数種類ありました。

習慣化したいことを書く日記（習慣日記）は、自分が習慣化したいことを月々で決め、それが出来たかどうかを毎日記入していきます。出来た日は色を塗り内容を記入する。出来なかった日は色は塗らずに内容を記入します。その月でどれだけ出来たか一目でわかるように、ひと月分が一ページに収められています。目標としていた習慣が達成できた日を「見える化」し、出来たことへの達成感や明日も習慣を意識して頑張ろうという意欲が起きたてられる仕組みになっています。

良かったこと日記では、決められた書き方で毎日の出来事を書きます。「その日の出来事を書いたら、最後に必ず良かったことや嬉しかったことを一行でもいいので書く」という決まり。その日一日の中で、辛いことやきついこと、楽しいこと、いろいろなあり

ますが、最後に必ず良かったことや嬉しかったことを書くことで、その人のその日を否定せず、一日が終わったときに前向きになれて心が弾むというものです。毎日何気なく過ごしている中でも、良いことや嬉しいことを見つけないながら過ごしていく大切さや、きついつと感じる中にも自分にとって良かったと思えることに気付ける効果があるんだろうと思います。

私自身、日記を毎日書く自信がないので購入はしませんでした。が、これも何かの縁ということで、ちよつと意識すればできる自分なりのチャレンジを考えてみました。

「寝る前に楽しかったことや嬉しかったことを一つ思い返してみる」「二日一回 ありがとうを言う」「トイレのスリッパを並べる」等、ちよつとしたことを自分のチャレンジ目標として取り組んでいこうと思います。この取り組みが習慣化したとき、私は「ほっこりした」気持ちになっているんだろうなと思うとワクワクします。

今年度は、新型コロナウイルスの話題がTVや新聞でも大々的に取り上げられ、新型コロナウイルスの言葉を耳にしない日はありません。日常生活に密着した問題となっていますが、段階的にワクチンの先行接種が開始されています。副反応も報告されていますが、封じ込めに期待する唯一のワクチンです。このワクチンが私たちの希望の光になることを期待し、いち早いコロナの収束を願います。

サービス管理責任者 竹下 幸樹

主任より



世間もつくしの里も、コロナ・リスクレベル・ソーシャルディスタンス等の「コロナ語」や、新規感染者数・リスクレベルの変動に敏感に反応し、一喜一憂する生活が一年になろうとしています。ニュースでカタカナ言葉を聞く度に、その内容や意味が分からず調べることも増えました。その中で「アクセシブル ツーリズム」という言葉を目にし、「おうこれは！次年度こそはこの取り組みで！」と思いましたので、ここに記します。

「アクセシブル ツーリズム」とは「障がい者や高齢者などの移動や、コミュニケーションにおける困難さに直面する人々のニーズに応えながら、誰もが旅を楽しむことを目指す取り組み」とあります。新型コロナウイルス感染防止のための新しい生活様式がニューノーマル（新しい正常・標準的）となる今後を見据え、つくしの里の利用者さんのアクセシブル ツーリズムを考える上での課題を洗い出し、感染予防とホスピタリティ（思いやり・心からのおもてなし）を両立させることができる取り組みを考えていきたいと思っています。

二〇二〇年度は生活介護班五班の一泊旅行をお休みしました。平成二十五年から毎年、県内や九州管内を皆で旅行し、初めてのお休みでしたが、次年度に向けて、あらゆる面で「行けるところ」ではなく「行きたいところへ行く！」を目標に掲げて、利用者さんと話し合いを深めていきたいと思っています。

主任支援員 長渕 さくら

勉強会

生活介護班三班では、利用者特性の理解と専門性の向上を目的として、昨年度から班内で勉強会を開催するようにしています。昨年度はアンガーマネジメントやリフレーミング、研修の報告会を行いました。個々が受けた研修の内容や持っている情報・知識を共有する事は班全体のスキルアップに繋がります。また、研修を行う立場となり、どのようにしたら相手に伝える事が出来るのか各々に考える機会となっています。

今年度も月にテーマを設定し、勉強会を予定していましたが、コロナ禍で中止している状況です。その為、代替え案としてケース会議の際に読んでもらいたいテキストの一部を資料として配布。各職員に目を通してもらい、自己学習に努めてもらっています。これまで行動障害や他施設の広報誌等の普段の支援に活かせる内容や、社会人として必要なビジネスマナーに関する資料を配布する事もありました。また、「社会生活力」「自立課題アイディア集」等の書籍を購入し、日頃の支援や活動の見直しに繋げてもらっています。

私自身、本を読む事が苦手なのですが、本の内容はどれもアイディアが詰まっており役立つ物ばかり。出張や研修で学んだ内容ももちろんありますが、振り返る時間を設ける事で一段と身に付いていく物です。社会人となり「勉強」と言う言葉が遠く感じていましたが、皆で行なえば苦に感じない物。今後も班全体で知識や技術の向上に努め、利用者さんの生活の力添えになればと思っています。

主任支援員 小嶋 健仁

職員より

新型コロナウイルスの影響もあり、昨年度から思うようにいかないことが多々あります。少しずつ感染者数が減少してきて、ワクチン接種の目途もつき、収束とまではいきませんが、少しは落ち着いてきたのではないのでしょうか。利用者さんもニュースを見ては「ワクチンがあるとだろ?」「緊急事態宣言が終わるってよ!」と、話をしに来られます。

話は変わりますが、私の担当利用者の I さんについて少しお話します。I さんは、乗り物に乗ったり見たりするのが大好きな方です。コロナ禍までは定期的な外泊をされ、週末は迎えの車を楽しみにされていました。気分転換に 3 班の皆で月に何回かドライブに出かけますが、その時の I さんは満面の笑みで、見ているこちらも笑顔になります。まだこの状況がすぐには変わるとは思いませんが、日々笑顔で楽しく過ごしていけるように支援員として工夫していきたいです。

(支援員 松尾り)

就職して一年が経とうとしています。世界がコロナ禍の中、働ける職場がある事に感謝しかありません。私は生活介護班 5 班に所属し、3 名の担当利用者さんをもたせて頂いています。今回は担当利用者さんの H さんについて書きたいと思います。

H さんは皆に気配りができ、とても優しい方です。新職員の私が担当と聞いた時、きっと H さんは不安な気持ちがあったと思いますが、「もうつくしは慣れたね?」と心配してくださいます。また、「今日元気ないね」「コロナにかからんようにせなんよ」など、体調面も気に掛けてくださいます。言葉をかけられるたび「本当に優しいな～」と尊敬し、H さんを心配させない為にも「元気でいないと!!」と日々思っています。そんな H さんもコロナ禍で思うように外泊・外出が出来ずモヤモヤする事があると思います。そのモヤモヤを少しでも無くせる様な声掛けや気配りを私もしていきたいと思います。自分がされたら嬉しい言葉掛けを沢山し、H さんに心配を掛けないようにしたいです。(支援員 田中)

医務より

11 月の 2 回目の健康診断で今年度分の健診は全て終了しました。結果については前号の里だよりに同封していますのでご確認ください。精密検査の指示があった方の受診も終わっています。健診の結果や精密検査の結果などで不明な点があればご連絡ください。

先日、新型コロナウイルス対策の一環として、熊本セントラル病院の保健師さんに基本的な手洗い・手指消毒、手袋・エプロン・ガウンの着脱方法を指導していただきました。普段、支援の中で何気なく行っていることばかりですが、改めて研修を受けたことで正しい手順を見直すことができました。ここ最近の感染者数は減少傾向にありますが、気を抜かず、研修で学んだことを日常生活の中で実践していきたいと思います。

(看護師 松村)



サービス向上委員会より

■ 整容【支援員 三木・尾崎ア・松川】

私たちは主に利用者さんの身嗜みについてサポートさせて頂いています。洋服の着こなしのアドバイスや、必要に応じて担当職員へ衣類の買い替えの依頼。また、人によっては肌の弱い方もいらっしゃいますので、化粧水や美容液の購入を依頼する事もあります。積極的に化粧水を希望されたり、美容を意識して下さる方も増えてきています。

また、毎月散髪ボランティアの方に来ていただいておりますが、散髪の時間をもっと楽しみになるようにと散髪専用の看板を作りました。身嗜みのサポートの為に、利用者の皆さんがオシャレを楽しんでいただけるような工夫を考えていければと思います。



行事報告

※ 1/21（木）～2/20（土）の実施分について報告いたします

★ 節分会【2月2日（火）つくしの里】



班別に、紙芝居を読んだ後に怖～い鬼が登場！！

豆まきの始まりです！皆さん一生懸命「鬼は外～！」と大声で豆を投げていましたが、中には怖くて泣いてしまう利用者さんも…。鬼が無事に退散すると、「怖かったけど楽しかった」と感想が聞け、無事に豆まき終了です。

鬼とともにコロナもどこかへ行ってくれますようにと願いを込めたので、次回は全員で一斉に鬼退治をしたいと思います。

（支援員 錦戸）



施設PR委員会 今月の1枚！

休日での一コマ。

コロナ禍でどこにも行けない日常の中で、犬のぬいぐるみを手に N さんの柔らかない微笑みが…。職員も癒されています。

行事予定



☆ バイキング昼食会（つくしの里）

期 日：3月4日（木）

内 容：今回はお寿司バイキング！！

焼肉、天ぷら、茶わん蒸し、ピザ、その他たくさん並びますよ★

☆ 面談・通帳確認（つくしの里）

期 日：3月8日（月）～12日（金）

内 容：下期経過報告と支援計画原案作成に係る面談をさせていただきます。

日程については別紙文書をご確認ください。

☆ 施設・後見人・家族情報交換会（大津町文化ホール）

期 日：3月27日（土）9：30～

内 容：次年度の事業計画等、重要なお知らせをさせていただきます。

お忙しいとは存じますが、是非ご出席ください。

※新型コロナウイルス対策のため、予定を変更させていただく場合があります。

※お詫びとおことわり

里だより担当では、毎月十分注意して、記事の記載、確認をしておりますが、誤字脱字等がございましたら何卒ご容赦していただきたく存じます。

ありがとう

ございました

今月の掲載分は、

令和三年一月二十一日～

令和三年二月二十日です

【ショートステイ】

日中一時支援事業のご利用】

※県の緊急事態宣言を受け、該当の期間は受け入れを中止させて頂きました。

【寄付・寄贈】

・今坂 桂子 様	・岩根 亨 様
・江頭 勝 様	・後藤 弘子 様
・末永 清美 様	・藤野 幸子 様
・藤田 孝志 様	・前原 透 様
・松田 陽子 様	・馬原 伸二 様
・光永 順子 様	・山口 修 様
・家人 勲 様	・宇都 道夫 様
・大塚 武年 様	

誠にありがとうございました。

利用者さんの為に使用させて頂きます。

