

おはよう

社会福祉法人 愛和会
ローズコミュニティ緑地

contents

01 02 トピックス

2022年『あいわの集い』開催報告

03 施設紹介

こんにちは

あいわ訪問看護ステーションです

04 施設の活動

在宅での暮らしをお手伝いします

05 施設の取り組み

緑地障害者相談支援センターの
取り組み報告

06 活動報告

地域研修会 開催報告

07 健康アドバイス

セラピストからの案内





『あいわの集い』 開催報告 2022年

昨年度、新型コロナウイルスの感染拡大の影響もある中で、感染対策を実施しながら開催し、500名を超える方に参加いただいた「あいわの集い」、今年も11月13日(日)に無事開催することができました。

当日はあいにくの雨で、飲食コーナー、ゲームコーナー、イベントを急遽、室内へ変更させていただきました。

しかし雨にも関わらず557名の地域の方にご参加いただくことができました。

開催に向けてコロナ禍という状況を踏まえながら、日ごろからの感染対策を活かしながら、「地域の方々に元気を一笑顔を！」をコンセプトに「子供から大人まで誰でも楽しめる世代を越えた

場の提供」を掲げ準備を行ってまいりました。

地域 研修会では講師として前中尾絵梨香先生を迎え、小さなお子様から高齢の方まで100名を超える幅広い方々へご参加いただきました。

笑い ヨガに参加された方から「わかりやすい講義でした」「体を動かしながら笑うことで心身ともにすっきりと元気になれま



した」「楽しかった」との声が多く聞かれました。

屋 台コーナーでは、あすなろ麵を使用したうどんやからあげ、クリスピーポテト、アメリカンドッグなど作り立てを味わっていただき、今回よりいなりずしやフルーツポンチといった新たなメニューも追加し大変好評でした。



イ ベントコーナーでは前回に引き続き、移動動物園を開催し、うさぎやひよこ、チャボなど8種類の動物がやってきました。予約がすぐに埋まってしまったほど、イベントの中でも大人気のコーナーとなりました。その他にも射的やヨーヨー釣り、ボール投げ、コイン落としなどたくさんさんのゲームを用意し、子供たちが笑顔で取り組む姿や景品を楽しそうに選ぶ姿がとても印象的でした。



三 ニライブでは、シンガーソングライターのTatsuyaさんを昨年に引き続きお招きし、オリジナル曲からカバー曲まで幅広く披露していただきり世代を問わず楽しまれています。

また、豊中第十六中学校の吹奏楽部による演奏では幅広い層に馴染みのある選曲をしていただき迫力ある演奏でイベントを盛り上げてくれました。



バ ザーでは地域の方々のご厚意、また職員から募ったたくさんバザー品をご用意することができました。今年も目玉商品を含め売れ行きは好調で毎年恒例の企画となっております。

今年度の屋台とバザーを含めた売り上げは264,400円で、これらは全て地域団体に寄付し福祉活動に使用していただきます。



雨 天となりタイムスケジュールを変更させていただいたため、当初の予定でご来苑いただいた方々には、ご迷惑をおかけいたしましたことをお詫び申し上げます。

会場が狭くご来場の方にはご不便をおかけいたしましたですが、多くの方から「ありがとう」「楽しかったです」「また来ます」と笑顔でお声がけを頂き、職員一同、幸せな時間を過ごすことができました。



当日ご来場いただきました皆様、本当にありがとうございました。



執筆者

あいわの集い実行委員長 安田 憲太郎

「こんにちは」

あいわ訪問看護ステーションです

安心を支える訪問看護サービス

看護の少しのお手伝いがあれば、
住み慣れた我が家で安心して暮らすことが
可能になるかもしれません。
かかりつけ医の指示のもと、
看護師やリハビリ担当者がお宅に伺い、
毎日の安心を支える訪問看護を行います。



訪問看護ステーションでは、
次のようなサービスを提供しています。

- 病状・障がいの観察
- 療養生活上の必要な看護援助
〈清潔のケア〉
清拭・洗髪などによる清潔の保持など
〈日常生活のケア〉
食事及び排泄のケアなど
- ご家族への支援
療養環境の整備・療養生活の相談や助言
療養生活・介護方法の指導
- 在宅でのリハビリテーション
- ターミナルケア、認知症患者の看護
- カテーテルなどの管理
- その他 医師の指示による医療処置

緊急時などに備え24時間連絡できる体制を
とり、予定の訪問日以外でも電話で状況を
伺い、必要に応じて訪問を実施しています。

執筆者

あいわ訪問看護ステーション 科長 山田 智依子



リハビリの専門職（理学療法士・作業療法士・言語聴覚士）による訪問では、生活する上で必要な動作・心身の機能の維持や向上に必要な運動をご自宅の環境に応じてリハビリテーションを行います。

また、利用者様ご家族が、快適で安心な在宅療養を継続できるように、訪問介護と密に連携し、「定期巡回・随時対応サービス」に取り組んでいます。

まずは、お気軽に
お問い合わせください。



在宅での暮らしをお手伝いします。

訪問介護とは・・・

訪問介護員が、ご利用者の自宅を直接訪問し、掃除、買い物、調理、洗濯など生活に必要な家事や在宅で家族がしておられる入浴の介助やおむつ交換などのお手伝い、電車やバスに乗って病院に行きたいが一人で行くことが不安な方の通院のサポートなどを受けていただけるサービスです。できない部分を支援することで自立した日常生活を送っていただくことが目的となるサービスです。

利用ができる対象者は、要介護認定1～5の方となります。要支援認定1～2の方は「介護予防訪問介護サービス」を受けていただくことができます。要介護状態になることをできるだけ防ぐ、状態がそれ以上悪化しないようにすることや生活機能維持および向上を目的としている

ますので「生活援助」が中心となります。

ご利用者からは「買い物をするのに下り坂、上り坂、高架をくぐっての道のりがとても不安。ヘルパーさんと一緒に買い物に行くことで安心して買い物や郵便局に行くことができる。」「自分でできないところの掃除を手伝ってくれるのでとても助かってるよ。」「ヘルパーさんが一緒に調理をしてくれることで、野菜もたくさん食べられて色々な調理方法も教えてもらえて何より美味しく食べることが出来る。ありがたい。」と言っていただけています。訪問介護のサービスで必要な手助けができた私たちもとてもうれしく思います。

地域密着型事業では要介護1～要介護5の方が介護と看護を一体的に利用でき24時間365日

対応する「定期巡回随時対応型訪問介護・看護」というサービスを行っています。介護保険事業のほかに、障害福祉サービス事業、自費サービスなども行っています。

訪問介護ステーションあいわでは質の高いサービスを提供できるよう毎月研修会を行い「感染対策、予防」「接遇」「服薬介助、薬の基礎知識」「冷凍の魚・肉の調理方法」「車いすの介助操作」など訪問に必要な項目を検討し受講しています。ご利用者の気持ちを大切にし、ご利用者に満足していただける事業所であり続けるため今後も様々な研修に取り組みしていきます。住み慣れた地域、自宅での暮らしを自分らしく安心して続けていただけるようできる限り支援させていただきます。



執筆者 訪問介護ステーションあいわ 主任 長尾 敏



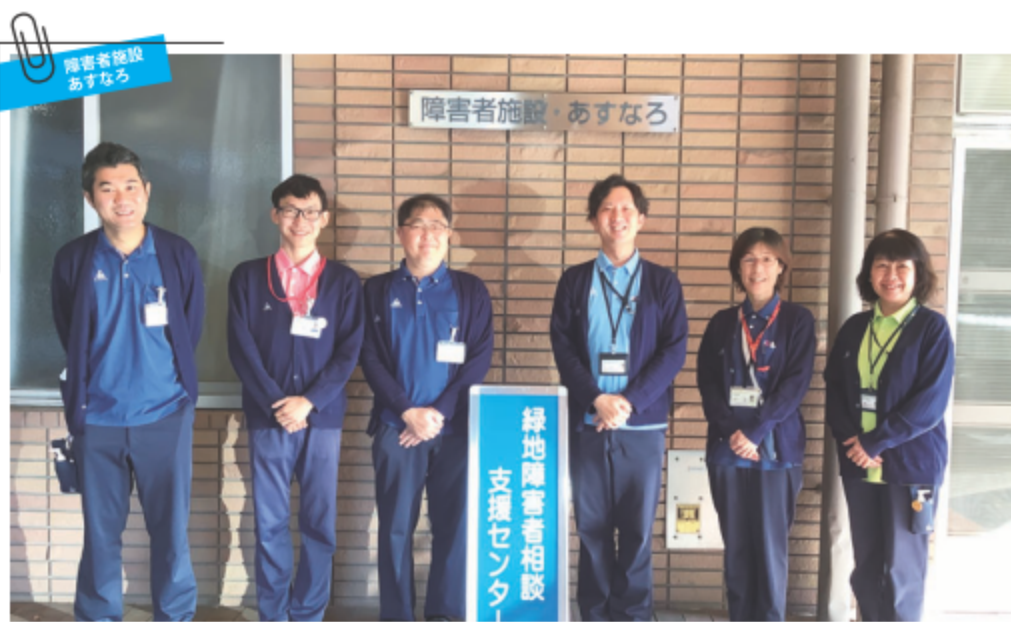
緑地障害者相談支援センターの取り組み報告

今回は、今年4月から開始しました緑地障害者相談支援センターの上半期の実績報告です。

当センターは、豊中市から委託を受け、障がい児者が希望する生活について一緒に考え、福祉サービスの利用や社会資源の活用をサポート、多機関の皆様との情報収集・提供、当センターの情報啓発等を行っています。

当センターの圏域が緑地地域包括支援センターと同じということで、上半期には共催「グリーンメイト(多機関連携)」の開催や地域の高齢部会に参加させていただき、当センターの情報発信を行いました。その結果、昨年の上半期と比べ、新しく相談に来られた方が、約5倍に増える等、少しずつ地域の窓口として

執筆者 緑地障害者相談支援センター 相談支援事業所あすなる 相談支援専門員 光成 宏樹



緑地障害者相談支援センターの職員一同

の認知が広がっているように感じています。また障がい児者への情報発信を目的とした「ローズあすなる会」も今年9月に約3年半ぶりに第13回目を開催することが出来ました。

今回は防災をテーマに豊中市役所危機管理課の職員から地震の怖さの説明や避難に必要な備品を実際に目で見て触れて、知っていただく機会になりました。今後も様々なテーマで情報発信していきます。

このように様々な取り組みをしていますので、少し話してみたいという方や地域でお困りの方がいらっしゃいましたら、お気軽にご連絡ください。

障害者施設
あすなる

地域研修会 開催報告



ラフォーテヨガ
インターナショナルユニバーシティ認定
笑いヨガティーチャー

前中尾 絵梨香 先生

2022年11月13日(日)
地域研修会を開催しました。

テーマは「笑いヨガ」で、講師にはラフォーテヨガ インターナショナルユニバーシティ認定 笑いヨガティーチャー 前中尾 絵梨香先生をお招きし「笑いヨガくみんなの笑いで世界が変わる」という講義と笑いヨガの体験をさせていただきました。

笑いヨガには「幸せだから笑うのではなく、笑うから幸せ」という考えがあります。先生のリズムに合わせて手をたたいたり、「アハハハ」と笑ったりすることで自然と幸せを感じ、心と体のリフレッシュをさせていただきました。

笑顔のポイントは口角を上げて目じりを下げます。「笑いとアイコンタクトで愛を伝え、お互いを大事にしながら一緒に笑うことで笑顔が感染し和となる。」先生からいただいた言葉です。

ここ数年は新型コロナウイルス感染症の影響で大きな声を出したり、大声で笑うということが出来ない風潮がある中で、今回の研修では笑うこと、笑顔の感染の意味や大切さを再認識させていただきました。参加されている地域住民の中には笑いヨガのDVDがあれば欲しいと先生にお願いするほど熱心に取り組まれていました。

当日の天気は雨で足元も悪い中、100名定員を越す118名の地域住民の方に参加いただきました。



皆様にはアンケートを記入いただき、9割以上の方から「参加してよかった」とのご意見をいただきました。地域研修委員会としては今後も地域住民の方が知りたいことをテーマに研修会を開催して行きます。

アンケートから健康食や認知症を予防する方法、心身が健康になる簡単にできる運動、子育て支援といった希望がありました。このアンケート結果をもとに次回の地域研修会を開催していきます。

皆様のご参加を心よりお待ちしております。



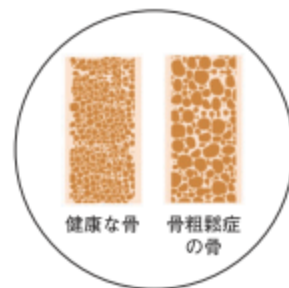
セラピストからの案内



最近、身長が縮んだり、背中が痛み丸くなったりしていませんか？
けがをしたわけでもないのに腰の異常を感じたら、
それは「いつの間にか骨折」かもしれません。
「いつの間にか骨折」の原因は骨粗鬆症こつそしょうしょうとされています。

こつそしょうしょう 骨粗鬆症とは

骨の量が減って骨が弱くなり、骨折しやすくなる病気です。
日本には約1000万人以上の患者さんがいるといわれており、
高齢化に伴ってその数は増加傾向にあります。
特に女性は閉経後に女性ホルモンが減少したり、
また体でカルシウムの吸収が悪くなることで起こりやすいと
言われています。



骨粗鬆症になっても

痛みはないと言われています。

しかし、転倒などのちょっとしたことで骨折しやすくなります。
骨折が生じやすい部位は、せぼね(脊椎圧迫骨折)、手首の骨(橈骨遠位端骨折)、太ももの付け根の骨(大腿骨近位端骨折)などです。



骨粗鬆症は予防が大事と言われており、
食生活の改善と運動習慣を持つことが大切です。
カルシウム、ビタミンD、ビタミンK、リン、マグネシウムをとる、
禁煙しアルコールは控えめにする、運動、日光浴をすることが重要と言われています。
特に運動は激しい運動は必要ありません。
日光浴を兼ねて、日中にウォーキングを
行うことがおすすめです。



執筆者
理学療法士 長尾 卓