

# TENJIN



## 天神だより

### 基本理念

われわれは、「愛と献身」を基本方針とし、  
利用者のこころとからだを癒し、  
安全で品質の高い介護サービスを  
提供することで地域社会に貢献する。  
社会福祉法人 天神会

2015年10月1日発行

No.73 **秋**号



- 敬老会 .....2・3
- 第三者評価 ..... 4
- 職種紹介 ..... 4
- ヘルスケア・メモ③ ..... 5
- 腰痛ゼロへの挑戦について ..... 6
- ボランティア活動報告 ..... 6
- 福祉を考える会のお知らせ ..... 7
- 笑顔（天神まつり） ..... 7
- ご寄付 ..... 7
- おめでとう（出産・表彰） ..... 8
- クイズ ..... 8
- 編集後記 ..... 8

## 敬老会

敬老の日に思う

社会福祉法人天神会  
理事長  
岡崎 利治

朝夕はめっきり涼しくなり、澄み切った青空が秋の深まりを感じさせるこの頃ですが、皆様お変わりございませんか。

9月は、仲秋、名月、豊年、菊日和など美しい言葉で飾られる月であり、また、15日は「老人の日」、21日は「敬老の日」で、人生の大先輩である高齢者の皆様のご長寿を祝福する敬老月間でもあります。

高齢者の皆様は、遠くには明治の終

わり、そして昭和の初めに生を受け、激動の昭和と平成を強い信念のもと、見事に乗り切ってこられました。心から尊敬の念を表す次第であります。皆様の人生に対し、オリンピックであれば優勝の金メダルを差し上げたい気持ちで一杯です。

敬老の日にあたり、高齢者の皆様が歩んでこられた人生の道のりを振り返ってみますと、皆様が、安心・安全で立派な道を構築していただいたご功績に心から感謝を申し上げるとともに、後に続く私たちは、その道をより一層堅固なものにして後世につないでいく必要があると強く思います。

特に、高齢者のみならず障害者にとって安心して生きがいを持って暮らすことができる社会を構築するために、私たちは不断の努力を続ける必要があります。

り、社会福祉法人天神会としてもその一翼を担いたいと考えています。終わりにりましたが、高齢者の皆様、これからも楽しくお元気で過ごされるようご祈念申し上げます。



▲このしま介護老人保健施設・ケアハウスこのしま 敬老祝賀式

## 敬老会

# 家族懇談会

特別養護老人ホーム天神荘では、敬老の日をお祝いしてご家族をお招きし家族懇談会・食事を開催しています。家族懇談会では、天神荘の施設理念や取り組み状況についてご説明させていただきます、併せてご家族と施設との意見交換の場とさせていただきます。



▲天神荘家族懇談会(敬老週間)

今年度は、24時間シートを活用した暮らしのサポート状況、看取り介護の状況、お部屋づくりへの協力依頼、新調理システムでの食事についての取り組み等を中心にご説明させていただきました。引き続きの食事で、入居者の皆様はご家族と和やかに食事を楽しまれました。



▲ケアハウスこうのしま 敬老パーティー



▲天神介護老人保健施設 敬老祝賀式

## 第三者評価 職種紹介

### 福祉サービス 第三者評価を受審して

介護老人保健施設事業本部長

渡邊 宏

社会福祉法人天神会では、平成25年度に特別養護老人ホーム天神荘、このしま介護老人保健施設が、平成26年度には障害者支援施設このしま荘とケアハウスこのしまが、NPO法人メイアイヘルプユーによる福祉サービス第三者評価を受審し、今年度は天神介護老人保健施設が受審しました。

福祉サービス第三者評価の受審を通して、各施設の経営マネジメントやサービスについて優れている点や課題を客観的に認識することができました。優れている点は、より一層伸ばすとともに、課題については、改善することにより、より優れた福祉サービスが提供できるよう取り組んでいるところです。

今後も各施設は、利用者様の意向を尊重し、より安全で品質の高いサービス

を提供できるよう努めてまいります。

なお、第三者評価の結果については、天神会のホームページに掲載していますので、ご覧いただければ幸いです。

ホームページアドレス：

[www.tenjinkai.org](http://www.tenjinkai.org)

### ■天神会で働く職種紹介

障害者支援施設このしま荘

理学療法士 平原 数幸

#### ■リハビリテーション専門職とは

リハビリテーションという機能訓練と思われがちですが、本当はとても広い意味があります。機能回復だけを目的にするのではなく、その人らしく生きる事が重要で、それらに関わる全ての事がリハビリテーションと言えます。

天神会では理学療法士、作業療法士がリハビリテーション専門職として勤務しており、介護、看護、医師などの

他職種と連携しながらリハビリテーションを行っています。具体的には利用者様一人一人について「その人らしく生きる」ために何が必要でどのような事が問題になっているか評価し、その問題点について基本的な動作能力の訓練や主体的な活動を促す訓練、作業活動を用いた諸機能の維持や回復をはかる等の治療・指導・援助を行います。

また、障害がある方や高齢者の方が住み慣れた場所で、地域の方々と生き生きと暮らせるよう、一人一人に応じた能力や生活に関わる活動の獲得を図るとともに、医療や保健・福祉及び生活に関わる多くの機関や組織と協力しています。

つまり、リハビリテーションとは、その人が持っている力を最大限に引き出し、一人一人の人生に合った生活能力を獲得し、充実した人生を送って貰うための一つの手段といえます。

## ヘルスケア・メモ ③ 『糖尿病』

『糖尿病』ご存知の方も多いかと思いますが、現代人に多い生活習慣病の一つで、インスリンの作用が十分でないためブドウ糖が有効に使われずに、血糖値が高くなっている状態のことです。放置すると全身にさまざまな影響が出てきます。

## ●糖尿病の原因

糖尿病は、その原因により4つのタイプに分けられます。

## \*1型糖尿病

インスリンを作る膵臓の細胞が何らかの原因でこわされることで、インスリンが作られなくなり、糖尿病になります。子どもや若者に多くみられます。

## \*2型糖尿病

インスリンの分泌が少なくなったり、働きが悪くなるために起こります。おもに中高年以降にみられますが、若年者の発症も増加しています。日本の糖尿病患者さんの約95%が2型糖尿病とされています。

他にも、特定の原因によるその他の糖尿病、妊娠糖尿病があります。

## ●症状

## \*尿の量が多くなる(多尿)

糖は尿に出るときに、同時に水分も一緒に出すために尿の量が多くなります

## \*のどが渇いて、水分をたくさん飲む(口渇、多飲)

多尿のため脱水状態となり、のどが渇き、水分をたくさん飲みたくなります。

## \*体重が減る

糖が尿に出るため、体のたんぱく質や脂質を利用してエネルギー源とするためです。

## \*疲れやすくなる

エネルギー不足と体重減少により、疲れを感じやすくなります。

これらの症状があると糖尿病の可能性があります。しかし、軽度の糖尿病の場合、自覚症状がみられないことが多く、発見が遅れることがあります。

この様な症状が現れる前に、日頃から生活習慣を気をつけましょう。そのためにも、現在の自分の状態を知っておく必要があります。

## ●適正体重について

身長(m)と体重(kg)から、BMI(体格指数)を計算し、やせまたは肥満をチェックすることが出来ます。

$$\text{BMI} = \text{体重 (kg)} \div \text{身長 (m)}^2$$

BMIが18.5未満ではやせ、18.5～25未満は正常、25以上は肥満となります。

BMIが22の時が最も病気になりにくいといわれています。

$$\text{適正体重} = \text{身長 (m)}^2 \times 22$$



## ●食事の注意点

## \*食事の時間は規則正しく

朝・昼・晩と規則正しく食べて、間食は避けます。1日1、2回にまとめて食べたたりすると、膵臓に大きな負担をかけて、糖尿病が悪化してしまいます。

## \*ゆっくり、よく噛んで、腹八分目

食事をしてから満腹感が得られるまでには、ある程度の時間がかかります。ゆっくりとよく噛んで食事をするので、必要以上に食べることを防ぐことができます。

## \*食物繊維を摂る

野菜、海藻、きのこには食物繊維を多く含み、食物の消化吸収をゆっくりにして、血糖値の急激な上昇をおさえます。さらに空腹感をおさえる効果もあるため、積極的に取るようにしましょう。食物繊維を多く含む食材は1日20gを目標とするようにしましょう。

## 腰痛ゼロへの挑戦 ボランティア活動報告

### 腰痛ゼロへの挑戦

衛生専門部会 部長 寺次 功

平成27年8月26日「腰痛ゼロへの挑戦」をスローガンに腰痛予防対策のキックオフを障害者支援施設こうのしま荘で行いました。

近年、休業4日以上職業性疾患のうち職場での腰痛は6割を占める労働災害となっています。特に、高齢者介護などの社会福祉施設での腰痛発生件数は、最近大幅に増加してきているといわれています。そのため、厚生労働省は、平成25年6月に「職場における腰痛対策指針」を改訂し、その適用範囲を介護・看護作業全般に広げ、腰に負担の少ない介助方法などを加え、社会福祉法人の職員に対しては、「職場における腰痛対策指針」を全面改訂しています。

天神会では、全社的な腰痛の予防対策を取るために、中央安全衛生委員会の衛生専門部会を中心に各部会とも協力しながら、業務上の身体的負担を軽減することや職場の環境整備等を課題として取り組みます。

さらに、コンサルタントとして、友和クリニック院長の宇土博先生のご指導を受けながら、「スローガン「腰痛ゼロへの挑戦」

として取り組むことになりました。

天神会は、利用者様へのより一層の質の高いケアを提供すると同時に、良い職場づくりを目指して、労働環境の改善を図り、職員全員の健康を守ることを重要な共通の課題と考えていきたいと思えます。また、これらの活動を通じて、利用者様による生活環境を、そして職員にも良い職場づくりをして、介護業界のイメージアップに繋がっていただきたいと思います。



### ボランティア活動報告

■ボランティア内容・参加団体・個人

・天神荘

傾聴ボランティア 白百合の会

広藤キシノ様、佐藤ハル子様

陶芸クラブ手伝い 宮澤 光乃様

生花クラブ手伝い

有岡 邦子様、山本 睦口様

・天神介護老人保健施設

傾聴ボランティア

神田 富子様

笠岡市認知症介護

ボランティアの会5名

生花クラブボランティア

長安 栄子様

夏のボランティア体験 中学生2名

夏祭りボランティア

理容サタケ、五洋医療器(株)

西本薬品(株)、明治牛乳販売(有)

(株)クラート3名、富岡保育園2名

・こうのしま介護老人保健施設

敬老祝賀慰問

愛の善意銀行10名

生活支援ボランティア

順正高等看護福祉専門学校12名

等岡市大島中学校2名

夏祭りボランティア

くらしき作陽大学11名

順正高等看護福祉専門学校15名

・こうのしまダイケアセンター

夏祭りボランティア

くらしき作陽大学11名

福祉を考える会  
笑顔（天神社まつり）  
ご寄付

# 第4回 福祉を考える講演会



講師  
日本転倒予防学会理事長  
武藤 芳照 先生

社会福祉法人天神会では、私たちが培ってきた介護のノウハウを地域の皆様に還元すること、そして、福祉に関する課

題などを地域の皆様方に情報発信することが使命であると考え、毎年、著名な講師をお招きして、「福祉を考える講演会」を開催しております。第4回目となる今回は、平成27年10月31日（土）13:30から笠岡市保健センターギャラクシーホールにおいて、講師に日本転倒予防学会理事長である武藤芳照先生をお招きして、「転ばぬ先の杖と知恵く高齢者の転倒・骨折・寝たきりを防ぐために」と題して、講演会を開催します。

参加ご希望の方は、参加者名と連絡先を明記し、電話、はがき又は、FAXでお申し込みください。なお、定員になり次第、受付を終了致しますのでご了承ください。

●参加費 無料 ●定員 500名

〒714-0044

岡山県笠岡市神島36267

社会福祉法人 天神会 法人本部事務局

TEL 0865-67-4122

FAX 0865-67-6121

## 天神会にご寄付をいただきました

8月7日

皆様の善意に感謝申し上げますとともに、施設のために大切に使用させていただきます。

- 溝口多恵子様
- 寺岡 弘子様
- 今城 定章様
- ヤクルト販売(株)様 (株)クラフト様
- 神内民生児童委員協議会様
- 三宅 恒安様
- コカ・コーラウエストベンディング株式会社様
- 山口 利勝様



▲天神社まつり  
天神介護老人保健施設

## 笑顔 天神社まつり



天神社まつり  
こうのしま荘



おめでとう  
クイズ・編集後記

おめでとう

〔平成27年6月〜平成27年9月〕

べい出産

障害者支援施設こうのしま荘

川上 希

お子様：...

笑咲(にこちゃん)

お誕生日  
平成27年6月9日



特別養護老人ホーム天神荘

今井 亮

このしま介護老人保健施設デイケアセンター

今井 啓代

お子様：希美ちゃん

お誕生日  
平成27年8月8日



表彰

山陽新聞社会事業団

社会福祉優良従事者表彰

岡山県と岡山県社会福祉協議会の後援のもと、山陽新聞社会事業団より、岡山県内の社会福祉関係職場の第一線で職務に励み、大きな成果を挙げているということで、天神会の2名の職員が表彰されました。おめでとうございます。

特別養護老人ホーム

天神荘



看護副主事  
岡村 ヒトミ



課長  
大津 澄子

天神荘指定居宅介護支援事業所

このしま介護老人保健施設



看護師  
吉岡 美恵子



看護副主事  
岡村 ヒトミ

かさおかハートフル  
社会福祉大会

特別養護老人ホーム天神荘



平成27年度 岡山労働局長奨励賞受賞

地域の中で、安全衛生に  
関する水準が良好で、改  
善のための取組みが他の  
模範であると認められ、  
この度、岡山労働局長よ  
り表彰を受けました。



クイズ Quiz  
クイズに答えて素敵な  
賞品をゲットしよう!

●天神会では福祉を考える会を毎年開催させていただいています。今年で何回目の開催でしょうか?

- ① 2回
- ② 4回
- ③ 3回

●毎年、お祭りで各地区のお神輿が施設の中に来てくれて皆様お祭りを楽しんでおられます。地区のお祭りはなんと云うでしょうか?

- ① 天神社祭り
- ② 笠岡祭り
- ③ 神島祭り

●糖尿病で、食事の注意点として、食物繊維を摂ることが良いとされています。

- ① 300g
- ② 250g
- ③ 350g

※応募締め切り：11月末日

各施設に応募用紙と応募箱を設置します。正解者の中より抽選にて5名の方に素敵な賞品をご用意しています。当選者は次回発行の誌面にて発表させていただきます。

夏号のクイズ当選者発表

- 村田 直様
- 西山 幸平様
- 川崎 富雄様
- 山川とし子様
- 渡辺 芳美様

夏号クイズの答え  
2・1・3

編集後記

今夏は不安定な天候が続き、9月は関東・東北で豪雨による被害にも見舞われました。一日も早い復旧をお祈りいたします。

改めて、防災に対する意識や災害時の備えの大切さを認識しました。私たちも、いつなごき災害に見舞われるかわからない今、迅速かつ冷静に対応できるように準備し、災害時における業務体制も再確認しておきたいものです。

このしま荘障害者相談支援センター 竹内 恒夫