



いきいきグループ  
レクリエーション♪



給食会議



防犯訓練!!



# 里だより

No.392

令和6年9月1日

—発行—

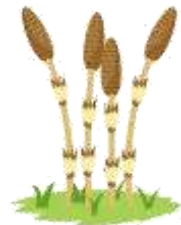
菊池郡大津町平川400番地

社会福祉法人 清和会

つくしの里

TEL 096-293-1550

FAX 096-293-1579



編集後記……………7

行事予定・  
ありがとうございました・

研修報告……………6

サービス向上委員会より・

職員より・医務より……………5

主任より……………4

業務部より……………3

施設長より……………1

(ページ)

九月号もくじ



## 施設長より

### 線香と後飾り



六月半ば、開設当初より利用されていた最高齢の利用者さんが永眠されました。ご両親と身元引受人となられていたご兄弟は、既に他界され、ご親戚の情報も少なく疎遠のままでした。そのため、第三者後見人に火葬までお願いしました。現在は相続人の割り出し、連絡調整にご尽力いただいています。相続などの手続きがいち早く円満に終わることが最後に残された追悼になる気がします。

これまでも、折に触れて本誌や施設・後見人・情報交換会などで、今後のことについて、お考えいただきたい旨をお伝えしてきましたが、何かあつてからは中々話が進まないものです。不謹慎かもしれませんが、ご家族がご健在な今の内にとというのが率直な感想です。中には、「これからのことは、(利用者さんの)兄弟姉妹にお願いしなければならぬので、少しずつでも施設に足を運ばせませす」とお話しされるところもあります。

二十数年も前になるでしょうか。行政書士の方に、『相続について・遺言書の書き方』の講演をしていただきました。ご本人さんがどのようなことを望んでいるか、ご家族はどのようにしたいのかをお伝えいただき明確にしておくことが残された方の負担を減らすと思いました。

今回の利用者さんの件は、施設にとつても初めてのケースでした。施設を長く利用いただいていたからとか、ご親族は来られないからと、施設が勝手に豪華な葬儀を執り行うことはできないのが実情です。立派な祭壇は無いものの、お別れには多くの職員が

斎場に足を運んでくれました。涙でお別れは定番ですが、「私が夜勤の時に遊びにきてね」と口にする職員が何人もいたり、お身体を何度もさすりながら、いろいろな声を掛けてくれて、思い出話をしてくれました。中には亡くなられた日に「ご親族がいらつしやらないため、斎場に泊まりましょうか」と言ってくれる職員がいたことに頭が下がる思いです。

時代の流れとともにお葬式やお墓・納骨の考えも変わってきたので、何が正解かはわかりません。それぞれが死生観について考える機会をいただいたのではないかと感じています。

茶毘に付されたのち、ささやかではありますが、後飾りを四十九日の間、施設長室に設置しました。

出勤のたびに手を合わせたり、お線香をあげたり、遺影に声をかけてくれる人がいます。館内を利用者さんと歩く際に、施設長室に寄って利用者さんと一緒に合掌してくれる人がいます。こまめに花立の水を替えてくれる人がいます。思い出したように「〇〇さんに会いに来た」と手を合わせに来ってくれる利用者さんがいます。「まんまんちゃん、あん！」と昔懐かしい決まり文句も飛び出したりします。線香の香りも、りんの音もきつとご本人さんに届いていると思います。今年の施設長室は、お線香の煙が揺らぎ香る、今までにないお盆を迎えました。

さみしい感じがしますが、このようなことが行われているのを遠いご親族は当然ご存じないでしょう。ご本人さんを知る、残された私たちは、福祉という生業の中、共に過ごした時間が意義のあったものだと思ふこと、今後の糧になることもあります。正面玄関の記念碑に、さつそく保護者会で刻銘していただきました。以前も書きましたが、ご逝去された利用者さんのお父様が、「記念碑に刻銘されていると、本人がお盆などに遊びに来やすく



なるかもしれません」と話されたことを思い出します。きっと、  
相も変わらずにぎやかな、つくしの里の利用者さん・職員を微笑  
ましく見つめられているのではないのでしょうか。

施設長 松永 一博

健康

第一



施設 PR 委員会 今月の 1 枚!

健康体操って楽しいな!



## 業務部より

### 採用活動



八月も終わりを迎えようとしています。暦の上では秋ですが、相変わらず日差しは強く、厳しい残暑が続いていますので、熱中症には気を付けたいと思います。

さて、前回の「業務部より」は人材確保のことを書いたのですが、今回はどうするか悩みましたが、やはり採用のことに触れたいと思います。

当事業所では、新卒採用も中途採用も求人サイトを通年利用しています。これに加えて、求職者の方と直接話す就職フェアにも参加します。就職フェアは、申し込んでも落選することがあるため、無料・有料ともに応募しています。今年は三月から現在までに三回のフェアに参加できました。数名の方が職場見学に来られました。残念ながら採用には至っていません。

新卒の求人サイトの方は動きがなく、転職の方は求職者にスカウトメールを送ったり、サイトのブログを定期的に更新したりしています。

福祉施設で働くこと、利用者さんとの関り、交替勤務等、身近な仕事とは言い難く、伝え方が大事になります。

転職サイトは昨年の夏から運用を始め、一年が経過しました。異業種からの転職を見込んで、サイトのブログには研修や行事を始め、色々な記事を投稿しています。閲覧数が伸びるのは、職員インタビューです。やはり実際に働いている人の声は興味を引く

ようで、就職フェアの担当者、採用試験の面接官、主任、新入職員の指導担当者他、多くの職員が協力してくれました。掲載した記事を思いがけず読んだ在職の職員が「あんなことしてるんですか！面白かったです！」と声をかけてくれました。転職先を探しているのかと戦々恐々でしたが、ネットの画面に偶然つくしの里の求人情報が出てきて繋がったそうです（ひと安心）。

確かに、インタビュー原稿を編集していると、利用者さんや同僚、仕事に対する思い等を知り、いつも見ている顔が一人の人物として鮮やかに際立ってきます。時にはサイト編集部の「今週のオススメ記事」に選ばれることもあり、嬉しくなって職員にもフイードバックし、協力への感謝を伝えます。会社によっては、ブログ記事を更新する度に社内に発信している所もあるそうです。採用の資料としてだけでなく、社員間のコミュニケーションにも役立ついるとのことでした。

九月には転職フェアが控えています。運が良ければ大学の合同就職説明会にも参加できる予定です。

安定した利用者支援、安心して働ける職場環境を確保するためにも採用活動には、今後も力を入れていきます。

ブログのことが気になった方はQRコードを載せますので、見てみてください。

事務長 光永明日美



## 主任より

### 労働生産性アップのために



先月号に取り上げていたミニバレー大会の練習に参加した過程で感じたことについてお伝えします。一言で言うと「共通の話題や目標が生まれると、雰囲気活性化する」ということです。

元々、球技を苦手とする私ですが、参加する職員に声を掛けられ、何気なく練習に立ち寄りしました。一回足を運んでみると、「下手なりに、それなりの楽しみ」となり、その後も数回練習に参加しました。大会に参加する「つくしの里の若手」と呼ばれる職員が練習をしていたのですが、仕事中には見ない笑顔や、やりとりが溢れ盛り上がりっていました。練習の翌日にも、筋肉痛の話題で盛り上がりたり、勤務で練習に参加出来ないことを嘆いたり。参加する若手だけではなく、周囲の職員も巻き込んで、何気ない会話が增え、間違いなくコミュニケーションツールとなりました。また、他班や他部署、若手と年配職員の距離も少し縮んだのではないかと感じました。

毎週一時間の有酸素運動を八週間続けることで、睡眠の質や疲労が改善するなど、数多くの研究結果があります。働く人にとって、ストレスの軽減や睡眠は大きな課題ですので、運動習慣を身につけることは大切なことだと思います。

何か明確な目標があつて始めたわけではありませんが、私は運動(ランニングとジム通い)を続けています。「きつくない?」「何を目指しているの?」と聞かれますが、趣味と言うには少し恥ずかしくもあります。強いて言えば「アンチエイジング」と「下手

の横好き」でしょうか。

昨年頃から勝手に「つくしまラソン部」と称し、三々四人で各地のマラソン大会にグループエントリーをしています。もちろん練習は気の向いた時や走りたいと思った時ですが、数名が集まってランニングをすると、きつさよりも楽しさが勝り、走り終えた後は汗だくですが、気分爽快です。ランニングの後に、食事に行ったりするため、カロリー消費にはつながりませんが、それもまた楽しみの一つです。走り、疲れ果て、食べて寝て、目覚めたらすっきり仕事に向き合えるサイクルが、私の中では確率しつつあります。また、一人で走る際は、仕事のことを考えながら走ることもありません。ランニングには、考えすぎて頭が煮詰まった時に脳をリセットしてくれる効果、そして幸せホルモンとして知られるセロトニンを活性化させる効果があるため、ネガティブ思考から脱却できます。

アンチエイジングとしてのランニングは、今のところ、二年ほど自己ベストは更新できていません。やはり年齢には逆らえないものなのでしょう。しかし記録や距離だけではない何かがあります。今は「下手の横好き」かもしれませんが「好きこそ物の上手なれ」という言葉を信じて、まだまだ記録にも挑戦していきたいものです。

何より「笑顔やポジティブ思考はモチベーションに大きく影響する」こと、そこからやる気を引き出し、「プライミング効果」によって行動も変わり、雰囲気の活性化、利用者・職員同士のつながり、活気ある職場となればと思います。



主任支援員 長渕 さくら

## 職員より

私が所属している生活介護班4班では、手指活動や運動が主な活動ですが、利用者さんが行きたい場所や食べたいものを聞いて、積極的に外出を計画して楽しく充実した生活になるように取り組んでいます。手指活動や運動は認知面や体力維持のためにも必要ですが、殆どをつくしの里で生活している利用者さんに、もっと楽しい日々をおくっていただきたいと思っています。

外出を通して、利用者さんと前よりコミュニケーションが増え、「どんな洋服が好きで、どの色が好きなのか、好きな食べ物はなにか」が少しずつではありますが見えてきました。洋服など職員が代理で購入する事も多く、良かれと思って購入するものの、利用者さんにとって好みの物ではなかったのかなと考えることもあります。外出を機会に利用者さんの好みをもっと知っていきたいと思います。レクリエーションも昨年度より多く取り入れ、楽しめる活動を皆で作りに上げていきます。(支援員 木戸)

入職して4か月が経ち、早出、遅出、夜勤などの変則勤務に少しずつ慣れてきました。コロナも収束し普段の生活が戻って来つつあります。私が所属している生活介護班4班では障がい者作品展覧会に向けて作品作りを頑張っています。皆で協力して作り上げる作品はとて面白い物になるだろうと完成を待ちどおしく思っています。毎日新しい事の連続ですが、負けじと頑張っていきたいなと思います。

まだまだ暑い日が続きます。しっかり寝て、しっかり食べて、しっかり運動して体力をつけ暑さに負けないように頑張ります。(支援員 野口)



## 医務より

8月の面談の際に、4月に実施した健康診断の結果をお渡ししてあります。再検・精密検査の指示があった利用者さんについては、全員受診が終わっています。何かありましたらいつでもご連絡ください。面談の来園がなかったところは今月の里だよりに同封していますので、ご確認ください。

施設内で7月半ばから始まった新型コロナウイルスは、ようやく収束に向かいました。クラスター期間中、利用者15名、職員13名の計28名が罹患。発熱・鼻水の症状が主でしたが、高齢の利用者さん1名が発熱と食欲不振が続き入院。5日間入院され元気に戻ってこられ一安心しました。世間でも感染拡大が続いていますので、収束したと気を抜かず今後も感染対策を行っていきたいと思います。

コロナの予防接種は、今回より65歳以上(60歳から64歳で対象の方)が定期接種の対象です。秋冬にかけての定期接種になっていますので、市町村から案内があり次第、お知らせします。(看護師 松村)

## サービス向上委員会より



### ■ 健康【看護師 松村・支援員 尾崎あ・伊藤】

毎月1回、理学療法士の先生に来ていただき、利用者さんの身体の様子をみて頂いています。簡単にできる体操や、一人一人にあったマッサージ方法等を教えて頂き、利用者さんの健康維持・向上に努めています。ここで簡単にできる体操を紹介しますね。足の「ゆびのぼ体操」というものです。①足指の間に手の指を入れ、ふんわりと優しく握る②足の裏側を優しく伸ばし5秒ほどキープ③足の甲側を優しく伸ばし5秒キープ。この①～③を両足3分程繰り返すだけです。続けることで、足の指が広がり地面との設置面積が広がります。その結果、バランスよく立つことができ、体が本来の力を発揮できるようになります。踏ん張る力や背筋力、握力、ジャンプ力、柔軟性がアップします。日頃、足元をケアすることは少ないかもしれませんが、これを機に体操を始めてみてはいかがでしょうか。他にも様々な体操やマッサージを教えて頂いているので、現場にしっかりフィードバックします。



利用者さんも挑戦！  
足の指の間が中々開かず、苦しい表情😓  
難しそうです！

## 研修報告

※ 7/21 (日) ~8/20 (火) の研修について報告いたします



### ◆ 社会福祉学科ソーシャルワーク報告会【7月27日(土)九州看護福祉大学】

学生がグループ毎に半年以上の時間をかけて、実習で得た学び、疑問に思うことや葛藤などを通してディスカッションし、テーマを決めてまとめた報告会でした。これまでの福祉制度や政策と、生活の中にある困難や生きづらさの多様性・複雑性からくる支援ニーズとのギャップが大きくなったことから、重層的支援体制整備事業が創設されましたが、大学もそこを意識していました。これからの時代はこれまでの、子ども・障がい者・高齢者といった対象者別であったり、要介護・虐待・生活困窮などといったリスクごとではなく、様々な課題やニーズを包括的に捉え、人と人とのつながりや多様な活動を通して支援体制を築いていかなければならないということの理解が深まりました。学生さんたちの福祉を志す思いや熱い気持ちを目の当たりにし、身の引き締まる時間でした。

(主任支援員 長渕)

# 行事予定

# 9月



## ☆ 開園記念祭 (つくしの里)

期 日：9月3日 (火)

内 容：マルテドンによるパフォーマンスショーや大津町名産のからいものキッチンカーに来ていただき施設でお祝いしたいと思います。

## ☆ 敬老会 (つくしの里)

期 日：9月13日 (金)

内 容：節目の年を迎える傘寿4名、古希4名の利用者さんのお祝いをし、健康と長寿を皆で願いたいと思います。

敬老の日



## ☆ 生活介護③班外出 (阿蘇ミルク牧場)

期 日：9月17日 (火)

内 容：動物レースを見て美味しいバイキングを食べに行きます！



ありがとうございました

今月の掲載分は、

令和六年七月二十一日～

令和六年八月二十日です



### 【寄付・寄贈】

- ・ 岩根 治美 様
- ・ 北村 マサ子 様
- ・ 後藤 弘子 様
- ・ 下村 一恵 様
- ・ 馬原 伸二 様
- ・ 光永 順子 様
- ・ 柳瀬 けさみ 様
- ・ 小竹組 様
- ・ 日清医療食品(株) 様
- ・ 江頭 多津子 様
- ・ 清田 すま子 様
- ・ 佐藤 みほ子 様
- ・ 古川 昌子 様
- ・ 三上 貴宏 様
- ・ 渡辺 昭子 様
- ・ 山口 静美 様
- ・ 川上 信代 様

誠にありがとうございました。  
利用者さんの為に使用させて頂きます。



## 編集後記

気温の変化が感じられないまま、秋がやってきます。私のなかで秋といえば「食欲の秋」です。お芋や栗に今が旬な食べ物だんだんスーパーなどに出てきてます。価格が高騰していた秋刀魚は去年より価格が下がっており、身が大きく脂がのっついて期待できるそうです。美味しいもののはついつい食べ過ぎてしまいますが、今年こそは程々に秋の味覚を堪能したいと思います。

生活介護班④班で育てているブルーベリーが沢山収穫出来ました(^\_^)



※お詫びとおことわり

里だより担当では、毎月十分注意して記事の記載、確認をしておりますが、誤字脱字等がございましたら何卒ご容赦していただきたく存じます。