

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

『ローズコミュニティ緑地』近況報告

03 施設の紹介

2022年 豊中あいわ苑

04 施設の活動

第8回 グリーンメイトを開催しました
多機関連携交流会

05 施設の取り組み

あすなろ(生活介護)

06 活動報告

インスタグラムの活用案内

07 健康アドバイス

春野菜の栄養



春野菜の栄養

春になると、たくさん春野菜が
出回ります。春野菜には特有の苦
味があるものが多いですね。

その苦味には、身体機能を活発に
することで体を春へと目覚めさせ
てくれる効果があると言われてい
ます。そして、その苦味の正体は
“植物性アルカロイド”という成
分で、植物は春に芽を出すための
栄養や冬の間に害虫から身を守る
ための自己防衛手段として蓄えら
れているのだそうです。

“植物性アルカロイド”の中には
腎臓のろ過機能を高め、体内の老
廃物や有害な物質を排出したり、
肝臓の機能を高める働きを持つも
のがあります。
では代表的な春野菜の特徴を紹介
します。

春キャベツ

食物繊維、ビタミンC・Uが豊
富です。胃潰瘍の予防や粘膜の修
復、肝臓の機能回復にも効果があ
るとされます。

春キャベツは柔らかく瑞々しいの
で炒め物や和え物が適しています。
生のままサラダでも美味しく食べ
れます。



たけのこ

旬のたけのこはアクやえぐみが
強いのでアク抜きをしてから食べ
ましょう。アク抜きは皮をむかず
に米ぬかを使い1時間ほど弱火で
コトコトたいていきます。自然に
冷ましてあとは冷蔵庫に置いてお
くと1週間ほど保存容器でもちま
す。たけのご飯、天ぶら、木の
芽和え、若竹煮などいろいろな料
理が楽しめます。

えんどう

食物繊維が多いので便秘の解消に
は効果がありますが、食べすぎは
よくありません。

たんぱく質と糖質を多く含んで
おりビタミンCが豊富です。ビタ
ミンCは抗酸化ビタミンのひとつ
で細胞の酸化を防ぐことによって、
がん予防や、老化を予防する働き
があります。

豆ごはんや卵とじなどの料理があ
ります。熱に弱い性質を持つてい
るため、茹ですぎや火の通しすぎ
は禁物です。

旬の春野菜は栄養満点です、ぜひ
積極的に食べて春を満喫してくだ
さいね。



執筆者 管理栄養士 飯田 真知子





NPO・老人クラブ・ボランティアなど

最終的には自宅での看取りを目標としていますが、現実問題として在宅看取りは中々に困難で、増加傾向にはありますが、病院や施設でお亡くなりになる方がまだまだ多いです。

私たち愛和会では図にありません介護の部分と地域包括支援センター、障がい者支援事業を行って、この地域包括ケアシステムにおけるとても重要なパートを担っています。

また社会福祉協議会の皆さんとの連携で、生活支援や介護予防におけるボランティア活動にも力を入れています。医療に関してはグループ法人である愛和会が急性期から慢性期に至るまで幅広く展開しており、これからの高齢化社会を力強く支えていく覚悟です。

この施設が開設されたのは2002年ですので、徐々に地域包括ケアシステムの概念が浸

透してきたころでした。その意味合いも込めて「ローズコミュニティ・緑地」と名付けられ、多くの人や職種がここに集い、助け合い励ましあって地域の中核的な介護施設になることを目指しています。

当施設ではIT化に努め、電子介護カルテやインカム、介護ロボット、ミスト入浴装置などを取り入れていっています。また人材育成においてはベトナムでの現地教育と留学生の受け入れで、介護職員としての教育と実践を支援しています。これからの少子高齢化を見据え、先進的な介護施設として進化することで、地域の期待に添えるよう今後も努力してまいります。

コロナも少し落ち着き加減です。どうか皆様も当施設に足をお運びいただき、施設の雰囲気を感じてみてください。お待ちしております。

ローズコミュニティ・緑地 近況報告



愛和会豊中地区 総施設長
伊藤 成規

皆さんは地域包括ケアシステムという言葉に耳にされたことはあるでしょうか？

1980年代ですからもう今から40年以上前に、広島県御調町「みつぎ総合病院」という公立総合病院で、山口昇先生が「寝たきりゼロ」を目的に、医療・行政が連携した実践的な取り組みを始められました。

その取り組みに「地域包括ケアシステム」という名前がつけられ、その後医師会も巻き込んで尾道方式と呼ばれる有名な地域連携のシステムが構築されていたのです。

地域包括ケアシステムに関する研究は進み、2008年には介護分野だけでなく、医療分野とも協働し、さらにはそこに予防・生活支援・住まいといったジャンルまで統合して考えていくべきだという提案がなされるようになりました。

そうして醸成されていった地域包括ケアシステムのアイデアが具体化された政策の一例が、2014年に施行された「医療介護総合確保推進法」です。



同法律では、医療・介護を同等に取り扱い、地域包括ケアシステムを構築することが明記されました。

この図の中心にあるのは住まい

であって、高齢者の方々が出来るだけ永く住み慣れたところで過ごされるよう、さまざまなサポートを多くの職種が連携して行うというものです。



(多機関連携交流会)

第8回 グリーンメイト を開催しました

緑地地域包括支援センターは、地域の医療や介護、福祉に携わる専門職のネットワークづくりに取り組んでいます。

その一つに「グリーンメイト」と銘打ち地域の専門職の交流会を定期開催しています。

この圏域には、医師、歯科医師、薬剤師、看護、介護、ケアマネ、障がい相談、法律家など様々な人たちが、高齢や障がいの方々への相談や支援に取り組んでいます。

「高齢者が元気に過ごしてもらうためには」「身寄りがいない人の人生の最期のお手伝いは」「認知症の人の権利擁護について」「高齢者と障がいの子どもさんの世帯全体の支援は？」等々、毎回様々なテーマで話し合っています。

様々な人たちが一堂に会し、顔を合わせ話し合うことで、距離が近づきお互いの役割が理解できます。そして、嬉しいことも困りごとにも楽しいことも悩みごとにも一緒に考えたり思いやったり、頼んだり頼まれたりしています。

医療や介護、福祉に関わる人たちが「一緒に考え話し合う」を重ねることが、地域全体のよりよい支援につながると考えています。

次年度以降も引き続き、「一緒に考える」を続けていく予定です。

執筆者

緑地地域包括支援センター 社会福祉士 井上天希





特別養護老人ホーム あいわ苑

執筆者 特別養護老人ホーム豊中あいわ苑 科長 佐々木麻子

2022年の豊中あいわ苑は、昨年に続き、新型コロナウイルス感染症対策の徹底を行ってきました。しかしながら、感染クラスタが発生したことで、利用者様とご家族には度重なるご不安とご心配をおかけしました。

面会については、直接面会が一時的ではありますが実施でき、1年以上ぶりに会えた利用者様とご家族が喜び涙ぐまれる様子に、一日も早く日常が戻ることを願うばかりです。

このような状況でも、職員の気持ちは折れることなく、皆さまの生活に活気と笑いを届けたいと、季節の行事に力を注ぎました。8月の夏祭りは、残念ながら3階フロアだけの催しとなりましたが、ヨーヨー釣りや的当てなどの縁日や焼きそば、アイスク

リームの屋台を実施し、美味しいようなソースの香りが漂う中、利用者様に楽しんでいただくことができました。12月はクリスマスウィークを開催し、ケーキ作りや雪合戦などクリスマス当日だけでなく、職員と一緒に盛り上がり楽しく過ごすことができました。

今年度は、利用者様と職員が安心安全にゆとりをもって過ごせるように介護ロボットも導入しました。ベッドから車いす、入浴時など幅広く活用できるように現在試行錯誤中ですので、機会があればご紹介させていただきます。

まだまだ気が抜けない毎日ですが、職員が丸となり笑いのある穏やかな生活になるように努めます。今後ともよろしく願っています。

Instagramの活用案内

社会福祉法人愛和会と社会医療法人愛仁会では北摂地域を中心に病院や介護福祉施設など80以上の事業所を運営しており、多くの職員が活躍しております。より多くの方々に介護福祉施設のことや介護福祉のおしごとを知っていただきたいと、昨年8月にInstagramアカウント「愛仁会グループ介護福祉@大阪・兵庫」を開設しました。

このアカウントでは週3回程度、施設の日常風景や介護福祉の業務、職員が考案したイベントやサプライズ企画などの様子を発信しております。愛和会豊中地区の事業所では、『特別養護老人ホーム豊中あいわ苑』『介護老人保健施設きんもくせい』『豊中あいわ苑デイサービスセンター』『障がい者施設あすなる』からそれぞれ月1回投稿しております。介護福祉の現場で働く職員にもぜひ注目してご覧ください！

このページのQRコードを読み取っていただくと、Instagramのアカウントをご覧いただけます。より多くの方々に情報を届けるため、まずはフォロワー1,000人を目指しております！

ぜひアカウントの『フォロー』および投稿の『いいね!』『保存』をよろしくお願いたします。また、介護のおしごとに少しでも興味を持たれた方は、お気軽にお問い合わせください。

「愛仁会グループ介護福祉@大阪・兵庫」へGo！



あすなる（生活介護）

あすなる（生活介護）では、ご利用者が季節感を味わえるよう四季折々の行事や風習にちなんだものをテーマに活動を提供しています。今回は、その中でお正月の恒例行事になっている「干支大書」についてご紹介します。



「干支大書」とは、大きな紙にその年の干支の漢字をご利用者様と一緒に大きな筆（モップ）で書きます。今年1年の思いを込めて書かれた大書は、とても迫力ある文字になっています。

ご利用者様の一発勝負のこの筆入れは、なんとも言えない緊張感が漂い、見ているご利用者様も真剣そのものです。勢いよく墨を飛ばしながら力を込めて文字を書かれています。書き終えると、皆さんで今年の意気込みや目標、抱負をお話ししながら過ごします。

今年、「卯（ウサギ）」の文字でしたが、始まりは、2018年の「戌（イヌ）」から始まり、これで6個の干支が揃いました。その年その年で味わいある干支大書が出来上がります。



12支が全てが揃った時には、展示会を開きたいとも話しています。

皆さんの思いの詰まった今年の干支大書「卯」はフロアに飾っていますので、機会がございましたら、是非見て頂ければと思います。

また今年も、ウサギのように飛躍できる年になればと職員一同願っています。