

新年度のご挨拶

特集

「清戸の里」

信愛之友

社会福祉法人 信愛報恩会 2015年 春号 SPRING No.629

新年度を迎えて

信愛報恩会 理事長 桑名 斉



1970年、特別養護老人ホーム「信愛の園」が開設されました。病院では結核中心の医療から生活習慣病の医療へ移行するとともに、高齢化や核家族化が問題になり、自宅へ帰ることができない高齢者が増加しました。長期入院を強いられる患者さんが増えるにつれて、世論は社会的入院という言葉の悪いイメージが広まりつつありました。そこで、海外にも倣い医療と介護を切り離して、福祉施設として創設されたのが特別養護老人ホームです。しかし、医療と介護が分けられてからは次第に独立性が強くなり、お互いの意識に乖離が生じていきました。厚生省（当時）においても、医療政策と高齢者対策は別々の部局で練られるようになりました。しかし、近年、厚生労働省の部局間ではたすき掛け人事が行われ、医療分野にも介護分野にも精通している担当者が増え、医療・介護を一体化した政策が提唱されるようになったのです。

同じように法人も病院と特養・デイケアセンターと組織が別になってからは、本来ならば強い絆で繋がっていなければならなかったものが、「病院だから」「介護施設だから」と次第に自分たちの立場を主張するようになりました。これは、職員の給与体系や福利厚生などにも影響し、同じ法人であるにもかかわらず違う待遇になってしまったのです。

一方、地域の人たちからみれば信愛は一つですから、病院のことは特養・デイケアセン

ターの職員はわかっていて、特養・デイケアセンターのことは病院の職員がわかっているものだと思うのが当然でしょう。にもかかわらず、上に述べたようなことが現実であるとすれば、私たちは地域の人たちを置き去りにしたまま事業を続けてきたといっても過言ではありません。

今や、医療、介護、福祉が一体となり地域と協働で地域包括ケアシステムを創らなければならぬときに、これまでのようにバラバラの意識であってはなりません。キリスト教の愛と奉仕の精神に基づく「しんあい」は一つなのです。新生信愛は各事業所間の職員の人事交流も行ないながら、統合化を進めます。

私たちの事業の収益は寄附以外、診療報酬や介護報酬が主ですが、正当な収益を得て社会に還元する事業をしなければなりません。実際、その利益は巷でいわれていることと違い微々たるものですが、その中から少しでも職員の研修や教育に当てる必要があります。他の病院や施設のサービスに劣ることのないように、新たな医療や介護の知識を習得し、各自スキルアップすることが、ひいては地域から「しんあい」が評価され信頼される結果をもたらすのです。何にもまして、利用して下さる地域の皆さまの喜びや幸せに資することになるのです。

新生信愛のみなさん、私たちの仕事の本質を忘れないでください。

信愛病院

院長 谷忠伸



日本海から北海道において、今年は大雪に見舞われました。そこにお住いの人達のライフサイクルが寸断され、生活に大変な支障を来していると毎日のように報道されました。大変お気の毒な事だとお察し申し上げます。

さて、信愛病院の今年度の現状と展望について、述べさせていただきます。

【現状】介護報酬の改定における影響 介護報酬の2・27%の引き下げが行われました。当院も介護病棟があり少なからず影響を受けますので大変困っています。対策として、病棟の転換も一つの方法です。強化型介護病棟、地域包括ケア病棟、老健、現状維持等さまざまな考えがあると思います。それぞれ利点も欠点も持ち合わせています。じっくり世の中の動きを観察した上で信愛病院に合ったスタイルを築きたいと思っています。

【展望】

*病院の目指す方向
1. 時代のニーズにあった診療体制への改革

2. 旧病棟建て替えの準備への着手しなればいけないのですが、まずは先送りした事柄を、一つずつ解決していく事が経営の体力の充実につながる
 3. 社会情勢に応じた組織、規定、制度など内部体制の変更
 4. 無料低額診療をはじめとした社会的弱者への医療の継続
 5. 幅の広い慢性期医療の提供
 6. 社会福祉法人信愛報恩会の中核的存在として地域を中心とした医療を提供する
- *個人の目指す方向
1. 個人の事より組織や地域のことを優先して考える
 2. 各自「変えられる」↓「変わる」
「わらなければ」という気風の主体性、自主性の考え方の定着化
- 来年度は診療報酬改定、再来年度は消費税（8%↓10%）への引き上げ等次々と荒波が押し寄せてきますが、職員全員で乗り越えましょう。宜しく願います。

信愛の園

施設長 鏡勉 あふみ



本年平成二十七年は、昭和の年号で呼び変えるならば昭和九十年。戦争の影響を誰しもが受けた幼年〜青春時代、戦後の混乱期から高度成長、安定成長期を駆け抜けた壮年時代、そしてバブル盛衰を味わい、その後の「失われた二十年」と歴史上かつてない「超高齢社会」の先駆けとして日本の浮き沈みを体験してきた現在まで。その昭和の歩みと同じ、あるいはそれ以上の長さを生きてこられた方々が、信愛の園のご利用者にはたくさんいらっしゃいます。

この九十年のちょうど半ばにあたる昭和四十五年に、信愛の園は誕生しました。当時、六人部屋・定員五十名の特別養護老人ホームとして開園。まだ特養が全国でも百五十余り、東京都にもわずか十五施設しかなかった時代でした。今や特養百八十ベッド、短期入所十四ベッドを数える大型の施設として、地域の主要介護拠点の役割を果たしております。

私たち信愛の園に働くスタッフは、「ご利用者の皆様・ご家族を大切に、共に働く仲間を大切に、そして支えていただいている地域の皆様を大切に」して、毎日励んでいく行動指針を『信愛コミットメント』に込めました。

*みなさまを不快にさせる乱暴な言葉遣いや行為はぜつたいたしません

*良いケアをするために、自身の健康管理に努めます

*地域に愛されるサービスをこないます

このようなコミットメント（強い意志を伴う約束）を胸に、ご利用者の皆様に接していきま

す。
幾多の変遷を重ねてきた昭和として平成の、ご利用者おひとりおひとりが歩んでこられた歴史・時間・体験に耳を傾け敬意を表し、安全で穏やかな「いま」を過ごしていただけるよう、職員一同努めてまいります。

文京大塚みどりの郷

施設長 奈良 高志



「一番重要なのは、今ある人材と資産で何ができるかを考えることである」(P. ドラッカー)

大塚みどりの郷の事業終了とそれに伴う深刻な人材不足などの問題に、今回の介護報酬の大幅な切り下げは追い打ちをかけるには十分でした。しかし、一時的に地域の皆様にご迷惑をかけたつども、今は職員とご利用者の皆様を優先に考え、責任をもって後継法人にバトンをリレーしていくことが最大の使命と考えます。

「人、金、モノ」もない状態の中にあっても、職員が日々奮闘し、明るくご利用者の皆様と接し、「この仕事を生涯の仕事としたい」と考えていることが、大塚みどりの郷にとって、最も大きな資産であります。

この地域に、職員一人ひとりの心にある「信愛」が生きていること、そして「福祉・介護マインド」が脈々と引き継がれていることを確信しつつ、後継法

人の支援により陣容(職員)を整え、早期に地域のニーズに再び応えられるように、ショートステイなど中断しているサービスの早期再開を目指します。二十六年からの一時的な縮小は、上昇のための準備期間として、この間に蓄えるべきものを蓄え、サービスの質の向上を目指します。

介護報酬の改定では、加算算定できるサービスメニューを増やします。組織・事業活動の目的は、いかに地域社会に貢献していくか、ということにもう一度立ち返りながら、新たな事業戦略のステージを目指していきます。

特に特養、在宅サービスセンターのご利用者が、安心してこの地域で、今ある職員による支援が継続できるよう、また職員がこの仕事を生涯の仕事としていけるようその「雇用」の確保に努める所存です。今年度もご指導、ご支援の程、よろしくお頁、ノミト。

信愛のぞみの郷

施設長 小森 裕貴子



今年も福島市から荒川区を通じて蕾の膨らんだ桃の花が寄贈されました。のぞみの郷の各フロアに飾られたお雛様の脇に添えられ、菜の花も追加し、華やかさを演出していました。ご利用者の皆様が桃の節句を楽しみ、春が近いことを感じさせてくれました。

年末からインフルエンザが発生して、正月行事を全て中止せざるを得なかった為、季節を感じられる出来事がとても大事でした。平成二十七年度はまるで春の嵐のような介護報酬引き下げで幕が上がりました。

内部留保金などあり得ないのぞみの郷としては、大きな収益減に対して様々な対策を考え、根本からの運営の見直しに取組んでいます。まずは夜勤業務の改善で、準夜勤制度の導入を実施します。三人で行っていた夜勤に準夜勤一名が配置できれば、休憩時間を確保することができ、緊急時の対応もスムーズになります。職員にゆとりが出来れば事故防止にもつながり、ご利用者の皆様へのサ

ービス向上が図れます。その他、間接部門の縮小や諸経費の見直し、物を大切に使用する等出来ることは何でも行っています。

また看護体制の充実など、各種加算を検討します。訪問歯科診療でお口の健康管理をしてきましたので、歯科衛生士による口腔ケアを更に実施して口腔衛生管理を行います。嚥下能力の維持向上や誤嚥性肺炎の予防にもつながり、皆様の健康維持に資する取り組みとなります。短期入所生活介護では協力医療機関との連携による重度者の受入れを行いません。

様々な変更がご利用者不在にならないように、必ず地域のニーズに添うものとなるように、ご利用者の皆様、家族会や後援会、地域懇談会等で話し合いを行っていきます。毎日沢山の地域のボランティアさんに来訪して頂き、手助けをして頂いております。心からの感謝を申し上げ、いつまでも地域に必要とされる場所であり続ける努力をして参ります。今年度もどうぞ宜しくお願い致します。

新年度を迎えて

しんあい清戸の里

支配人 平野昇



昨年夏に産声を上げたしんあ
い清戸の里、グループホーム『ひ
まわり』十八室満室、サービ
ス付き高齢者向け住宅『清戸の里』
四十二室中残り一室、在宅介護
を支える役割の看護小規模多機
能型居宅介護『複合型ケアほ
ほえみ』二十五人定員に対し十九
人の利用登録と大変順調に推移
しております。皆さまのご支援
に心より感謝申し上げます。

好評の理由は当然ながら百年
以上の歴史がある信愛報恩会が
運営している安心感、建物の周
りに高層建物が無く自然あふれ
る環境です。新たな生活を始め
る六十名のお客様とご家族、複
合型ケアほほえみをご利用され
る二十五名のご利用者様とご家
族に寄り添い過ぎず離れすぎず
『心地良い』と感じられる距離
で伴走できればと思います。

今年度の取り組みとして地域
交流室「かたくり」を活用し地
域の方々の交流の機会を多く提
供できるよう取り組んでまいり



可動式扉なので、色々な活動が可能です。
ミニキッチンやハイブリッドピアノを設置しています。

ます。引き続きご支援のほど宜
しくお願い申し上げます。

*地域交流室「かたくり」は地
域の方にもご利用できるよう貸
し出しを行なっております。詳
しくは、しんあい清戸の里の事
務所へお問合せください。
また、「かたくり」で活動してく
ださるサークル団体も募集中で
す。

訪問看護ほほえみ 看護小規模多機能

所長 上村貴代美

要介護状態になっても、住み
慣れた地域で医療や介護を受け
生活するための体制作りが進
められています。その中でも「在
宅医療」の整備が重要な要であ
り、訪問診療と訪問看護の充実
が求められています。医師と看
護師が二十四時間対応すること
で、重度な状態で家に帰る方の
安心につながります。ほほえみ
は看護師とリハビリ訓練士に言
語聴覚士も加え、専門職の技術
を活かし地域の要望に応えてい
きたいと考えています。

また、昨年開設した「複合型
ケアほほえみ」は、自宅での介
護サービスだけでは生活が困難
な方、医療処置が必要で一般の
通いや泊りを利用できない方を
受け入れています。「ここがある
から在宅療養が続けられる」と
いうご家族の言葉が職員の励み
となっています。今後も「家に
帰って良かった」という声を頂
けるよう、サービスの向上に努
めてまいります。

信愛の園在宅支援課

センター長 上垣 真人

清瀬市内では在宅の介護保険
事業所のネットワークとして、
居宅介護支援事業所（ケアマネ
ット）、訪問介護事業所（ケアパ
レット）の連絡会があります。
これに加え、昨年、市内の通常
規模以上の七つの通所介護事業
所が集まり、「清瀬市内デイサー
ビス連絡会」を立ち上げました。

プログラムのこと、質の向上
につながる研修や教育のこと等
情報を共有し、サービスの質を
向上しようと取り組んでいま
す。今後は、日常生活支援総合
事業を担う受け皿となるような
地域の事業所として、連携を図
っていききたいと考えておりま
す。

また、信愛地域包括支援セン
ターでは市内のセンターと協力
し、医療機関との地域ケア会議
を立ち上げ、入院や退院時のス
ムーズな連携について話し合い
を始めました。

このような取り組みが市民の
ケアに反映できるように進めて
いきたいと考えております。

新年度を迎えて

文京昭和湯島

在宅サービス

センター長 小林 正幸

新しい春は、厳しい春となりました。とかく報酬の減額ばかりに目が行きがちですが、国は地域包括ケアシステムの名のもと、在宅サービスに求められる機能とは、一日でも長く在宅で暮らし続けられるよう「心身機能や活動の維持向上」「社会参加の促進」「生活援助」「家族の負担軽減」を図ることであると初めて明文化しました。

同時に、「ただ受け入れる」「一日を過ごしていただく」から、心身機能維持向上・認知症・重度者への対応等も含め、施設の機能や職員の専門性を地域に還元することが望まれ、センターが地域の拠点としてどう働き、また用いられるか。例えば災害時支援、ボランティアや介護人材の育成など、多岐にわたる機能が求められる施設へと変貌を求められているのだと考えます。

今年度はそのことを肝に銘じ、職員一丸となってこの課題を達成出来る様努力してまいります。と思います。

のぞみの郷 在宅部門

センター長 佐藤 保澄

平成二十七年度は介護保険制度改正、介護報酬改定の年で様々な改正・見直しがあります。在宅サービスでも通所介護の基本报酬が下げられ加算の要件が変わっています。そのような厳しい中でも「高齢者が尊厳を保ちながら暮らし続けることができる社会の実現」を目指して私達も力を合わせていかなくはなりません。荒川区では「介護予防・日常生活支援総合事業」が始まっています。従来の通所介護の利用率の向上をはかりつつ総合事業を実施し、相談員を中心に今まで同様「笑顔が生まれる明るいセンター」を目標に、内容の充実を考えていきます。そしてこの四月東西の尾久地域包括支援センターと尾久居宅介護支援センターで人事異動が行なわれ、それに伴い信愛のぞみの郷の中のスタッフルームの移動を行いました。新しい環境と、異動による新しい顔ぶれで組織の活性化をはかり事業の進展をはかっていきたいと思

信愛苑

苑長代理 渡邊 幸子

信愛苑は今年で創立二十六周年を迎えました。

現在の入居者の平均年齢は八十歳で約半数の方が要支援・要介護認定を受けています。

今年度の職員の努力目標は、入居者の方へのさらなる生活支援サービス向上の為に仕事と学業の両立の年とします。

建物設備については、給排水系統の老朽化が著しく、今期中に改修工事を予定します。

そして四月一日より利用料金的大幅な料金改定を致します。

東京都の運営指導指針に基づき預り金を家賃の6ヶ月分相当のみ預る事となります。

Aタイプ550万円から45万円に改定します。Bタイプ700万円から72万円に改定します。その他人件費・食材費の上昇により家賃・食費についても料金を改定致します。財務面で厳しい状況ではありますが、今後ともご理解ご協力の程、宜しくお願い申し上げます。

グループホームひまわり

管理者 櫻井 彰

グループホームひまわりが開設されて、初めての春を迎えました。思えば昨年、真夏の八月に、十八名のお年寄りが入居されました。生活環境が変わり、精神的に不安定になる入居者もおられました。職員と信頼関係を結び、ご家族の協力も得て、ホームの生活に馴染んで頂けた。

新年度の抱負は、地域との交流を図る事です。昨年末から近所の保育園を訪問したり、今年一月よりサロンに参加したりしています。入居者と共に積極的に地域に出て行こうと思えます。また二月上旬に、ホーム内で感染性胃腸炎が猛威を振るいました。その苦い経験を活かし、入居者の健康管理に力を傾注したいと思えます。感染症予防の徹底と、訪問看護ステーションほほえみ、信愛病院との連携をより密にしていきたいです。入居者にとって、楽しく安心して生活できるホーム作りを職員一同、目指していきます。

特集

信愛報恩会百周年記念事業

しんあい清戸の里

安心と安全の高齢者の住まい

高齢化社会が加速する中、日常生活や介護に不安を抱く高齢の単身者や夫婦のみの世帯の増加に対応し、国土交通省・厚生労働省の共同所管により制度化された高齢者住宅で、「サービス付き高齢者向け住宅」といいます。

施設ではなく、これからの人生をいきいきと安心して過ごしたいと願う高齢者のための住まいです（下図参照）。

バリアフリー構造や手すりの設置などの基準が設けられており、安否確認や生活相談などのサービス提供が義務付けられています。また、しんあい清戸の里は東京都のモデル事業として、訪問看護ステーション、看護小規模多機能、

グループホームが併設しておりますので、必要になったときには、介護や医療が受けられます。

安否確認サービスでご家族も安心

居室は 18 平米のタイプと 25 平米のタイプがあり、細部まで高齢者の暮らしに配慮した安全なバリアフリーとなっています。居室やトイレ、共用部に緊急通報装置が設置しており、24 時間体制でスタッフが速やかに対応します。

また、お食事の提供機会などを通して、入居者ご本人の安否確認をいたしますので、ご家族にとっても安心です。また、スタッフが



図：高齢者向けの住まいの概要

清戸の里は、こんな方々のために

- ❖ 健康面が心配でこのまま一人暮らしを続けることに不安を感じている方
- ❖ 階段の上り下りや段差のある生活に不安を感じている方
- ❖ 一人で住んでいる親の生活が気になる方
- ❖ 将来介護が必要になった時にも安心して暮らせる場所で生活したい方
- ❖ 買い物や料理が大変になってきたが、介護施設には入居したくない方

オンコール体制で、健康や生活全般のご相談に応じています。

いつまでもその人らしい暮らしを

しんあい清戸の里では、南側には清戸自然公園があり、北側には畑が広がり、自然豊かな環境です。夏に行なわれる「清瀬ひまわりフェスティバル」は、歩いていける距離です。

また、信愛無料バスも運行しておりますので、清瀬駅への買い物や外出にも便利です。

1階にある地域交流室「かたくり」は、外部の方も利用することができます。今後は、催し物やカフェなども計画していますので、信愛の友イベントカレンダーでお知らせいたします。

自由とプライバシーの住環境

住まいの共用部には、ラウンジ、キッチン、ランドリー、娯楽室、浴室があります。ラウンジでは、管理栄養士による献立で、栄養バランスがよい健康的な食事を提供します。食事は、朝・昼・夕食のご用意がありますが、自由に外食したり、キッチンで作ることもできます。

各階に、ご利用者が自由にくつろいだりできるスペースとして、娯楽室をご用意。囲碁や麻雀、あるいはご友人とのティータイムとしてもお使いいただけます。

お風呂は、個浴をご用意しておりますので、好きな時間を予約し、

ラウンジ



共用キッチン



浴室（個浴）



娯楽室

18 平米の居室（家具はイメージです）



ゆつくり体を休めることができます（25 平米の居室には浴室があります）。

居室は全室個室でプライバシーを確保。ベッド、カーテン、家具などはご自分でご用意いただき、使い勝手のよいお部屋にコーディネートができます。お部屋が空いていれば、体験入居もできますので、まずは住み心地を体験してください。

第二の家 複合型ケアほほえみ

清戸の里の1階には、東京都清瀬市で始めての地域密着型サービスである看護小規模多機能があります。今年から、名称が変わり、「看護小規模多機能型居宅介護」というとても難しい名前のサービスですが、利用者にとっては、とても安心のサービスです。登録していただければ、【通い】を中心に

「しんあい清戸の里」パンフレット希望・お問合せ・ご相談は、

TEL 042-493-5623

〒204-0011 東京都清瀬市下清戸 1-305-1

http://www/shin-ai.or.jp/kiyoto

- ❖ 複合型ケア ほほえみ 042-493-5685
- ❖ グループホーム ひまわり 042-493-5671



ご利用者のお住い



複合型ケアほほえみ (ダイニング写真)

図：複合型ケアほほえみのサービス

ご利用者の希望や状態に応じて、【泊まり】や【訪問介護】【訪問看護】を組み合わせて利用できます。馴染みのスタッフが馴染みの場所でサービスを提供し、可能な限り在宅生活を継続できます。このサービスは、介護が必要な清瀬市民であれば、外部の方もご利用できます。



ひまわりの管理者 櫻井さん
「お食事は利用者の方と一緒に献立を考え、買い物、料理します」

認知症になっても安心

グループホームひまわりは認知症になっても家庭的な環境で、地域の方々や家族との交流を楽しみながら暮らし続けられる住まいです。家にいたときのように自分のペースで、くつろぎのある環境を提供しています。また、できるだけ自立を促し、楽しい行事を通して、地域の人々と触れ合います。

ボランティア募集

しんあい清戸の里では、ボランティアを募集しています。お話し相手、お花の手入れ、ティーサービス、音楽演奏など、内容や活動は、ボランティアさんと相談して決めます。ぜひ、一度清戸にお気軽にお立ち寄りください。



～ 共に歩む ～

このページでは、信愛報恩会のスタッフやボランティアさんをご紹介していきたいと思ひます。今回は、新しく着任した清戸のスタッフをご紹介したいと思ひます。笑顔の素敵なお二人です。ぜひ、清戸に会いにいらしてください。



しんあい清戸の里

支配人

ひらの のぼる
平野 昇

出身：東京。

趣味：無趣味です。1人で居るのが好き。これではだめだと今年、アウトドアにチャレンジします！！カヌー、スタンドアップボード（大きなサーフボードの上に立ち、オールを使って漕ぐ乗るウォータースポーツ）・・・等等。



—信愛報恩会に来る前は、どんなお仕事をされていましたか？

2000年に介護保険制度が施行された翌年2001年にこれからはシルバービジネスで生計を立てていこうと思ひ、まずはヘルパーの仕事からスタートしました。そして、有料老人ホーム事業部長を経て独立し、介護施設・医療機関の営業支援・運営支援を行なっていました。

—仕事で大切にしていること、若いスタッフへ伝えたいことはありますか？

できるかぎり正直にと思っています。目標とするメンター（指導者）を決め、少しでも近づく努力をすると良いと思ひます。本を読み日々勉強しかありません。

「やればできる・やるからできる！」

—信愛の友読者へのメッセージ

2月1日入社の新参者です。ご指導のほど宜しくお願ひ申し上げます。

—信愛報恩会に来る前は、どんなお仕事をされていましたか？

出版社一筋です。いろいろなきっかけが重なって、医療・介護の仕事をしたと思ひてこの業界に入りました。信愛に決めたのは、桑名理事長と鑑常務のお話がとにかくおもしろかったからです。

—しんあい清戸の里に来た印象は？

とにかく清戸で働く職員・スタッフのやる気や思ひの強さに驚きました。利用者や地域への純粋な思ひが動機になっている雰囲気は、外から来た者にキラキラして見えました。

—これからの目標を教えてください。

医療・介護ビジネスではなく、地域密着型サービスの実現に尽力したい。地域の声を聞いて、地域に必要なお手伝いを実現していく。安心して暮らせるまちづくりの一翼を担いたと思ひます。

—信愛の友読者へのメッセージ

通信とは、「わたしたちは、こんなことを考えています」と広くお伝えするものです。その目的は、安心の提供です。読者（地域）と私たちが、同じ思ひで伴走するためのお手紙だと思ひています。お読み頂いたご意見を頂ければ幸いです。



しんあい清戸の里

事務長

いしお まさる
石尾 勝

（信愛の友編集委員）

出身：東京。転勤で岡山に5年。出張では日本すべての都市に行きました。

趣味：市の畑を借りて、農業をしています。作付けは野菜だけで20種類を超えます。人参もかなり本気で作っていたので、清戸の周りが人参畑でテンションがあがりました。






イベントカレンダー




信愛バザー
9月6日(日)
 時間: 10~14時(雨天決行)
 場所: 信愛の園1階、ロータリー

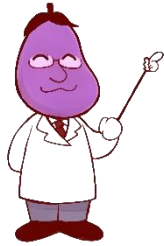
第 35 回しんあいバザーの日程が決まりました。今年も9月の第一日曜日を予定しております。バザー寄付金、寄付物品の回収は6月中旬から開始予定です。是非、ご協力をよろしくお願いたします。
 詳しくは、バザー要綱をご覧ください。



信愛報恩会 終活セミナー

「終活」という言葉をご存知でしょうか？
 「自分の終焉をしっかりと見つめ、今をよりよく、自分らしく生きるための活動」のことです。
 今回のテーマは「**高齢者向けの住まいと食**」です。しんあい清戸の里や信愛苑をご紹介しながら、住まいと食について考えます。

日時: **2015年6月13日(土) 14時~16時**
 場所: 信愛ふれあいホール(東京戸清瀬市梅園)
 参加: 無料、予約なし



「花粉症」



花粉症とは、一般に春の杉の花粉に対するアレルギー反応を言います。アレルギー反応とは、身体に入ってくる侵入者、花粉に対する過敏な反応のことを言います。侵入者に対する正常な反応は免疫反応といいますが、アレルギー反応は過敏でやりすぎの免疫反応です。免疫反応は、身体を病気から守るために必要な反応ですがやり過ぎは困ります。花粉症の症状は、くしゃみ、鼻水、鼻づまり、目のかゆみ、涙目などひどいものです。目や鼻以外にも、身体のだるさや眠気、喘息や湿疹などのほかのアレルギー反応でおこる症状も悪化することがあります。

Point! 花粉症対策は「生活の工夫」と「薬」

まずは「生活の工夫」です。花粉症は花粉の季節が過ぎてしまえば症状は治まります。侵入者の花粉がなくなればアレルギー反応は治まるからです。花粉に会わないように家の中にいれば花粉症の症状は軽くなります。しかし、花粉を避けて毎日家の中でもってじっとしているわけにはいきません。ですから、まず、花粉になるべく会わない工夫が大事です。(下記表)

また、アレルギー反応は、花粉に対する身体の反応ですから、私の身体が疲れているとき、体調を崩しているときは、アレルギー反応が強く出やすく花粉症がひどくなります。ビールやお酒などのアルコール飲料やタバコはアレルギー反応をひどくします。ですから、規則正しい生活を心がけて体調を整え、アルコールやタバコを控えることは、花粉症の悪化を防ぐために必要になります。このようにアレルギー反応がひどくならないような生活の工夫も大切になります。

花粉症対策《生活の工夫》

- ✓ 不要な外出は控える
- ✓ でかけるときはメガネやマスクをする
- ✓ 帰ってきたら、花粉を玄関の外で叩いて家の中に入る、顔を洗う
- ✓ 洗濯物を外に干さない
- ✓ 窓あけを少なくする
- ✓ こまめに室内の掃除をする
- ✓ 規則正しい生活を送る など



花粉症対策《3種類の薬》

1. 鼻、目に直接つけてアレルギー反応を弱くする薬（薬の量を最低限にできる）
2. 飲み薬で全身のアレルギー反応を弱くする薬（眠気などの副作用がしやすい）
3. アレルギー反応自体を弱くする治療（手間がかかる）



つぎは、「薬」による治療です。(上記表) 花粉症の薬は大きく分けて、3つの薬があります。まず、お勧めするのは、鼻や目につける薬です。それでも症状が辛い場合は、飲み薬でアレルギー反応を抑える薬を使います。飲み薬の副作用は眠気があることです。注射一本で花粉症を治す、という治療も聞きますが、正常な免疫反応に影響がでる恐れがあり、よく相談しましょう。アレルギー反応は正常な免疫反応が過剰に反応したものでした。ですから、アレルギー反応を急に強く抑えてしまうと正常な免疫反応も弱くなり、ほかの病気になる危険性もあります。安全にアレルギー反応自体を弱くする治療もあります。減感作療法といって少しずつゆっくりとアレルギー反応を弱くする治療です。成功すれば、花粉症が軽くなる治療法です。数年にわたり定期的に注射するなど大変な治療になります。しかし、近年は手軽にできる方法開発されましたので多くの人に広まってもらいたいです

最後に、アレルギー反応はあなたの身体の性質です。生まれもった身体の性質を変えるのはとても大変なことです。簡単には変わりません。ですから、体質改善を謳う薬や民間療法を安易に信じてはいけません。つらく苦しい花粉症ですが、焦って治そうとしてはいけません。あなたも困っているように、あなたの身体もまた困っています。自分の身体にやさしい言葉をかけてあげて、一緒に困ってあげてください。あなたの身体は、これからもずっと付き合い合っていく一番長いお友達ですから。

ほっと

スマイルケア



日々のケア場面で突き当たる「どうしたらいいの？」をほんの少し解消

次号は「おトイレ」

今回のテーマは、「挨拶」です。

「挨拶？そんなのいつも当たり前やってるよ。」なんて声が聞こえてきそうですが、でも実は、挨拶は、当たり前のことのように、当たり前にはできないんですね。ケアの現場で、良く見かける光景・・・



〇〇さん
トイレいきますよ

その日初めて会った方への声かけです。言われた方は、なぜか無表情だったり、表情が曇ったり。そりゃそうだ、初めて会った相手から、挨拶もなしにいきなりトイレ？

介護職員は一日に何人もの方をみなくてはならないため、意識をしないと、挨拶がおろそかになりがちなんです。こんなときは・・・



〇〇さん、こんにちは。今日は天気の良いですね。おトイレ大丈夫ですか？一緒にいきましょうか。

ケアする側が伝えたいことは同じなのですが、そこに、挨拶やお天気のことなどをさりげなくいれると「挨拶」がスムーズになります。

一生懸命声をかけているのに、相手の反応がいまいち、なんてとき、意識的に「挨拶」を試してみてください。きっと何か、いつもと違う反応が見られると思いますよ。(介護福祉士 藤井)



いきいき生活 始めの一步

アクティビティ・ケアってなあに？

20年前の介護現場では、「食事・排泄・入浴」が“三大介護”としてケアの中心になっていました。でも、私達は、食事やトイレ、お風呂だけを繰り返していきっているわけではありません。高齢者が生き生きと穏やかに生活できるように、私はアクティビティ・ケアについて学んでいます。

アクティビティ・ケアの一場面をご紹介します。



あるスタッフが何も話さず座っていた認知症の高齢者に、お手玉を見せて「これ何？」とトボケたずねたら「あら。あなた本当にわからないの？」と慣れた手捌きでサッと3つのお手玉を宙にまわし、孫に話しかけるようにスタッフに自慢のテクニックを教えてくださいました。

また、リハビリの時間に腰まわしをしてもほとんど回らない男性の高齢者に、竹ぼうきをもって庭の落ち葉掃きをお願いしたら、容易に腰をねじって竹ぼうきを振り回し、みるみるうちに掃除をしてくれました。そしてこの日から庭掃きは、この方の日課になったそうです。



アクティビティ・ケアでは、先ほど紹介した“三大介護”に「遊び」「芸術」「自然」をプラスした“六大ケア”が高齢者のいきいきとした生活に欠かせないものと考えられています。これを現場に浸透させていく役割は、誰か特別な人ではなく現場にいる私達介護福祉士にあります。

今回アクティビティ・ケアに出会って私にも何かできるかもしれないとわくわくしています。次回より、アクティビティ・ケアのエッセンスをご紹介します。(介護福祉士 荒木田)



清瀬信愛教会

牧師 竹前 治

互いに愛し合う喜び

「わたしがあなたがたを愛したように、互いに愛し合いなさい。これがわたしの掟である」
(ヨハネによる福音書 15…12)

二月の最初の日曜日の朝、とても悲しい知らせが世界中に伝わりました。それは後藤健二さんの死であります。後藤健二さんは日本基督教団に属しているある教会の会員であります。

後藤さんは戦地の情報を私たちに伝えてくれました。特に紛争の犠牲となつている普通の市民たちの姿であります。後藤さんはキリストの愛に包まれており、すべての人間は神様に愛されている存在であることを知っている

からこそ危険を押しつても彼らのもとに行かれたと思うので

後藤さんはシリアに入り最後のメッセージで「シリアの人々を悪く言わないでください」と言っています。紛争は憎しみの連鎖であるのを知っているからです。憎しみからは憎しみしか生まれません。許しは出てこないのです。後藤さんが死を持って伝えなかったことは、自分たちのエゴで人々を紛争という醜い争いに巻き込んではいけないこと、また人間のエゴを打ち滅ぼしてくださるキリストの愛にすべての人間が立ち帰ることだということです。

確かにIS(イスラム国?)に対しては、多くの方が憤りを持っていると思います。その憤りから憎しみが生まれるのです。そうするとまた紛争が起こるのです。私たちはどこかでそれを断ち切らねばならないのです。



集会のご案内

主日礼拝 日曜日
○信愛病院内外来
9:20~10:00
○教会礼拝堂
10:30~11:45
病院内 9:20~10:00

チャプレンだより

はじめまして。信愛報恩会のチャプレン(病院で活動をするキリスト教の聖職者)として一昨年入職しました武井です。

信愛病院、信愛の園、信愛苑、しんあい清戸の里、文京大塚みどりの郷、荒川信愛のぞみの郷で活動しています。

主に職員朝礼、聖書の会、信愛病院ホスピス病棟での活動、創立記念日、クリスマス会、バザー等法人行事、敬老会、家族会等での礼拝及びお話しです。お覚え下さつてお気軽に声を掛けて下さい。相談にも応じています。

名前…武井アイ子
年齢…1946年生まれ
出身地…新潟県村上市
学校…東京神学大学修士卒業
趣味…映画・絵画鑑賞、散歩、料理
好きな聖句…
ヨハネによる福音書3章16節
「神は、その独り子をお与えに
なつたほどに、世を愛された。
独り子を信じる者が一人も滅
びないで、永遠の命を得る為
である。」



編集 後記

信望愛

広報誌『信愛の友』の歴史は、明治44年に遡ります。当時、信愛報恩会の前進である「報恩会」が賛助会員から「健康税」を募り、結核療養者のために愛の活動を実践し、活動報告として『健康』という広報誌を月に1回発行していました。

昭和9年には「信愛会」が『信愛の友』を発行します。途中、戦争で中断されましたが、昭和45年からは、毎月発行続け、信愛の先人たちの言葉がたくさん綴られています。右にある信望愛の題字は、第六代理事長 長沢正によるもので、信愛報恩会の職員の根底にあるスピリットです。

今年度より、『信愛の友』は新しい編集メンバーと共に、カラー刷りとなり、内容も一新しました。発行頻度も月刊から季刊とし、より吟味した内容をお届けしたいと思っています。ぜひ、皆様の感想をお聞かせいただければと願っています。

社会福祉法人 信愛報恩会

〒204-0024
東京都清瀬市梅園 2-5-9
TEL 042-433-4300
FAX 042-433-4301
honbuad@shin-ai.or.jp

編集発行人：鏡 勉
信愛の友編集委員会
次号は、7月中旬予定
特集「地域包括ケア」