



# 新人職員紹介



# フラワー新聞

第72号

老人保健施設  
フラワーハイツ  
平成27年1~3月

## 厨房職員 岡庭八千代

9月より、厨房でお世話になっております、新人調理職員の岡庭八千代と申します。2度目の成人を迎え、人生を楽しもうと、EXILEのライブで若いパワーを貰い、パワースポット巡りで元気を蓄え、人生を楽しんでおります。調理の仕事をはじめたのは、30歳を過ぎ、やりがいのある仕事をしたいと思い、働きながら資格を取得しました。調理師としてはまだ未熟ではありますが、日々努力と勉強と思い、仕事をさせて頂いております。

おっちょこちょいの性格で、皆様にご迷惑をお掛けすることありますが、美味しい食事の提供ができるよう、努力を重ね成長していきたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願い致します。

## 介護職員 下平真衣子

昨年の10月から働かせていただいております、下平真衣子と申します。働き出して3ヶ月たち、少しずつ仕事にも慣れてきました。最初は、入所している方の多さに驚き、何が分からないか分からないという状態で、毎日失敗続きでした。今も失敗はありますが、それを糧に日々勉強させてもらっています。分からないことはすぐに聞き、今よりもっと知識獲得し、ゆくゆくは介護福祉士の資格を取りたいと思っています。このフラワーハイツに入って何も後悔はありません。温かい人たちに囲まれて仕事ができる本当に感謝です。まだ分からないことだらけですが、先輩方に教わりながら頑張ります。

## 厨房職員 下島由紀

12月から厨房でお世話になっている管理栄養士の下島由紀です。フラワーのお食事は旬の生野菜をたっぷり使用して、ビタミン、ミネラルをたくさん摂ることができ、とっても感激しました。また地元で採れた野菜を使用できるのは素敵だな、と思います。まだまだ未熟なところが多々ありますが、これからもみなさんに喜んで頂けるように頑張っていきたいと思っておりますので、よろしくお願い致します。ところで、フラワーまでは家から2キロ！苦手なものは日本語で、好きな場所は本屋さんです。

## 厨房職員 望月美智子

6月より厨房でお世話になっております望月と申します。望月というと、佐久の近くにある望月町を連想される方も多いと思いますが、実は今NHKの朝のドラマに出てきた広島県は竹原の港からフェリーに乗って30分の所にある大崎上島という島に実家があるのです。ミカンと猫と年寄の島でのんびりした所です。日本は狭いようで、いろんな所があるものです。私は52歳ですが、まだまだ、いろんなところへ行ってみたいと思っています。

## デイケア通信

## 初釜



2月2、3、4日に節分ゲームを行いました。衣装を一つずつ紐リレーで送り、男女の職員2人が次々と着ていき、早く完成したチームが勝ち、というゲームでした。少しずつ完成していくにつれて、ご利用者の皆さんもどんな鬼になつていくのかと楽しみに見守られていました。

女性の職員は赤鬼に变身！男性の職員は青鬼に变身すると思いきや…大変カワイイ女装鬼が出来上がりました。そんなキュートな鬼に、皆さん大盛り上がりでした。その後、鬼が籠を背負い玉入れゲームを楽しみました。笑顔の溢れる、賑やかなひと時を過ごすことができました。女装をした職員は癖にならないかどうか…。次回をお楽しみに！



1月14日に初釜が行われました。午前中はさつき会様により2名のボランテイアの方にご協力をいただき東ホールで行いました。濃いピンク色の花に緑色の小さな葉っぱの載った「ゆきぼたん」という銘の付いたかわいらしい練りきりの和菓子をお出ししてから黒の抹茶茶碗に薄茶を点てました。又、午後は西ホールにて、職員のみで提供させて頂きました。始めのうちは不慣れな手付きでお茶を点てていた職員も、次第に上手になり、いくつか点てる内にはきれいな緑色の泡がふわっと載ったお茶を点てること出来るようになりました。「おいしかった」「たまにはいいね」「お菓子が甘くて美味しかった」等々、ご利用者からの感想も上々でした。



身体、精神、そして生活

# フラワー・リハビリテーション

生活の再構築を目指す

当フラワーハイツは老人保健施設という形態の施設であり、リハビリが主目的の場です。単なる生活の場ではなく、リハビリこそが本義なのですが、ではその実態はどうなっているのでしょうか？フラワーで働く理学療法士や作業療法士、言語聴覚士の方々に色々訊いてみました。

**Q** 主にどんなリハビリを行うのですか？

**A** 直接的には主に、日常生活動作の向上を図るため、関節可動域訓練や筋力強化練習、歩行練習、発声・嚥下練習などの身体機能に対するリハビリを行ったり、言語練習、福祉用具やさまざまな補助具などの環境調整を行い、動作の練習を行ったりしています。

**Q** どれぐらいの時間行いますか？

**A** 入所の方は、短期集中リハビリで週3〜5回。それ以外の方で週1〜2回の個別リハビリを基本的には1回20分間をメドに行っています。

通所の方も、基本的には1回20分間をメドに行っています。

※訪問リハビリはこの限りではありません。

**Q** 身体機能の回復以外で目指していることはありますか？

**A** 身体機能の回復をお手伝いするその前提にあるのは、ご利用者の生活の質（QOL）を向上させることです。そのためには、

利用者の状態やさまざまな情報を介護・看護スタッフとともに理解し共有し、協力しながら関わっていくことが必要不可欠であると思っています。

そういった環境のなかでの関わりにて、ご利用者自身が少しでもその生活を充実しているものと感じてくれることが、私たちの一番目指すところです。

**Q** ここフラワーハイツでこそできるリハビリとはなんでしょうか？

**A** 例えば、入院後そのまま自宅に帰るには心細いというご家族やご本人も少なくありません。そういった場合、すぐに家に帰るのではなく、フラワーのような施設にて自宅に帰るための準備を行うことができま



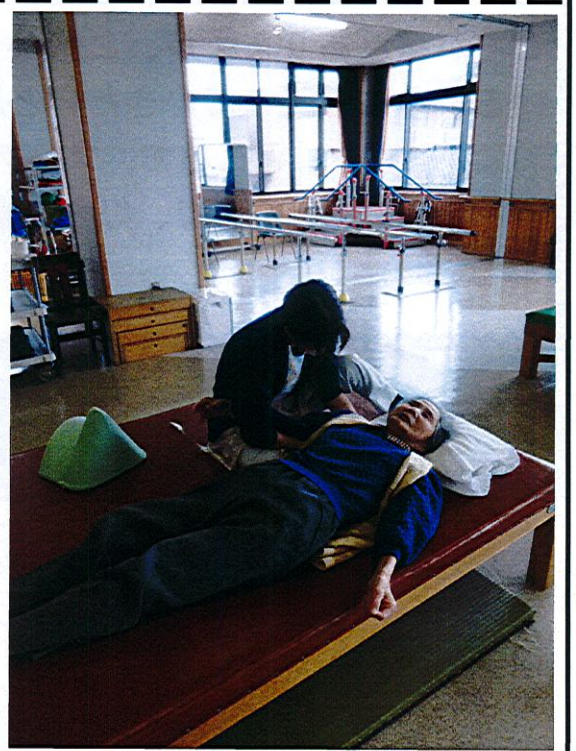
**Q** 逆に、不利な点はありませんか？

**A** 施設ならではのバリアフリーの環境などが逆に残存機能を活用する機会を奪い、さらに「できること」を奪ってしまったという面があることは否めません。

また、入院中に比べ、リハ職が関わる個別の時間が短いことを指摘されることがありますが、そのぶん、「フラワーで過ごす生活のなかでは、動作の一つひとつがすべてリハビリだ」という意識で取り組んでいただけるよう心がけております。

**Q** ずばり、「リハビリ」とはなんですか？

**A** 「リハビリ」の意味は簡単にいうと、「元の状態に戻す」という意味合いがありますが、フラワーハイツを利用されている方たちのほとんどが、加齢に伴った生理機能の低下やさまざまな病気をあわせ持っています。それぞれの抱えている問題と上手く付き合いながら、その人その人の持ち得る力を最大限に生かせるようサポートし、充実した、あるいは穏やかな生活を送ることができるかが、ここでの「リハビリ」の本質となってくるのではないかと考えています。



## 編集後記

いかがでしたでしょうか。従来の「フラワーハイツ通信」とは異なり、若干冒険させていたできてきたので、困惑された方もいらっしゃるかもしれませんが、甘んじて受け取るつもりです。とにもかくにも、次年度もよろしくお願ひします。

## 事務所からのお知らせ

平成27年度4月より、介護報酬が改定されます。それにともない、下記日程で変更契約を行いますので、都合のいい日にお越しください。お忙しい事とは存じますが、よろしくお願いいたします。3月20日〜3月22日の3日間になります。

## 行事予定

- 4月 辞令交付式
- 4月 お花見
- 5月 五平餅会