

# 郷土合い

第68号

2015. 3



▶サンブラザ米沢 今年も良い年でありますように



▲デイサービスセンターさんデイケア 小正月



▲デイサービスセンター サンファミリア米沢 節分行事 「おにわーそとおおお」

## 『いちにち いっこん 「一日一懇」』

社会福祉法人米沢弘和会 理事長 森 一男



私たち法人の一つの施設「サンブラザ米沢」は、お陰さまで開設以来満二十五年を迎えました。この間「サンブラザ米沢」以外の諸施設・事業所をもふくめて、多くの皆様方よりご愛顧ご支援を賜っておりますことに、心より御礼を申し上げます。

また、その年の職員の実働の目安を「四字熟語」「一日一〇」で掲げてきましたが、二十七年でちょうど十二回になります。

「二十五年」は四半世紀であり、「十二」は干支でいうと一巡り、いずれも意味のある数字です。

このような節目の年にあたり「職員行動目標」をどうしようかという考えでしたが、二十七年度は「一日一懇」と決めました。

「懇」に送り仮名「ろ」をつけると「ねんごろ」と読まれ、「親切で丁寧なさま」をいい表しています。また、「懇」を用いている言葉には「懇情」とか「懇切」「懇親」などがありますが、いずれも「まごころのこもった、深く行きとどいている心づかい、親切な心」という意味合いがあります。このことから「一日一懇」とは、利用者やご家族に一日最低一回、その人の身になって「まごころ」をこめて、「手厚く、細やかに心配り・気働き」をするということです。

よくよく考えてみると、介護福祉の基本はこの「懇」にあります。この四月から介護保険制度や介護報酬が変わりますが、改めて基本の「懇」を肝に銘じサービスの質的向上に努めてまいりたいと、新年会の席上役員全員で誓い合ったところで、今年もよろしくお願いいたします。



## 介護技術コンテストで 山形県知事賞 受賞



11月15日に山形国際交流プラザ「ビッグウイング」で「やまがた健康フェア2014」が実施されました。その中のイベントの1つに介護従事者による「介護技術コンテスト」があり、当法人より3名の職員が参加してまいりました。

日頃行っている私達の介護技術を、一般の方々へ披露との目的で、与えられた課題を5分間で行うという形式のコンテストでした。ステージ上で「ベッドから車椅子へ移乗し着衣後、車椅子で外出する一連の行為」を様々な介護技術を用いて発表してきました。

コンテストの結果は、老健サンファミリア米沢・介護課の山口課長が、見事「山形県知事賞」を受賞しました。

介護技術の重要性を再認識し、日々の業務につながる、とても緊張したコンテストでした。(大地)

## 浴室が新しくなりました(サンブラザ米沢)

平成26年8月から10月にかけてサンブラザ米沢一般棟の浴室改修工事が行われました。その間、ご利用者の皆様・ご家族様には大変ご迷惑をおかけしましたが、11月より、以前の浴室からすべてが一新された新浴室での入浴が始まりました。



新たに、特浴槽1台・個浴槽2台を設置し、脱衣室・浴室には冷暖房・パネルヒーターを完備し、より快適に入浴が出来るようになりました。脱衣室に関しても、旅館風に改修され、ご利用者の方からは、「新しくなって良かった」「気持ちよく風呂に入れた」などの声も聞かれています。



今後も、新しくなった浴室で皆様により快適に入浴をしていただけるように職員一同頑張りたいと思います。(長澤 朋)

## 災害時避難所協定

当法人は、2月2日に米沢市と「災害時の福祉避難所の指定に関する協定」を締結しました。災害が発生した際、一般の避難所では生活が困難な高齢者や障害者等の要援護者を受け入れ、食糧、寝具など生活必需品の提供やその他必要とする援助を行うこととなります。



当法人の指定を受けた施設は、老健サンブラザ米沢、サンファミリア米沢(老健・特養)の介護保険3施設であります。東日本大震災の際、6名の要介護者を約2か月間受け入れさせていただいた経験を生かし、多方面と連携を図りながら、社会福祉法人としての役割を果たしていきます。(鈴木 藤)

### デイサービスセンター サンファミリア米沢



◆♪忘年会の芸達者◆♪◆

### 老健サンファミリア米沢 合唱コンクール



元気な歌声 一般棟みごと優勝

### 特養サンファミリア米沢 祝100歳



加藤幸様、県知事より  
100歳のお祝いを受けられました

### サンファミリア米沢まつり



新入職員による出し物



共励会の皆様にも  
ご協力いただきました

### ダリヤ公園 バスハイク



サンブラザ米沢



グループホームさんさん

色とりどりのダリヤの花をバックに「ハイ チーズ!!」

### じょんだべえ



「こたつ掛け」を作り  
三沢地区文化祭に出展しました

### グループホームさんさん 文化祭展示品

平成26年10月～平成27年2月

## ハイ、チーズ!!

### 老健サンファミリア米沢 鍋合戦



どっちもうまい  
甲乙つけがたし

### サンブラザ米沢



メリークリスマス☆

### 特養サンファミリア米沢 二本松の菊人形



秋晴れの気持ちがいい一日でした

### 平成27年 合同新年会並びに永年勤続職員表彰式 1月17日

#### 合同新年会並びに永年勤続職員表彰式



#### 平成27年 社会福祉法人 米沢弘和会 合同新年会並びに永年勤続職員表彰式



### クラゲきれいだったな～



サンリヴェール米沢  
庄内一日旅行



# ロコモに負けるな！

～脚の簡単ストレッチ&運動～



**ストレッチ① 太ももの裏側**  
20秒位、ゆっくりと伸ばします。痛みが出ない程度に、呼吸を止めずに上体を曲げて行きましょう。



**ストレッチ② 太ももの前側**  
うつ伏せになり、足首にタオルを掛けてタオルを引きながら、太もも前側を伸ばします。



**座布団で運動（太ももの運動）**  
座布団を折って、膝下に入れて10秒程度、座布団を床に押し付けます。左右3回ずつ位から始めましょう。



**片足1分間立ち（脚全体の運動）**  
朝昼晩の1日3回、両足1分間ずつ立つと、なんと約50分の歩行と同じくらいの筋肉に刺激があります。  
\*壁に手をつけて、壁側の足を挙げましょう。

※無理は禁物ですので、痛みがある場合は止めましょう。

※ロコモ……ロコモティブシンドローム（運動器症候群）のことで、身体を支え、動かす器官が弱くなり、要介護状態になるリスクが高まった状態のことです。予備軍の方も含めると推計患者数4700万人とも言われています。健康寿命延伸の為に、脚を鍛えましょう。

## ごぞってくだい

～これからの行事予定・連絡版～

☆米沢市委託事業

▶鹿俣先生運動教室

3月13日(金) 14:00～ 西部コミュニティセンター

3月26日(木) 14:00～ 塩井コミュニティセンター

ご希望の方は送迎いたしますので、  
お気軽にご相談下さい。

発行 社会福祉法人 米沢弘和会  
連絡先 山形県米沢市築沢三〇四六  
TEL 〇三三八(32)二三三四代  
FAX 〇三三八(32)二三三三三  
編集委員 鈴木 譲 鹿俣 正志  
笹木 早苗 高橋 美和  
管成 尚子 嶋貫 千佳子  
豊野 綾子 遠藤 洋子  
小関 勇治 高橋 由美  
相田 理恵 秋山 知恵美

## 「〇〇」から こんにちは

今号は環境整備の女性職員の皆さんを紹介します。

環境整備の女性職員は、築沢地区に6名、塩井地区に4名が勤務しています。施設内の清掃、ご利用者様の衣類の洗濯、修繕、お茶出しなど、色々な業務にあたっています。

皆様に、快適で清潔な環境をご提供できるように努めて参ります。

(相田 理)



ほっ!と  
ひといき...

さて、みなさん二〇一五年は、ひつじの年です。ひつじは、群れをなして穏やかなことから「家族の安泰」「平和に暮らす」ことを意味しているそうです。ヒツジという動物は、競争や争いごとといったトラブルを嫌います。それは反面、チームワークを好み、團結するということです。本年も我々ひつじ達のように職員一同ますます團結し、ご利用者様の生き生きとした笑顔が引き出せるよう頑張ります。今年も「響き合い」をよろしく願います。(遠藤 洋)



この広報紙は植物油インキで印刷しています。