

平成会通信

2024
夏

VOL.14

発行：社会福祉法人 平成会 〒399-6461 長野県塩尻市宗賀1298-92 TEL 0263-51-6610 FAX 0263-53-5828 <https://www.heisei-kai.jp/>

施設だより

平成会グループの各施設からのお便りをお届けします！



介護老人福祉施設 さわらび

住所 長野県岡谷市西山 1723-101

開設 2003年12月

定員 80名



入所型施設からデイサービスまで幅広く豊かな自然の中で過ごす、ゆったりとした環境



交通安全の取り組みで表彰 職員だけでなくご家族様にも呼びかけ

若手従業員の交通安全意識を高めることを目的とした組織「ヤングドライバークラブ」より、去年の指定期間内無事故無違反に対して表彰を受けました。さわらびでは交通安全の呼びかけを随時行っています。私自身、視野を広くして運転することを心掛けていて、早めのライト点灯も意識して努めています。



介護職員
北原 法香さん



看護職員
原 初枝さん

職員の腰痛予防・改善のため 専用器具を活用した“痛くない”介護を

利用者様の移乗(ベッドから車椅子などに乗り移る)に、フレックスボードやスライディングシート、リフトといった専用器具を導入して活用しています。腰痛で休む職員が減っただけでなく、利用者様にとっても、今までと違い“面”で支えることになり、恐怖感や痛みなどのご負担が軽くなっています。



介護予防教室に理学療法士が関わり 効果をより高める筋トレやストレッチが好評

岡谷市からの委託に基づいてさわらびが担当する市の介護予防教室は、リハビリの専門家である理学療法士が、利用する方の身体状況に応じて負荷が異なる3パターンの運動プランを立てています。体力測定も最初と最後の2回行うことで変化がわかり、理学療法士ならではの細かなアドバイスもしています。



リハビリ職員
酒井 汐里さん

ふれて、
見つけて、
夏に寄り添う

特集 「導入」から「定着」へ！
平成会の
ユマニチュード



平成会通信 Vol.14

誌面へのご意見・ご感想 お待ちしています！



どんなつぶやきでも
ウエルカム！



編集後記

フォトダイアリーのお題にちなんで、僭越ながら私の自慢の娘たちを紹介します。決めたことは継続する強い意志を持つ中3の娘。得意なピアノの練習は毎日欠かしたことはありません。中1の娘は家族のムードメーカー。好きなことは妥協しない頑固者です。彼女たちの成長が私の張り合いです。一番近くで見守れることに幸せを感じています。



みやざわ

社会福祉法人 平成会

●●● 介護はこころ ●●●

真心と幸せ、そして心の豊かさを感じられる生活を送っていただけるよう、今日一日、その全てに一期一会の精神で臨み、「共に歩む」の法人理念を実践してまいります。



「導入」から「定着」へ！

平成会のユマニチュード

フランス発祥の先進的な認知症ケア技法「ユマニチュード」を、平成会ではいち早く取り入れ、法人全体の標準ケアに定着させようと推し進めています。平成会でユマニチュードがどう浸透し、何が変わってきたかをお伝えします。

「ユマニチュード」とは

ケアを行う人は、「私はあなたのことを大切に思っています」というメッセージを伝え続け、最期まで人間らしくあるように支えることが重要です。そのメッセージを伝えるための具体的な技術と、必要な考え方で成り立つのがユマニチュードです。技術だけではなく哲学を理解することが大切です。



6施設 ユマニチュード認証取得に向けて

平成会では、認証取得を目指す6事業所が先行する形で、ユマニチュード導入の本格的な取り組みをスタートしました。認定インストラクターによる「ユマニチュード実践者育成研修」や、6事業所が集まる毎月の会議で、目的や課題を共有しながら職員一人ひとりの技術・意識向上に努めています。

介護老人福祉施設 さわらび

2023年 9月…法人のトップを切ってブロンズ認証の本審査を受審
11月…ユマニチュード「ブロンズ認証」取得

国内で3事業所目！

2024年2月末現在、ブロンズ認証を取得しているのは全国の病院・施設で8事業所のみ



介護老人福祉施設 松風

介護老人保健施設 わかな

介護老人保健施設 掬水

介護老人福祉施設 福寿苑

有料老人ホーム せせらぎ

認証審査を順次受審し終わり、結果待ち



法人内での情報共有

第23回ユマニチュード認証共有会議では、各施設よりケアプランの立案者が参加し、ユマニチュードの考え方に基づいた個別支援計画について勉強会を行いました。ユマニチュードケア標準化の要となるケアプランの立て方について話し合ったこの会議では、日ごとの目的を達成するだけでなく、利用者様の生きがいや生活の目標にフォーカスした“人生レベルのケアプラン”作成を目指していくことを共有しました。

介護老人福祉施設 さわらび

ブロンズ認証、その先を目指して

ユマニチュード認証制度は“よいケア”を実現している結果の証明と言えます。認証取得に向けてさわらびでは、①ユマニチュードケアの技術の定着、②誰からも尊重され尊厳をもって生活し続けるための体制づくりに向けた業務改善を重点的に取り組みました。①の技術浸透、②の業務改善が進む中で、利用者様と職員のどちらにも変化がありました。



認証を取ることで自分が目的ではなく、質の高いケアという道の半ばと考えています。「施設に入ったら諦めさせる」のではなく、自宅と同じような自分らしい暮らしを継続できるよう支援させていただくのが施設スタッフの役割です。ユマニチュードを通じてそれが叶う施設づくりを進めています。

現場の声

ユマニチュードを導入してから、穏やかな気持ちでケアを受けていただける利用者様が増えています。職員は、利用者様と関わる時間が濃くなり、ユマニチュードに対して前向きになったという大きな変化がありました。誰でもできるケア技術から一つ一つ習得していきました。また、ユマニチュードの研修では、新しい技術を知ってもらいながら楽しむことにも力を入れました。業務改善の面では、入浴・食事介助をマンツーマンで行ったり、居室別で職員の担当制にするグループケアなど、より利用者様個別に職員が深く関わっていくようにしています。

ユマニチュードが浸透するには、職員同士でのアドバイスも大切です。ユマニチュードをしっかり実践できている職員が、いいケアをすることで利用者様に変化があると、やはりほかの職員の刺激になります。ブロンズ認証施設ということも多くの方が視察に来られるのも、緊張感を持てる機会になります。ユマニチュードを勉強している一般の方も見学に来られ、「他の施設と雰囲気がちよっと違う」とおっしゃっていただけます。個人レベルでは、ユマニチュードケア技術の一つでも多く身に付けるように努力しながら、常に「正しいケアができていますか」を考えて取り組んでいます。

介護老人福祉施設 福寿苑

緊張の中、審査へ向けた調査終了

6/29(土)、ブロンズ認証取得の最終審査に向けた現地調査が福寿苑で行われました。日本ユマニチュード学会本部から派遣された調査員2名が、普段の生活介護の様子を視察。その後、提出書類の内容について、福寿苑職員と綿密に質疑応答を行いました。調査員からは「こうするといい」という心のこもったご指摘もいただきました。



居室や浴室など、施設内各所で調査員の方々が視察



書類の内容について、具体的なアドバイスもいただきました



酒井 義隆さん アクションリーダー

コロナ禍以降、外部の方が施設内で視察する機会そのものがなくなっているので、職員はかなり緊張したと思います。「ふだんやっていることをもう一度見直して、いつも通りに」と声をかけました。



名取 美佳さん プロジェクトリーダー

調査員の方には、起床後のケアから始まり、複数の場面を見ていただきました。標準ケアとして定着するまで道のりは長いですが「引き続き頑張りましょう」という思いは職員みんなが共有しています。

平成会の最新情報をお届けします！

平成会タイムス

2024
SUMMER

TOPICS

1

地域で考える“地震の備え”

平成会に地震体験車がやってきた！

5月21日、岡谷消防署のご協力をいただき、岡谷市の温泉デイサービスセンター湯けむりにて、地震体験車による地震体験を開催しました。この地震体験車は、体験室が前後・左右・上下の3方向に動き、よりリアルな揺れを体験できます。また、過去の地震データに基づく震度や揺れ方を再現できるため、新潟県中越沖地震や阪神・淡路大震災など、実際に発生した地震の揺れも体験できるといいます。

参加した職員は「初めて地震体験車に乗りました。1923年に発生した関東大震災の揺れを体験しましたが、縦に横に激しく揺れ、机にしがみつくながら、自分の意思で動くことはとてもできませんでした。突然来るその時に自分は何ができるのか、日頃から考えていくことが大切だと実感しました」と話しました。

今年1月に発生した能登半島地震では、改めて自然災害の怖さを実感することとなりました。長野県は地震の発生が切迫していると



いわれる活断層が存在し、能登半島と同規模の地震がいつ発生してもおかしくありません。今回の体験を日頃の防災活動に役立てていきたいです。



TOPICS

2

幸せな職場づくり、定着率向上に向けて

リーダー向けコミュニケーション研修



今年度より新たに主任・リーダーとなった職員に向け、リーダー教育研修を開催しました。リーダーとしての役割自覚、育成コミュニケーションスキルを身につけることを目的に、ファンディングライフ株式会社の川島雪子氏を招き、4月と5月の2回にわたり、20名が受講しました。

近年の国際情勢の多様化、働く職員のバックグラウンドの多様性、現場を取り巻く環境が変化している中で、育成者の視点も変

えていかなくはなりません。現代に即した「強い組織」を仲間と一緒に作り上げていくために、リーダーは職員一人一人に対し、「観察・傾聴・承認・共感」を意識し、相手の思いに寄り添って対話することが重要であることを学びました。

研修の受講者からは「同僚、後輩のことを理解しながら、それぞれの能力を活かすことができる職場をつくりたい」などの感想が聞かれました。

TOPICS

3

誰でも簡単に歩行の分析ができる

歩行分析AIツールを導入

平成会では7月より、歩行分析AIアプリを一部の事業所で導入しました。スマートフォンやタブレットで歩行の動画を撮影するだけで、転倒リスクに関する4つの指標でAIが歩行を解析してくれます。解析したデータは誰が見てもわかりやすいコミュニケーションシートとなり、利用者様やご家族様、ケアマネージャーとの情報共有ツールとなります。

このアプリの特徴は、誰でも簡単に歩行

分析が行えることです。5mの歩行の動画を撮影してアップロードするだけで、2分後にはAIが解析結果を教えてください。また、解析結果からおすすめの運動も提案してくれるため、歩行能力の改善に向けたツールとしても活用できます。実際に利用者様の歩行を解析し、コミュニケーションシートを使って説明をすると、歩行状況が可視化されることで「やっぱり私の歩き方はこうなってい

るんだね」と、口頭で説明するよりも伝わりやすいと実感しています。

リハビリの専門職がいないと歩行の判断に自信が持てないと思われる事業所や、リハビリの専門職がいる事業所であればアプリの解析結果にプラスアルファすることで、より質の高いサービスの提供につながると考えています。

ステップ1

タブレットで歩行動画を撮る



ステップ2

AIで分析。結果が出る



ステップ3

おすすめの運動を提案



TOPICS

4

職員同士で久々に交流

互助会ボウリング大会を開催

梅雨入り前というのに異常な暑さが続いていた6月15日、新入職員の歓迎も兼ね、数年ぶりに互助会のスポーツ大会が開催されました。

今回は久しぶりの開催だったこともあり、老若男女楽しめるスポーツとしてボウリング大会を企画し、65名の参加がありました。ボウリングは初めてという外国人職員や何年もやっていないという職員もいましたが、各々のペースで楽しみながらプレーしました。団体賞、個人賞、ストライク賞などさまざまな賞があり、大会は外気温以上に熱く盛り上がり、施設の垣根を越えた交流ができました。

互助会では今後も、福利厚生の一助として会員が楽しめる企画の立案、運営を行っていきます。



各施設からのフォト絵日記!



Photo Diary

フォトダイアリー

2024 SUMMER

今号のお題

私たちの自慢



茅野市 グループホーム寿和寮



見てみて! 素敵にできました

季節を感じようと、折り紙で色とりどりの傘と長靴を、利用者様と一緒に制作しました。とてもカラフルで、どんより曇り空の梅雨も楽しく過ごせました。

辰野町 グループホーム歩歩清風



私の仕事!

グループホーム歩歩清風には働き者の利用者様が多くいらっしゃいます。特に家事が得意なのがこの方です。料理から食器ききまでお手の物で、「それやるかい?」と声をかけてくださいます。

松本市 とりの縁側おかだ



歌がお得意、ソプラノ自慢

歌が大好きな2人の利用者様は、童謡や昭和歌謡を毎日楽しんでます。表現豊かできれいなソプラノを響かせてくださるお二人に、時には指揮者も加わり、とりの縁側合唱隊の歌声が披露されます。

松本市 ケアハウスなごみ松本



青空カフェ

施設の周りに樹木がたくさん! 日頃部屋にこもりがちな利用者様も、春の空気とお菓子に誘われて、青空の下でお花見を楽しんでいただきました! 98歳と99歳、なごみ松本の最年長コンビです。

塩尻市 通所介護事業所 無暦日庵



夏、つながる思い

無暦の式台から見える景色です。今年はたくさんの人の思いがつながり、樹木に名前が木札が付きました。利用者様も木札を見ながらゆっくりと庭の散策を楽しまれています。

平成会の 管理栄養士がお届けする あったか レシピ vol.2

心を豊かにする食事の提供を大切にしている平成会。平成会の管理栄養士が考案したレシピをご紹介します。



茅野市養護老人ホーム寿和寮
塩崎 かりん

薬味たっぷり! さっぱりそば

夏は冷房の使用に加え、冷たいものを食べる機会が増えることから、胃腸が冷えて消化不良や下痢を起こしやすくなります。オクラやなめこなどのネバネバ食材は、胃の粘膜を保護し、胃腸の調子を整えてくれるため、夏バテ予防に取り入れてみてはいかがでしょうか。

夏におすすめの
レシピです。
ぜひ作ってみてください



材料 3人分

- | | |
|------------------------|------------------|
| そば(乾麺).....300g | 〈薬味〉 |
| 好みの濃さのかけつゆ...100~120cc | ・なめこ.....1パック |
| ★めんつゆ(下味用)....小さじ1/2 | ・きゅうり.....1本 |
| 大根おろし.....200g | ・みょうが.....2本 |
| うずらの卵.....3個 | ・青じそ.....4枚 |
| | ・オクラ.....4本 |
| | ・こねぎ.....1/4束 |
| | ・しょうが(薄切り)....2枚 |
| | ・味付けめかぶ.....2パック |

薬味はお好みで
量を調節して下さい!

作り方

- 1 なめこはゆでてから★で下味をつけておく。きゅうり・みょうが・青じそは千切り、オクラは板ずりしてから小口切り、こねぎは小口切り、しょうがはみじん切りか千切りにする。
- 2 そばをゆでて水で締め、ざるに上げておく。
- 3 器にそばを盛り、薬味を全て盛り付ける。最後に大根おろしを乗せ、大根おろしの中心をくぼませてからうずらの卵を落とすときれいに仕上がる。
- 4 かけつゆを器のふちから注ぐ。



トマトとアーモンドのサラダ オレンジマスタードのドレッシング

トマトの旨味とアーモンドの香ばしさが引き立つサラダです。トマトに含まれるクエン酸には疲労回復効果があり、暑さで疲れやすい今の季節にぴったりです。平成会では毎年、諏訪市湖南の田辺(たんべ)地区のトマトを提供しています。手塩にかけて育てられたトマトはみずみずしくコクがあり、甘味・酸味・旨味のバランスのとれた美味しさ! 利用者様からも大好評です。

材料 2~3人分

- | | |
|-----------------|---------------------------|
| 【トマトとアーモンドのサラダ】 | 【オレンジマスタードのドレッシング】 |
| トマト.....2個 | マーメイドジャム・オリーブオイル... 各大さじ2 |
| 青じそ.....3枚 | マスタード..... 大さじ1 |
| アーモンド.....10粒 | 塩..... ひとつまみ |
| | 穀物酢..... 大さじ1/2 |

さわやかな香りが
食欲をそそります



作り方

- 【トマトとアーモンドのサラダ】
- 1 トマトは乱切り、青じそは千切り、アーモンドは細かく刻む。
 - 2 ボウルに①を入れ、混ぜ合わせる。
- 【オレンジマスタードのドレッシング】
- 1 材料を全てボウルに入れ、よく混ぜ合わせる。トマトサラダにかけて召し上がれ。