

2014.4.15 第10号



「西陣の聖天さん」と親しまれている
雨宝院の黄緑色の花を咲かせる桜

西陣憩いの郷だより

〒602-8476 京都市上京区桐木町885-1
TEL 075(431)1513 FAX 075(431)1514

発行:社会福祉法人北野健寿会 特別養護老人ホーム西陣憩いの郷
発行責任者:吉村 康 (全室個室のユニットケア施設)

〈施設の運営理念〉人としての尊厳・自己決定を尊重し、安心安らぎの場を提供します。



千本釈迦堂にて

智恵光院通り五辻の本隆寺にて

現在、介護業界で仕事をしようとする若者（とくに女性）は年々減少していく。介護現場は大変な状況になりつつあるのだが、介護人材難は、世の中の景気が良くなるとさらに厳しさを増していく。

介護施設は、介護報酬が決まっているため、一般的企業のように、一生懸命努力すれば（あるいは円高などという外的要因によって）収益が急増するという世界ではない。

したがつて、政府が本気で景気を良くしようとすると、消費税増税分だけではなく、介護報酬のアップに介護職員の待遇改善分を加えるべきであろう。そうすれば、介護の世界を目指す若者も少しは多くなるかもしれない。

介護の必要な高齢者がこれからどんどん増えていくのに、介護してくれる若者が減っていく——そんな時代にだけはしないのではないか。

4月1日から消費税が3%増税され、その対応として、介護施設には、介護報酬が0.63%プラスされることになっている。

政府は、景気を下支えするため、財界に対する賃金のベースアップを要請しているが、介護事業の財源は政府の決める介護報酬がすべてなので、報酬のアップが消費税増税分だけというのでは、介護職員の待遇改善は図れない。



施設長 吉村 康

消費税増税に寄せて

憩いの郷 行事のご報告



平成26年1月～3月

行事をPICK UP!

ハワイアン&アロハを
楽しむ会



新年会をしました

1 2 月



西陣界隈を
散歩中



たこ焼きパーティー



3月の行事

音楽アンサンブル
フェリーチェさん



書道サークル

ひな人形を
みんなで
飾りました



外出先での
一枚です



行事食のご紹介

栄養課より



一部
節分

- ◆3色押し寿司
- ◆鮓の白酒焼き
- ◆わらびの土佐和え
- ◆わけぎのめた和え
- ◆ひな茶碗蒸し
杏仁フルーツ

ひな祭り



四国・中国地方
郷土料理特集



山口



香川



- ◆五目御飯
- ◆讃岐うどん
釜玉風
- ◆筍のさぼろ煮
- ◆しろ菜の
辛子和え
- ◆オレンジ

- ◆岩国寿司
- ◆炒り豆腐
- ◆かぶらの煮物
- ◆赤だし

外注菓子



◆俵屋吉富「春は曙」

ユーモア紹介

その5

今回は
3階 鳴滝＆嵯峨ユニットです



去年の12月から鳴滝ユニットのリーダーになりました大谷と申します。まだ、リーダーとなり、季節の花を飾っています。

腰痛を予防して元気に働こう！

西陣憩いの郷では、平成25年度から職員のヘルスケア対策として月一度スケア対策教室を行っています。講師は入居者のマッサージを担当してくれて、いる赤沼マッサージ師にてお願いし、日々の生活の中でできる予防体操などを教えてもらっています。

京都福祉専門学校の実習生さんと一緒に撮りました。
後ろの貼り絵は入居者様が制作されたものです。

私がこの作品を作りました！
(右側の方です)一生懸命作った
ものです。上手に出来て
いるでしょ？(笑)

2月より嵯峨ユニットのリーダーになりました佐々木です。
入居者の皆様が安心して過ごして頂けるよううなフロア作りに努め参ります。
これからも宜しくお願い致します！

佐々木リーダー

リーダー紹介

ベランダの花壇には、花や野菜を植えています。

みんなと一緒にカラオケを楽しみました。
最初の方は遠慮がちでしたが、いざ歌い出すと一生懸命歌ってください、とてもいい時間を過ごせました。
これからも歌い続けましょう♪

職員がセルフケアに積極的に取り組むことで、身体的に余裕ができ、安全で質の高い介護サービスが提供できるように指導しています！

赤沼先生

腰痛を予防して元気に働こう！

医務看護室だより⑩

昨年末、全国各地で、ノロウイルスの感染が相次いで世間を騒がせました。当施設では徹底した感染対策とご家族様の食材持ち込み制限等のご協力もありノロウイルスによる下痢・おう吐などは見られませんでした。ノロウイルスの感染源としてはカキなどの二枚貝が有名ですが、昨年報道されていた集団感染源が食パンだったのには驚きました。ノロウイルスだけでなく感染症を拡散させない為に汚物の速やかな

『玉置医師の古典から学ぶⅤ』 玉置 勉

更に「仇（あだ）は恩に因りて立つ」とあり、「故に人をして恩を知らしめるは、恩と仇の俱（とも）に泯（ぼろ）ふるに若（し）かず。」と統一されています。

常々私が自戒としているのですが、実行は極めて難しいです。医療・介護に携わる者は、徳を施す、側に立つことが多いのですが、「してあげた」と思った刹那、相手の「怨み」に変わることを覚悟しなければなりません。

田中 百合子

看護主任

処世訓として長く愛読されている『葉根譚』に、「怨みは徳に因りて彰（あら）わる。」という一節があります。「故に人をして我を徳とせしむるは、徳と怨みの両（ふた）つながら忘るに若かず。」と教えます。

『玉置医師の古典から学ぶⅤ』 玉置 勉

こんなちは栄養課です 健康的にやせましょう！「おからでヘルシーダイエット」

豆腐を製造する過程でりつぶした大豆を加熱したものから、豆乳とおからができます。おからは、食物繊維やたんぱく質が豊富で、カルシウム、カリウムに富んだ食材です。

食物繊維

おからに含まれる食物繊維は「セルロース」という水に溶けないタイプなので、胃腸の中でとけず水分を吸収して量がふえ大腸の内部の流れをよくします。

また腸の悪玉菌を減らして、善玉菌をふやす腸内環境改善効果があります。

善玉菌がふえれば、活性酸素が減り免疫力が高まる、美肌になるなど、さまざまな効果がもたらされます。そして脂肪の吸収を防いでくれるのでダイエットにも効果的です。

大豆タンパク質

大豆タンパク質には、血液中の余分なコレステロールや中性脂肪を減らし、血液をきれいにする働きがあります。

腸内環境を改善する

便秘を解消

美肌になる

大腸がん予防効果もある

ヘルシーでローカロリーのおやつ 「おからのパウンドケーキ」

材料	おから	200g
●卵	2個	
●オリーブオイル	10g	
●砂糖	30g	
●豆乳	40g	



作り方

- ① オーブンを180℃に予熱する。
- ② ボールに卵・オリーブオイル・砂糖を入れ泡だて器で混ぜる。
- ③ ②の中におからを入れへらで混ぜ、豆乳40gを加え軽く混ぜる。
- ④ クッキングシートを敷いたパウンド型に生地を入れる。
- ⑤ 180℃のオーブンで30分ほど焼く。
- ⑥ 竹串をさして何もつかなければ出来上がり。やわらかいので型から外す時に注意する。



管理栄養士
松本 薫

介護の現場より④

サポートチームとしてのショートステイ

生活相談員 山本 将人（社会福祉士）

「西陣憩いの郷」といえば、「特養」というイメージが定着し、来年は10周年を迎えます。実は、正確に言いますと、短期入所生活介護、いわゆるショートステイを併設しています。西陣憩いの郷のショートステイは、施設の最上階（7階）に位置しており、一人ひとりの利用者様にあたたかな環境とサービスを提供しています。ショートステイは、居宅サービスの一つとなりますので、利用者様をサポートするため施設外のチームが構成されています。



▲ご利用者様と館内散歩中…



▲食事の後の団らんのひと時…

その最重要なアクションの一つとして、サービス担当者会議があります。介護保険の更新時や、サービス内容の変更の時に、召集がかけられます。西陣憩いの郷もご利用者様の状況を、施設内のスタッフと確認し会議に参加しています。それぞれの専門分野の力を合わせれば、何倍ものサービスを提供することが可能なはずです。自分の与えられた分野だけでなく、情報の発信・入手を行い、連携を強化しつつ、新しい時代に適応しチームサービスを続けたいと思います。

在宅のケアマネジヤーを中心に、担当医、テイサー
ビス、訪問介護、訪問看護、通所リハビリ、福祉用具
サービス等の多職種多業者が、その利用者様にとつて
どのようなケアプランやサービス内容であれば一番よ
い介護サービスを受けられるのかを、ひとつチーム
のようになつてサポートしています。

消費税の増税とともにない

介護報酬が改定されます

本年4月1日から消費税率が5%から8%に引き上げられることに伴い、介護サービス施設・事業所に実質的な負担が生じないよう、消費税増税分の補填として介護報酬が少し改定されます。これにより、請求の算定単位が3ヶ月引き上げられ、利用者様のサービス利用料のご負担も1日当たり4～6円程度増えることになります。なお食費・居住費といった基準費用額や、利用者負担限度額については変更ありません。また区分支給限度基準額については引上げが予定されており、限度額超過による負担の増額はないと思われます。電気器具使用料やコーヒー等の嗜好品代については、今回は据え置きとさせていただきます。



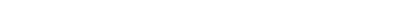
総務担当 木村 浩介

編集後記



中で少し触れましたが、10周年の時期に記念誌の発行も計画しております。少しでも楽しんでいただける紙面にできるようお知恵、お力を貸していただけますようよろしくお願ひいたします。

この広報紙がみなさまのお手元に届く頃はもう、桜も見ごろを過ぎているでしょう。おかげさまでこの「西陣憩いの郷だより」も10号を迎えることができました。11号からは紙面をリニューアルする予定です。



施設のご案内

京都駅方面より…市バス 206・50 系統
四条河原町方面より…

市バス 46・59・201 系統
「千本今出川」バス停下車徒步 3 分

〈お問合せはこちらまで〉

〒602-8476 京都市上京区桐木町885-1

TEL 075-431-1513

FAX 075-431-1514

E-mail:nishijin-ikoi@kitano-kenjukai.or.jp

メールアドレスが変わりました

次号は、7月15日発行の予定です。