

2012

Vol. 14

JAPANESE RED CROSS  
SOCIETY FUKUOKA  
PREFECTURAL CHAPTER  
THE SPECIAL NURSING HOME  
HOJJUEN

# FRUIT FULL TREE



豊かな樹 ・ 豊寿園

# 謹賀新年





新年あけましておめでとうございます。皆さまはどのような新年をお迎えでしょうか

豊寿園は今年で開園15周年を迎えます。施設も多少の老朽化が目立つようになってきた昨今であります。ご利用者様には、この14年間で培ってきたノウハウをもって、日々の生活が安心・安全であると共に、健康でなじみの暮らしが少しでも継続できるよう職員一丸となって努めているところでありますが、利用者様に十分満足していただけるまでには課題も多く、更なるご指導をいただかなければなりません。本年も何卒、よろしく願い申し上げます。

豊寿園は、施設利用者様に対する介護サービスは勿論のこと、長年、認知症高齢者介護に携わってきたノウハウをもって、日本赤十字社の福祉施設としてできること、いわゆる赤十字らしさを念頭に置いた活動を行っています。特に地域交流では、校区や小中学校生徒を対象に福祉と認知症に関する講習や講義を開催すると共に、今年は新たに、高等学校で将来福祉を目指す生徒との連携も計画しています。これらの交流を通じて赤十字と福祉の情報発信の拠点となるのも豊寿園の役割と考えています。

昨年の東日本大震災では、救護活動等、日本赤十字社全社をあげた行動となり、中でも介護職員による救護班編成と派遣は初めての試みであり、今後の活動の指針となったことは大きな成果であったと思います。

また、日本赤十字社では、今年4月から東京都渋谷区広尾に、特養、老健、グループホーム、障害者、デイケア、デイサービスの機能を有した総合福祉センターを開設します。今後は、このセンターが全国に展開している福祉施設の要となって、より一層赤十字らしさが発揮できる施設サービスの在り方が構築されることと思います。そのような意味では、赤十字の福祉再スタートの元年となる記念すべき年であります。

今年4月には介護報酬の改定が予定されていますが、福祉事業における最も大きな課題は福祉に携わる人材の不足であります。まだまだ介護を必要とする社会は増大します。既に豊寿園でも深刻な問題であり、このことは、利用者様への介護サービス提供の上で大きな影響を与えるものであります。職員がいかにかに目的を持ちやりがいのある職場にできるか、早急に最重要課題として取り組まなければならないと考えています。

本年も引き続き、皆さまの温かいご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。最後になりますが、今年が皆さまにとって幸多い年になりますよう心より祈念申し上げます。

園長



# HOUJUN × Family あなたと向き合った日々

ご家族様の介護に取り組んだ経験をお話いただくこのコーナー。  
今回、奥水係長のインタビューに応じてくださったのは、豊寿園家族会  
会計監事の福原典子さんです。

「いつ頃から認知症の症状に気が付きましたか？」

平成11年頃、几帳面だった母が、靴下を脱ぎっぱなしにしたり、雑巾を置きっぱなしにしているのを見ておかしいなど感じました。

「父は母の病気の理解をしてくれませんでした。認知症を認めたくなかったようです。」

父は母の病気を理解してくれませんでした。本を買って渡したりしたのですが、認知症と認めたくなかったようです。父なりに良い病院があれば電話をしたり、何とか治そうと思っていたようです。母は父と買い物に行っても何を買っているのか分からなく泣き出した事があつたそうです。魚をグリルに入れたまま忘れてしまったり自分で家事をしなければならぬと思つているのに、分からなくなつてしまつたことに苦しんでいたようです。

その頃の私は義母の介護もしていたのですが、仕事帰りに実家に寄つて両親の食事を作っていました。

夜になると母が私に何度も電話をかけて来るんです。一度母が電話の切り方が分からなくて、父が「ばか」と叫び「ばかばか言わんでいいやない」と母が叫んでいるの聞いて愕然として、とても悲しく思いました。

父も今の母を受け入れて生活をしてくれたら良いのに...と思つていました。

「ショートステイ利用から入所へのきっかけはどのようなことでしたか？」

平成13年に豊寿園のショートステイを利用し始め、母は几帳面に日記を書いていましたが、その頃の記事には何度も「分らない」という言葉と最後の一行には「一日ありがとう」と感謝の言葉が書かれていました。最初はショートステイ利用も上手くは行きませんでした。自分と同じような人と暮らしたい」と母が言ったんです。「豊寿園に行こうか」と聞くとうん」と言いました。平成14年に入所になった時は、母を見捨てたようでしばらく自分自身を責め続けました。



元気な頃の福原さんのご両親 写真右が豊寿園入所中のお母様  
写真左がお父様 \*平成十二年三月撮影(福原さん提供)

平成16年のカンファレンスで、長谷川式の点数が上がった事を聞き、父が「良くなったなら家で看る」と言いだし、奥水さんにも反対されました。結局退所して家に連れて帰りました。でもすぐに間違いだとい付きました。母は、かなり混乱をしていましたし、家に居るのに、豊寿園に居るような感覚でした。父を夫だと何となく理解していましたが、夫婦であつて夫婦でないようなそんな感じでした。

平成17年に父が体調を崩して父にも看病が必要となり、母を豊寿園のショートステイに預けることを理解してくれました。その父も翌年に亡くなりました。最後まで母の認知症を理解しないまま逝つてしまいました。母を葬儀に出すかどうか悩みましたが、その時の母では混乱すると思ひ、父を乗せた車に豊寿園の周囲をゆつくり回つてもらつたんです。

「ご本人様は、本当に周囲に気づかれないでされる方で豊寿園でも皆さんと仲良くされトラブルはありませんでした。でも夜になると不安から混乱や不穏状態になることがありました。说得はできないんです。私も聞く事しかできず一緒に泣いてしまった事もありました。その後徐々に、混乱する事も少なくなつていきました。けれども、本当に穏やかになつたのだらうか、言いたいことが言えないだけじゃないだろうかと思うことがあります。」



「私が幼稚園の頃、具合が悪く休んでいると和紙で人形を作つてくれて歌を唄つてくれたんです。それが忘れられない母の思い出です。」

「でも歌と一緒に口ずさむ姿をみて、以前の大西さんはいらぬと思ひます。ご家族様の面会時に見せられる優しい表情がなくならぬよう介護をしていきたいと思います。今回のインタビューで直接の介護者と第三者的に関わる家族の葛藤を知る事ができました。直接の介護が思うようにできない事やお母さんを思う気持ちがよく伝わってきました。本日は貴重なお時間をありがとうございました。」



10月 毎年恒例！裏の畑で芋ほり！  
今年もたくさん掘れました。



10月 白野江植物公園へ  
家族と一緒に思い出作り。



毎日をこの場所で過ごすから  
いろいろな季節を感じ  
いろいろな思い出では一つずつ増えていく。



10月 応援にも熱がはいる  
秋の恒例行事大運動会。



11月 新企画！  
ハンドマッサージで心も体もリラックス…



12月 忘年会  
はい！ついて、ついて！ おいしいおもちができました。



# きつと クロス! 計画

あっ……赤十字だったんだね。  
毎日の暮らしの中に気が付くとそこには赤十字がある。



10月16日  
北九州市民フェスティバルにおいて、当園から岩手県へ介護救護活動に出動したメンバーを代表して荒木介護長が救護活動の現状を発表しました。

## 松ヶ江北小学校との交流



10月6日  
3回目の交流として、豊寿園の施設見学と車椅子操作や嚥下食についての講義を行いました。

## 門司区ボランティアセンター主催による福祉体験講座



10月20日 松ヶ江南小学校      10月31日 藤松小学校  
3回目の交流として、豊寿園の施設見学と車椅子操作や嚥下食についての講義を行いました。

## 認知症サポーター養成講座



10月13日  
天籟寺小学校職員が扮する認知症高齢者とのロールプレイを通じて、対応の仕方などを分かりやすく伝えました。

## 幼児安全法講習会



10月26日  
豊寿園にて乳幼児の事故の予防や、異物を飲み込んでしまった際や、頭部にケガをしてしまった際の対応や心肺蘇生法を身につけていただきました。



日本赤十字社

## We are volunteer

赤十字活動を支えるボランティアを紹介するコーナーです。

「色々なお話を聞いてみたい」



今井 五十恵さん  
福岡いやしのケア赤十字奉仕団「なごみ」で、赤十字奉仕団「なごみ」で、人との触れあいのケアの活動を続けていらっしゃいます。

今回は、福岡いやしのケア赤十字奉仕団「なごみ」今井五十恵さんに、ボランティア活動についてお話を伺いました。

「なごみ」に入会されたきっかけを教えてください」

テレビ放送で「なごみ」のボランティア活動を観て感動、涙しました。その後、偶然にも「なごみ」に出会う事ができました。

「なごみ」の活動について紹介ください」

私達「なごみ」は心身のストレス緩和、精神的なケア等々を目的とした奉仕団です。福岡県下登録会員約120名で約42ヶ所の施設で活動しています。豊寿園では約10年活動しています。

活動内容は英国赤十字社ケンブリッジ支部でボランティアのために開発されたケアで、触れることによるハンドケア、ネック&ショルダケア、ぬくもりのある会話

心のケア、情動活性化のためのビューティケア等です。また、3年に1度、スキルアップの講習もあります。今年も大きな震災がありましたが、西方面で被災した方も多かった。毎年、長崎原爆病院への奉仕も出合いを楽しみにしています。いつも、奉仕後に話をしますが、元気をもらっているのは私の方ではないかと思っています。これからは、出合いを大切に、笑顔で長く続けていければとおもっています。いつも、気持ちよく、場を提供して下さっている事に感謝いたします。



## トピックス

T O P I X

### 1 入所待機順位が決定しました！

北九州市内の特別養護老人ホームでの平成23年12月1日から平成24年5月31日までの入所待機順位が決定しています。今回、豊寿園にお申込をいただいた方は132名と、前回の147名からわずかに減少しました。これは北九州市による施設整備が進んだ結果ではないでしょうか。

豊寿園における、待機の進捗はホームページで随時お知らせしておりますのでご確認ください。

○豊寿園ホームページ <http://nissekihoujuen.jp>

### 2 日赤紺授会第52回総会開催されました！



妃殿下(写真右)より金色有功章を贈呈される様子

日本赤十字社名誉副総裁 常陸宮妃殿下のご臨席のもと、11月18日(金)、ヒルトン福岡シーホークで福岡県日赤紺授会第52回総会が開催されました。

総会には、日本赤十字社 大塚義治副社長、日赤福岡県支部 小川洋支部長(県知事)をはじめ、紺授会員や赤十字関係者など約540人の出席のもと、昨年10月から今年9月までの間に福岡県支部へ多額の社資をお寄せいただいた方や紺授会の発展に功績のあった方へ、金色有功章などが贈呈されました。

妃殿下は、「皆様が本日の総会を契機として赤十字の尊い使命を思い起こされ、より一層充実した活動を進められるとともに、その精神が多くの人に理解され、赤十字活動に参加する人々の輪が広がっていくことを願います。」とおことばを述べられました。

## 栄養一口メモ



**高血圧を予防するには...**

今回は高血圧を防ぐ日常生活について考えてみましょう。

せっかく工夫をして減塩食を心がけただけでは高血圧を防ぐ事はできません。野菜、果物を適量食べること、お酒の飲み過ぎに注意するなど日常生活においても気を付ける事があります。

まず第一に「肥満を防ぎ適正体重を維持することが大事です。」

肥満は高血圧と深い関わりがあります。肥満している高血圧の人は体重を標準体重に近づけると血圧や高脂血症、血糖値なども適正に近づく可能性もあります。

また「適度な運動」も効果があります。高血圧は誰にでもなりやすく安易に考えがちですが心臓病や脳卒中等を引き起こしやすい危険因子です。日常生活を見直して適正体重を維持し運動を習慣づけて高血圧を予防しましょう。

## 介護一口メモ

【参考文献】  
2008. 5 りんくる  
認知症ケアのエクササイズ  
諏訪 さゆり

### 認知症の人が夜間「そとそと」起きて眠れないを考えよう

認知症の人が夜眠れない、寝付いたと思っただけで起きて来るという行動は介護者にとっては大きな問題となります。日中仕事を持たれる介護者にとっては、夜間はゆっくり寝てほしいものです。しかし朝方寝付いた方はそととしてあげたいものです。これがまた夜間の不眠につながり、いずれは昼夜逆転となり介護者を悩ませる原因となります。



認知症の人には、見当識障害がある為今が何時くらいか見当をつける能力が低下してしまいます。いつもの時間に休んでいつもの時間に起きるといった前日のことがとても難しいものになってきます。

まずは、認知症の人が朝、いつもの時間に起きる為に朝になったことを知らせる情報や環境を作ってみましょう。

カーテンをあげる、寝室に朝日が差し込む、視野に入りやすい場所に時計を置く、介護者が朝と分かるように「おはようございます」と挨拶したり時間を伝えたりするのも必要です。また朝ごはんをつくる包丁の音やご飯が炊ける匂いなど、朝が

来たことを告げる音や匂いも認知症の人が感覚機能によってキャッチ出来る情報として大切です。

人間は午前中に日光を浴びてからおおよそ14〜16時間後に眠気を作りだすホルモンが分泌されるので2〜3時間後に眠気をもよおすようにできています。そのため、午前中は日光を浴びる環境や活動は、夜いつもの時間に眠ることを促します。なお夜間に浴びる光の量が増えたと眠気をつくるホルモンは減少します。このように眠気を促し、睡眠を十分に保つためには、日中に日光を浴びること、夜間にまぶしすぎる光を浴びない事が大切です。



あなたは自分の適性体重を知っていますか？

BMI(ボディ・マス・インデックス) という基準を用いて計算してみましょう。

$$BMI = \text{体重} \text{ kg} \div \text{身長} \text{ m} \div \text{身長} \text{ m}$$

あなたの標準体重を計算してみましょう。

$$\text{標準体重} = \text{身長} \text{ m} \times \text{身長} \text{ m} \times 22$$

判定

18.5未満  
18.5以上25未満  
25以上

低体重  
普通体重  
肥満

## 豊寿園ブログ村

豊寿園に勤務する職員が私生活で感じたことなどを徒然と書き込む豊寿園ブログ村。  
今回は生活相談係 森 英樹さんです。

すっかり秋らしい日々となりました。秋にもさまざまありますが、私は音楽の秋です。

新旧・洋邦・ジャンル問わず、色々なものを通勤中の車内で聞いています。

私の今のヒーローテーションは何と言ってもやはり、AKB48です！！

中略…  
AKB48には数多くのヒット曲がありますが、シングル以外の曲も合わせると今やその数は200曲をこえるそうです。

そんな曲の中でも、私が特にお勧めしたいのは…

「チャンスの順番」という曲です！！

この曲は、19枚目のシングルとして2010年12月に発表された曲です。

私はつい最近この曲を知ってからというもの、自分が仕事やプライベートなどで落ち込んでいる時や、こころ一番頑張ろうと思う時などに聞いています。

途中誰かと 比べるよりも 未来の自分 信じるんだ  
君のペースでゴールまで 走りぬけろ！  
夢の方から そのっぽ向かないよ 勝手にこっちから背を向けてしまうもの  
何があったって その手を 伸ばすんだ 運はがむしゃらの味方 君にできる すべてのことをやれ！  
チャンスの順番 いつかきつと来る まだ先のようにも 確かに近づいている  
声が掛かるまで 光当たるまで 君は今まで以上 どんな時も輝いていよう  
\*「チャンスの順番」より引用

素晴らしい歌詞です。総選挙やじゃんけん大会など、とてもシビアな状況のなか頑張っている彼女達の歌うこの曲を聴くと、自分も頑張らなければ！という気分がさせてくれます。

皆さんも、落ち込んだとき、元気を出したい時などにぜひ一度聞いてみてください！！

私もこの曲を聴きながら、向かい風の中、温かく背中を押してくれる風に感謝しながら、公私共に頑張りたいと思います。

豊寿園職員のブログはホームページ上で公開しています。  
毎月1回更新中です。是非一度ご覧ください。  
○ホームページアドレス <http://nissekihoujuen.jp>

## ○編集後記(editorial note)

明けましておめでとうございます。

新年第一号の広報紙を無事発行する事ができました。今まで広報紙の編集を中心に行ってきた森主任が東京へ異動になり、今回より編集に携わるようになりました。今後みなさんに楽しんで頂ける広報紙を作成していきたいと、広報委員一同がんばって行きます。

磯崎 伸子 城戸匠美

## 地域ぶらり情報

豊寿園職員がお勧めの地域情報を紹介するこのコーナー。

今回は機能訓練指導員の松尾彩子さんお勧めのパン屋さん です。



県道25号線を門司から曾根に向かって走っていると、大杉谷ゴルフ場の前に「おとぎの杜パン工房」があります。

アヒルの置物が目を引く、かわいいお店です。おとぎの杜パン工房では自立を目指す方達がパンを焼いており、

最近では天然酵母を使ったパンを売る店が多くなっていますが、「おとぎの杜パン工房」では素材を厳選し、前日から天然酵母で発酵させた無添加の旨みを生かした素朴で、心が温かくなる味が特徴です。他のお店とは少し違います。つまり、「天然酵母がすんでいる」んです。

さらに誰が食べても健康で安全で安心できるパンを作られており、売っているパンには卵も使用されていません。

みなさんも是非「おとぎの杜パン工房」のパンを食べて、元気をもらいませんか？

みなさんも是非「おとぎの杜パン工房」のパンを食べて、元気をもらいませんか？



### おとぎの杜パン工房

活動時間 10:00～16:00  
住所 北九州市門司区大字吉志378-7  
電話・FAX 093-481-2688  
定休日 土・日・祝日

## ○おしらせ

### 【職員の異動】

ヘルパーステーション サービス提供責任者 磯崎伸子  
⇒ 生活相談員へ

特養棟介護職員 林田幸子 上野美幸  
⇒ ヘルパーステーション サービス提供責任者へ

生活相談員 森 英樹  
⇒ 日本赤十字社 総合福祉センターへ

# Houjuen Experience Report 豊寿園体験レポート

今回は日赤豊寿園ヘルパー  
テーション・アップレの日頃の活  
動の様子をエッセイにしてご  
紹介します。



## いつもの生活の中に。。。

「こんにちは！日赤豊寿園のヘルパーです。」  
玄関に着くと、ヘルパーはまず挨拶。

「あ、ヘルパーさん、よー来たね。あなたを待つ  
てたのよ。」  
その方は笑顔で出迎えてくれる。ヘルパーが脱  
いだ靴を揃え直す。それがこの方の出迎え方な  
のだ。

「あのね、昨日の夜ね、外で変な音がして寝るこ  
とができなかったのよ…。それでね…。」  
その方は昨日のことや体のことを次々と話始め  
る。なかなか話が終わる様子はない。  
ただ、ヘルパーは昨夜のことや訪問前にあったこ  
となどを聞きながら体調確認を行う。

「あ、そうなんですか？それは大変な思いをされ  
ましたね。」  
「今日は寝ていないなら体はきつくないです  
か？」  
ヘルパーは返事をしながら同時に机の上にある  
食器を見て食事の量の確認。

「あのね、おなかが空いたけど、冷蔵庫に何もな  
いの。何か一緒に食べに行きたいね。」

今日は買い物の日。冷蔵庫を確認すると食材や  
昨日ヘルパーが作った食事がそのまま残ってい  
る。冷蔵庫の中の物が分からず、何も口にしてい  
ないのか。いや、電磁調理器の上にはまだ温か  
い味噌汁の鍋がある。

ヘルパーは一人暮らしの認知症の方の所へ行  
くと、訪問時の様子が全てではなく、置いているも  
のや前回の訪問時から変わったものを確認しな  
がらおおよその生活ぶりを観察する。



暖かい12月の日差しを浴び、近くのスーパーへ一  
緒に歩いて向かう。  
「この道は危ないからね。」  
「こら辺も以前とは変わったわよ。」  
「こうやって一緒に買い物に行ってくれるなんて私は  
幸せね。」  
など、その方はヘルパーを気遣ってくださる。人生の  
大先輩。ありがたい言葉が次々に出てくる。

買い物は食べたい物だけでなく、栄養バランスをヘル  
パーが考え、提案。  
「あなたがそう言うならそれを買おう。」  
そこには“信頼”がある。

「今日は何か食べたいものはありますか？」とヘル  
パーが言えば、  
「何でもいいよ。あなたが作ってくれるものなら、何  
でもおいしいもの。」とその方は言う。  
そこには“安心”がある。

これはいつものこの方の日常的生活。そこにヘル  
パーが側に付き添うだけ。

いつもの生活だが、そこには目で見えるもの以外に  
温かさがあった。それこそホームヘルパーの役割だ  
と感じた。



## 日赤豊寿園ヘルパーステーション座談会 「地域に根付く介護を目指して」

日赤豊寿園ヘルパーステーション アプレが開設して約1年半。初めての訪問介護で慣れない中、ご利用者さんやご家族、地域の方々に支えてもらいながら運営をしています。開設当時の気持ちや特養棟とホームヘルパーの違い、今後の課題などを語ってもらいました。

家中登喜江  
(訪問介護員)



中川珠美  
(訪問介護員)

### 訪問介護のおもしろみやサービスをしていて楽しいことや嬉しいことは何ですか？

おもしろみというより、お一人暮らしの方が孤独を感じながらも強く頑張っている姿を見て、私たちも頑張らなければという力をもらうことですかね。(家中)

一人一人性格や対応が違うので戸惑うこともあります、利用者の方が笑顔で受け入れてくださったり、昔の話などいろいろして下さることで、私自身も勉強になることが多いことですね。(中川)

### 開設から1年半、訪問介護に対する思いに変化はありましたか？

実際に1年半訪問介護の現場を見てきて、利用者やその家族の一番近い存在になり得ると思ったことですね。私はケアマネジャーも兼務していますが、ヘルパーが利用者の方や家族の隠れたニーズを引き出すことがあり、貴重な存在だと思います。(坂根)

最初は訪問しても「貴方何しに来たの?」と言われ、つらい日もありました。しかしいつの間にか「今度はいつ来てくれるの?」という言葉に変わり、待っていてくださる利用者の方の顔を見ることができることが私の喜びとなっています。(家中)

林田 幸子  
(サービス提供責任者)



### これからの訪問介護の課題や、アプレが目指していることは何ですか？

ご利用者の方が安全に安心して過ごせる様に援助していくのはもちろんですが、「すべてを豊寿園に任せて良かった」と言われることを目指していきたいです。(林田)

身体介護などの専門的な知識、またヘルパーの意識改革や技術を身につけてもらうための研修の重要性を感じています。(上野)

上野美幸  
(サービス提供責任者)



坂根琢也  
(訪問介護管理者)



アプレが目指すものは、大規模多機能ですね。通って(デイサービス)・泊って(ショートステイ)・訪れて(訪問介護)という在宅介護の3本柱が入った小規模多機能という在宅サービスがありますが、小規模多機能では、なじみの場所や職員が在宅サービスの殆どを担うことにより、少しでも安心して自宅で住み続けることができるように創られた新しいサービスです。豊寿園では訪問介護事業所が開設しその3つのサービス揃いました。しかも特別養護老人ホームがあり、通って、泊って、訪れて、に加えて・住んでみて！が可能です。しかも、対象となる人数は数十名から百名までと、まさに大規模多機能だと思います。今の介護は少人数が良いとされる事が多いですが大規模には大規模の良さがあると思います。『ゆりかごから墓場まで』というイギリスのスローガンがありますが、『訪問介護から入所まで』を豊寿園の全体のスローガンとしていきたいですね。そのための福祉の広い入り口となれるような事業所を目指していきます。(坂根)

2012

Vol. 14

JAPANESE RED CROSS

SOCIETY FUKUOKA

PREFECTURAL CHAPTER

THE SPECIAL NURSING HOME

HOUJUN

# FRUIT FULL TREE



豊かな樹 ・ 豊寿園