

まんさく

第278号

発行
特別養護老人ホーム光寿苑
まんさく編集委員会
和賀郡西和賀町湯本30-76-1
TEL 0197-84-2526
koujhu@fancy.ocn.ne.jp
題字 元理事長 太田 祖 電



窓越しだけでも、人生の長距離ランナーから深緑のランナーへ精一杯の応援

錦秋湖マラソン応援 (^^♪ 《令和4年5月29日》

光寿会ホームページは『光寿会 にしわが』で素早く検索できます(^^♪

令和4年度の光寿会全体のテーマは「続・知る」

【生活】「②医務部門」 ☆佐藤真理子☆

令和3年度下半期のイメージ	テーマ	お年寄りを敬おう	
	理想半期	目標 ①	目標 ②
		お年寄りの置かれている状況を知る事ができる。	家族と情報を共有する事ができる。
具体的な取組み (いつ、何を、どのように)	①自分自身の心にゆとりを持つ。 【通年】 ②お年寄りと目線を合わせ、表情と言葉から伝えたい事を読み取る。 【常時】 ③コミュニケーションを図る事で、お年寄りを知る事ができる。	①普段からお年寄りの想いを汲みとり、家族との橋渡しができる。 【常時】 ②家族への連絡を小まめに行う事で、家族の視点から物事を知る事ができる。	



令和3年度を振り返って	法人キーワードに対して	※コロナや地震など世の中が目まぐるしく、それらの情報を集め、お年寄りやその家族との関わりの中で、相手を気づかう思いを伝える。また、相手の想いを受け止めることに務めた。	
	テーマに対して	※ お年寄りが、“自分が大事にされている”、“気づかってもらっている”、ということを感じて頂けるよう努めた。	
	各目標等に対して	【目標①②両方に対して】 ※コロナのこともあり、お年寄りに変化が見られた際には、時間を置かず、家族に連絡をし状況報告に務めた。 ※家族との会話から、“何を不安に思っているのか”、“何を希望しているのか”、など、スタッフ間で共有し、知ることに努めた。 ※業務を優先することで、お年寄りの話に耳を傾ける心の余裕がなかった。	



法人キーワード	令和4年度共通のキーワードは『続・知る』		
令和4年度上半期のイメージ	テーマ	知ったことを活かす	
	理想半期	目標 ①	目標 ②
		「知る」を共有し、活かすための行動をとる	活かしていく過程を家族と共有する
具体的な取組み (いつ、何を、どのように)	①お年寄りを知るための努力をする。 ⇒自分自身の心にゆとりを持つ。 ⇒お年寄りと目線を合わせ、表情と言葉から伝えたい事を読みとる。	①お年寄りの背景を知り、家族を理解する。 ⇒家族への連絡を小まめに行う。 ⇒変化の有無に関わらず、2~3ヶ月を目途にお年寄りの様子を伝え、家族の想いを知る。	

全体テーマを基として各部署で目標設定しました

【生活】「④介護部門…湯の町地区」 ☆加藤千恵子☆

令和3年度下半期のイメージ	テーマ	お年寄りの気持ちを知る	
	理想像	目標 ①	目標 ②
	具体的な取り組み	① ベッド上で過ごされる時間が多いお年寄りへの対応 ⇒ おむつ交換・体位変換の都度、全身や表情の変化等、注意深く観察していく。 ② 1日3回の口腔ケアの継続で、肺炎予防に努めていく。 ⇒ 口腔ケアをする事により、終了後には気分の良さを感じてもらう。	① お年寄りの大事にしているもの、好きなものを会話の中で聞き知っていく。 ⇒ 聞き取りにより、知り得た事柄に対して、職員が対応できる事を実施していく。



令和3年度を振り返って	法人キーワードに対して	※ 色んな意味で、お年寄りを「知る」ことができた。 → お年寄りの嗜好品を知る、家族を知る …等	
	テーマに対して	※ 極力、お年寄りの気持ちを知るよう、職員が個々に努力できたと思う。 → 物（おしぼりやティッシュ…もったいないという意識から）を集めたい方には集めて頂く。 〔お年寄りの世界観を大事にして、後から職員がそっと片付ける配慮ができた〕 → 動きたい方には見守りながら自由に動いて頂けた。 → 食べたい方には、医務ストップが掛からない限り、食べて頂いてきた。	
	各目標等に対して	【目標①】 ※口腔ケアはしっかり継続できた。 → 発熱のお年寄りが少なくなった。 【目標②】 ※職員は時間の許す限りお年寄りとの会話に努めた。 → 偲びのカンファレンスでは、その方の思い出話が色々な面からできた。 【全体的な振り返り】 ※今年度、ひやりはっとを多く確認できた。 → 職員が、お年寄りの全身状態や表情の変化を注意深く観察することができた結果と思う。 → ただ、内出血ケガ等も一方で増えた。ケアの技術そのものや個人に適したケアの仕方等、見直す時間を多く持ってきた。	



法人キーワード	令和4年度共通のキーワードは 『続・知る』		
令和4年度上半期のイメージ	テーマ	お年寄りをよく知ろう	
	理想像	目標 ①	目標 ②
	具体的な取り組み	① 一人ひとりの表情や状態を知ろう ② 寝たきり度の高いお年寄りの口腔ケア ⇒ 出血ないように口腔ケアを行う。 ③ 「内出血はなぜできるか？」を知り、できないための方法を共有していく。	介護の基本をもう一度知ろう ① 新人職員も入ってきたため、もう一度介護の基本をしっかりと行えるようにする。 1) 個々に合った介助方法 2) 食事の際のポジショニングを共有していく。



【令和4年5月19日、25日】

新人育成プロジェクト

職員が講師となりじっくり研修中



R4年度 直接処遇職員〔新人〕育成プロジェクト一覧 6月9日付

月回	プログラム内容	研修形態	担当	実施日	時間	対象	場所
就 職 時	① *福祉とは何か? *光寿会の目指すものについて	講義	苑長	8日	14時15分 ~14時30分	新年度新人	借書室
	② *コミュニケーションのとり方と言葉掛け	講義 演習	苑長	〃	14時30分 ~15時05分	〃	〃
通 年	*基礎的介護技術の指導	実技指導	介護技術 向上委員会	通 年	勤務時間内	全8名	苑内
4 月	*認知症Ⅰ【認知症の種類と心の理解】	講義	ケアマネ 啓典	①27日 ②28日	①AM実施 ②PM実施	①6名 ②2名	せせらぎ
	*個別ケア『動き出しは当事者から』	DVD鑑賞					
	*認知症Ⅱと個別ケアについて 【生きる探求】	講義 演習	生活相談員 (豊)	①27日 ②29日	①PM実施 ②AM実施	①7名 ②1名	〃
5 月	*感染症対策について①【標準予防策等】 *感染症対策について②【ノロ対策等】	話し会	医師 (眞理子)	28日	AM予定 (後確認)	光寿館職員 7名のみ	〃
	*高齢者にとっての栄養とは何か	講義	栄養士 (原久子)	①11日 ②12日	PM予定 ①別表① ②後確認!	全8名 ①別表① ②後確認!	せせらぎ
6 月	*口腔ケアと摂食ケアについて	講義	医師 (眞)	①18日 ②20日 ③25日	〃	〃	〃
	*安楽な姿勢で食事を… 『POTT』を添えて	講義 実技指導	介護 (眞)	19日	〃	〃	〃
	*観察のポイント/記録のとり方について	講義/演習	生活相談員 (豊)	19日	〃	〃	〃
	I)事故防止/ひやりはっと記録等について II)身体拘束ゼロへの挑戦について	講義	ケアマネ 啓典	①25日 ②27日	〃	〃	〃
6 月	*緊急時の対応について	講義	医師 (眞)	①24日 ②26日	〃	〃	〃
	*看取りケア【看取りケアの実践】	講義	医師 (眞)	①22日 ②24日	PM予定 ①別表① ②後確認!	全7名 ①別表① ②後確認!	せせらぎ
	*死生観について【いのち・死生観】	講義 演習	苑長	①28日 ②29日	〃	〃	〃
締 持	*お年寄りの観察ケアと実践そして振り返り ⇒『関わりの中で最も大切な事は?』	観察/記録	生活課長 (るみ子) 教育担当	〃	〃	〃	〃

『動き出しは本人から』
DVD鑑賞の中から大切な言葉をピックアップしました

① 意思の現れは動きに出る!例えば、意思がお年寄りの左手の動きに現れる。サークルにつかまろうとする動きがそれ。介護者の手を振り払う動きも意思の現れ。

② 「される人」から「する人」へ。動き出しを「する人」に本人がなること。動き出しを邪魔しないこと。

③ 動き出しが見られるまで「待つ」。お年寄りを待たず、手もかけてしまふ。「待つ」ことで本人も励みになるし、介護者の負担軽減にもなる。

④ その人の可能性を待つことで引き出せる介護人。

恒例の下水道掃除

【令和4年5月18日】



皆、慣れた手つきであっという間にキレイキレイ!

想...

災害を捉える ~北海道から発信します②~

『私を見つめる鏡を持つ』… 寺澤三郎 さん

寺澤三郎先生は、光寿会理事長と大学時代の同期生。仏教学専攻で、広い視点から現実を見定める眼の鋭さは、より深みを増しています。この度、2度目のご発信賜りました(^_^)

〔天災・人災に驚われ続ける時代にあって
思い通りにならない世を生きる視点〕

② 私を見つめる鏡を持つ

朝起きる。洗面台で顔を洗い、歯を磨く。鏡にはふと自分の顔が映る。その姿が目に入ると、色々な思いが起る。色んな顔をしていながら、疲れた顔をしていながら、シワや白髪が増えた。鏡は私の姿をそのまま映し出します。その鏡を見て私は姿を整えていくのです。鏡は私を知り、私を整えていくとても大事なものです。

このように人間の様々な問題を映し出し、私に宿題を投げかけてくれる「鏡」のような何かを生活の中で持つことは大切なことだと思います。

私は日常生活でどのような振る舞いをし、どのような言葉を発し、どのような心で過ごしているのでしょうか？

普段、自分の行動・言動・心もちを省みることには少ないと思いま

す。私は仏教徒なので、仏様の教えから自分の姿を教えられることがあります。その時、ゾッとする自分に会うのです。自分可愛さっぱいの振る舞い、細やかな配慮に欠ける会話、決して人には言えない心の奥底にあるおどましい想いなどです。仏教の言葉によって、私の本性が一枚一枚剥がされていきます。その姿を見てみると、底なしの欲望、煩惱いっぱい、自分中心に生きている姿が見えてきます。そのことを反省し正してみても、気がついてみると繰り返してしまっているのです。

しかし、「その姿に気づきながら過ごすか」とは「全く知らんふりで生き続けるか」とは、その人生の深みと味わいは全く違うと思うのです。

出会いや別れ。老・病・死。思い通りにならないことも含めて人生は常に変化していきます。これを仏教では「諸行無常（しよぎよ）うむじよう」と言います。思い通りに生きてゆきたい私の心や私の想定を超えて、私にとって初めての新しい毎日がやってくるという

ことです。いつも初めての人生体験。私たちは毎日が一年生なのです。

その毎日を生きる時、人間の様々な問題を映し出し、私に宿題を投げかけてくれる「鏡」のような何かを生活の中で持つことは、大切なことだと私は考えています。鏡を持つことによって、私に「ちよつとの立ち止まる時間」と「ちよつとの生活を見直す場面」がプレゼントされます。この「ちよつとの時と場」が人生の宝であるということを私は仏教から教えられるています。

皆様にとっての鏡のようなものは何ですか？
読書や人から教えていただいた言葉ですか？

近しい人の生き様ですか？
亡くなっていった人の面影でしょうか？

「ちよつとの時と場」で考えてみてくださいますか？

△続く▽

サブロー



今月の登録者の方々
13 名 様です♪

小規模多機能ホーム「ひなたぼっこ」
住宅型有料老人ホーム「湖畔の宿」

肌寒い日も多いけれど♪…「ひなたぼっこの日常」



2022/05/15 09:51



2022/05/28 15:17

長くひなたぼっこを支えて下さった看護師さんに皆で感謝を伝えました

おかげさまでした

光寿会へのご支援



★=光寿苑、☆=ひなたぼっこ

寄贈

- ★ 匿名 様 [西和賀町]
- ★ 高橋 広雄 様 [大野]
- ★ おおしま商店 様 [湯本]
- ☆ 高橋 康文 様 [新町]
- ☆ 東海林 保 様 [左草]
- ☆ 高橋 由紀 様 [上野々]
- ☆ 石川 アチ 様 [上野々]
- ☆ 佐々木 里子 様 [北上市]

面会

(5月1日～31日)

- ★ 家族
- [窓越し] 延べ18名
- [オンライン] 延べ3名

ボランティア

畑掘り (5月17日)

- ★ 菊池 雄輔 様 [上野々]

第103回

第103回目は、家族会新役員(任期：令和4年4月～令和6年3月)が決まりましたので、ご紹介致します。

令和4年度 家族会役員名簿

役 職	氏 名	住 所	備 考
会 長	佐 々 木 一	西和賀町	留任
副会長	照 井 恵 悟	西和賀町	留任
〃	池 田 テ ル	西和賀町	留任
事務局長	藤 原 輝 夫	西和賀町	留任
監 事	高 橋 信 男	西和賀町	留任
〃	小 森 一 彦	西和賀町	新任
地域役員	田 村 隆 也	西和賀町	留任
〃	照 井 薫	横 手 市	留任
〃	高 橋 保 友	西和賀町	留任
〃	高 橋 敏 子	西和賀町	新任
〃	佐 々 木 忠 雄	西和賀町	新任



昨年の家族会役員草刈りの様子

元気です！家族会♪

【総会書面議決の結果：8割のご返信を賜り、承認100%で可決されました】

光寿苑のかお

【新人職員紹介】 今春より仲間入りしてくれた高橋龍正さんにお話を伺いました(^ ^)



高橋龍正さん

とても間のとり方に余裕を感じる龍正さん。インタビューにも、とても深慮ついで自らの世界観を語ってくれました。やさしさ、にじみ出ます♡

Q 何故、この仕事を？
 A 地元で働いてみたいと思いついてきました。母の姿をずっと見てきてやりたいと思いついた。

Q この仕事のおもしろさは何ですか？
 A お年寄りと話すと、色々な事や分かる。こういう経験してきた人なんだなあと知ると、接し方やその人の好むこと等、その人の事について知ることが出来る所ですかね。

Q 龍正さんのセールスポイントは？
 A お年寄りの生活に関わる小道具づくりをさせてもらっています。物づくりが好きですね。

Q 趣味は何ですか？
 A 釣りが好きです。小中高と川や海で釣りをしてきました。釣れたかいうかよりも、道具をレイにしたり、準備の時間が好きです。ソロキャンプもやりたい。

Q これからの豊富は？
 A 趣味で身につけた余裕を仕事にも活かせたらいいなと思います。



光寿会 278号 の日々



イラスト：1000

初代苑長が残した言葉の中に、お世話する者とされる者という関係ではなく、むしろお年寄りに何かを学ぶという職員、そういう関係でありたい。とあるが、正にこの方、私たち職員を育てて下さるような言葉をプレゼントして下さい。相手を想う言葉は自利利他。

いらぬものはどうしますか？

《森村泰昌》

第77回 丸田善明

自然法爾

〔じねんほうに〕

私は、江戸時代に建てられた萱葺きの寺で生まれ育ちました。築250年という庫裡の奥に、不要品を押し込めた「ホット部屋」と呼ばれる小さな空間があり、急場には使えやうな物を探し出し、当座の用に宛てたものです。ゴミムというモノの少ない時代でした。芸術家・森村泰昌さんの造った「たいせつな」わすれものムという絵本の中に、次のような言葉を見つけました。

「いらぬものは、どうしますか？
そうだね、いらなくなったらなにもかも
ごみばこに、すてるよね。」

にんげんって
はたらいて、たべて、ね
て、
そして、いっぱい ぐみ
を すてていきま

サルやライオンが、ぐみをすてるだろうか。
そらをとぶ とりや うみのさかなが、
ぐみをすてるだろうか。
いんげんだけが
ごみばこを もっている。

言葉はもう少し繞くのですが、大方、このよ
うな内容です。
皆様、どうですか？

おわりに

先日、岩手匠大NICUの医師・看護師や、過去にNICUで赤ちゃんと看護取ったご家族を招待して、痛みや悲しみ、感謝を語りあい共感を深めている薄い場を設けていて、私も講師をさせて頂いた。その会の名前は「ドイング」。

「何かをしよう (do in g)」とするのではなく、「ただ悲しみに寄り添い」"トベイング" "傍にいなさい" という意味。(中略) 私たちは、痛みを抱えたご家族といっしょにいますよ。

右記は、会の名の由来。何もせず、ただ傍に寄り添う理解者がいてくれる安心感。前向きになれない吐露も真直ぐ受け止める尊い時間。

過去の事にせず、今、共感する場づくり