

2014
第18号

事業団 だより

みたか



社会福祉法人
三鷹市社会福祉事業団

ホールでのふれあい遊び
(三鷹駅前保育園)

老人保健施設はなかいどうの在宅復帰支援について

「はなかいどう」では、在宅復帰や在宅での生活が円滑に行えるような支援に力を入れています。今回は、「はなかいどう」を経て、ご自宅の生活に戻られた方の事例をご紹介します。

【入所まで】

ご自宅では、通所サービスや訪問ヘルパーを利用されながら、伝い歩きで生活されていました。そうした中、年末にご自宅で転倒され大腿骨を骨折したため、入院治療を経て、4月に「はなかいどう」へ入所となりました。



【入所当初】

つかまり歩きや一部の生活動作などに不安定さが見られる状態でした。また、入院生活を経ているため、ご自宅での生活のイメージを持ちづらいう様子でした。

「はなかいどう」では、在宅復帰を支援するため、各専門職で構成される支援チームを組織しています。支援チームは、入所当日からご本人の身体や動作の状況等を把握するとともに、ご希望やご自宅での動作を確認し、目標を設定しました。こうして、計画にもとづいたリハビリテーション等の支援が始まりました。

【退所に向けて】

入所時に目標としていた生活動作は、「はなかいどう」の生活の中で概ね達成できたため、季節が梅雨に向かう頃から、支援チームでは、退所に向けた準備を始めました。リハビリ職による退所前のご自宅訪問では、ご本人やご家族も一緒に、ご自宅の住環境や周

辺の環境などを確認しました。

また、ご自宅で転倒を繰り返さないよう車イスを使用して生活する方針とし、次のような助言や提案をしました。①段差解消等の住宅改修、②家具等の配置調整、③福祉用具の活用、④在宅生活継続のための介護保険サービスの活用などです。これらの情報は、支援チームでも共有され、各職種の立場で支援に活用されました。こうした支援を経て、7月にご自宅へ退所となりました。

【退所後】



退所の翌週から、当施設の通所リハビリテーションのご利用を始めました。入所サービスの職員との連携もあり、円滑な利用開始となりました。現在は、顔なじみの方と再会できたこと、入所サービスからの継続したリハビリを行えることなどもあり、以前より良い表情で通所サービスをご利用されています。

【ご利用者の声】

自宅に帰ってすぐの頃は、「はなかいどう」との区別がつきづらかったのですが、だんだんと慣れてきました。これからもリハビリを続けて、自宅での生活に身体を慣らして暮らしていきたいです。

井の頭地域連絡会 講演会を開催

三鷹市井の頭地域包括支援センターでは、毎年2回、地域住民と関係機関向けに井の頭地域連絡会を開催しています。

今年度は7月25日に三鷹市歯科医師会の訪問歯科診療委員長の板谷歯科医による講演会を開催しました。「高齢者の口腔機能と予防」というテーマで口腔と全身の健康のかかわり、認知症予防の咀嚼健康法、誤嚥性肺炎等についてお話をいただきました。

普段、なかなか聞けない自費診療やインプラントなどの質問にも丁寧に答えていただき、参加者の方にはとても好評でした。

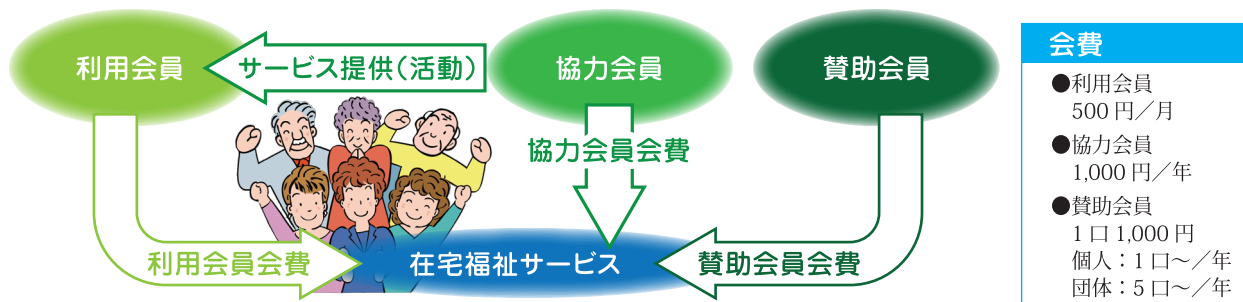
今後も地域住民と関係機関を繋ぐ地域連絡会を充実させていきたいと思っております。



在宅福祉サービス事業とは

「在宅福祉サービス事業」は、三鷹市内にお住まいの方が、住み慣れたまちで自分らしい生活をしていくためのお手伝いをする会員制のサービスです。このサービスは、病気や障がい等何らかの事情で「できないこと」を支え、その上で、福祉の総合的な相談窓口としての機能を持っています。

生活支援サービスでは、感謝の気持ちを形とするために活動費を定め、有償サービスとしています。また、サービスを通じた市民同士の心の交流やつながりを大切に、地域の活性化を推進します。



■食事サービス

昼食・夕食 各1食 760円 年中無休

栄養バランスのよい食事を食器に入れた状態でご自宅へお届けします。お食事の配達には安否確認を兼ねているため、配達時には利用されている方の体調や生活環境を確認し、緊急時にはご家族や福祉関係者とも連携を取りながら対応しています。

■生活支援サービス

1時間 1,000円

ご自宅で生活するために必要なこと(一般的な家事、買い物、通院付添い、衣類の整理等)をお手伝いします。お手伝いするのは協力会員として登録されている市民の方です。

■緊急通報サービス

月額 4,300円

急な発病や発作など、いざというときに身に付けたペンダントのボタンを押すと提携先の担当スタッフがご自宅へ急行します。

■短時間サービス (モデル事業)

15分 300円

ご自宅で生活するために必要なこと(ゴミ出し、植木の水やり、電球交換等)で、15～30分程度のお手伝いをします。

お問合せは…… **在宅福祉サービス 連絡先 0422-43-8804** (平日 8時30分～17時15分)

三鷹市社会福祉事業団 安全安心のための取組み

三鷹市社会福祉事業団の、安全安心のための取組みをご紹介します。今後起こりうる災害に対し、その影響を最小限にとどめ、各事業を利用されている皆様に安心していただくための取組みを行っています。

■老人保健施設はなかいどう

- ・飲料水・非常食の備蓄と生活水の確保
- ・食料品の備蓄(厨房委託業者による)
- ・災害マニュアルの整備
- ・災害時出勤緊急連絡体制の整備
- ・三鷹市防災無線の設置
- ・防災訓練の実施



■保育園・こども園

- ・災害発生後の非常時保育態勢の整備
- ・緊急メール、防災無線の活用
- ・安否確認のための伝言ダイヤルの活用
- ・非常用品の備蓄
(食料等、毛布・救助用活動用具セット一式等)
- ・避難訓練の実施

■母子生活支援施設三鷹寮

- ・学校、保育園等との安否確認のための連携
- ・避難訓練の実施
- ・災害マニュアルの整備
- ・併設されている保育園との共同防火管理協定の締結及び合同訓練の実施
- ・備蓄品の整備

■高齢者在宅サービスセンター

- ・三鷹市等、関係機関の緊急連絡体制の整備
- ・業務時間内・外(夜間・休日)の震災発生時の対応の整備
- ・事業所ごとの安否確認・情報提供等の対応の整備

保育園・こども園より

西野保育園／散歩から始まる地域とのつながり

西野保育園では子どもたちの興味や年齢、季節などに合わせて、よく散歩に出かけます。乗り物に興味がある乳児のクラスは、近くのバス停にバスが来るのを見に行きます。体力がついてきて、体を動かすのが好きな幼児のクラスは、いっぱい体を動かすために広い公園に行ったり、季節の自然に触れるために、近くのルーテル学院大学へまつぼっくりやどんぐりを拾いに行ったりしています。バスを見送るとき「いってらっしゃ〜い」と手を振ると運転手さんだけでなく、お客さんも笑顔で手を振り返してくれます。大学ではお兄さん・お姉さん・大学の先生も子どもたちを見かけると、優しく声をかけてくれます。そんな地域の方々に温かく見守ってもらいながら子どもたちは日々の散歩を



楽しんでます。

また、異年齢交流として、幼児クラスの子どもと乳児クラスの子どもと一緒に散歩に行くこともあります。大きい子が小さい子の手を握り、お手本になろうと一生懸命に歩いたり、小さい子が転ぶと「大丈夫?」と優しく声をかけたりと、思わず微笑む愛らしい光景が見られます。そんな風に優しくしてもらった子たちは、自分がしてもらったように、自分よりもさらに小さい子に優しくしてみようとする姿も見られます。

散歩をする中で、虫や花などの自然に触れるだけでなく、人の優しさや温かさなどにも触れながら、これからも散歩を楽しんでいきたいと思えます。

ちどりこども園／消防士さんと一緒に避難訓練!

毎月、園で行っている避難訓練に加えて、年に1回、三鷹消防署の消防士さんが来てくださり、総合避難訓練を行います。普段行っている避難訓練の様子を消防士さんに見ていただいたり、職員が消火訓練、通報訓練を行ったりしました。いざという時に備えて…子どもたちと一緒に職員も日頃の訓練を振り返る機会となっています。

火がおさまらないことを想定して、園外に避難をする訓練も行いました。クラスごとに担任の先生の話聞いて、乳児クラスはサークル車に乗り、幼児クラスは友だちや保育者と手を繋いで、落ち着いて避難することができました。避難を終えると「お・か・し・も」の約束の確認。おさない、かけない、しゃべらない、もどらない…覚えている子も多く、消防士さんに聞かれると元気よく答えていました。

この日は、消防車も間近で見ることができます。手を伸ばせば消防車に触れられる距離、目の前で見る消防車はとても大きくて、かっこよくて…乳児クラスから幼児クラスまで、どの子どもたちも大満足で見っていました。



また、幼児クラスの子どもたちは、避難訓練の後、火事についてのビデオを見ました。消防士さんの話をよく聞いて、本当に火事が起きたらとても怖いこと、火を出さないようにすることが大切なことを教えてもらいました。

避難訓練を通じて、日頃の防災に対する意識を子どもも大人も持ちながら取り組んでいます。

保育園・こども園より

三鷹駅前保育園／給食大好き！

三鷹駅前保育園は0歳児から2歳児クラスまでの乳児保育園です。

給食は子どもたちが1日を過ごす中で、とても大切な時間だと思っています。

給食の時間になると「おいしいね」と子どもたちに話しかける保育者の声や、「おいしい!」「おかわりちょうだい!」と言ったり、ほしいものを「あ〜」「う〜」などと伝える子どもたちの声が聞こえてきます。食事を食べ終えた後、お昼寝をする子どもたちは、とても満足気で心地良い表情です。給食を通して子どもたちの食べる意欲が育ち、よりよい食習慣が身につくように援助していきたいと思っています。そして、心も体も成長していく姿を今後も楽しみにしています。



0歳児クラスの食事の様子



南浦西保育園／地域向け親子ひろば「あそびましょ」



ふれあい遊びの様子



色水あそびの様子

毎月1回、地域のお子さんを対象に行っている「あそびましょ」では、身体測定、園庭開放、そして保育園ならではの楽しい企画を行う「お集まり」の時間があります。保健担当や栄養士など専門の職員もいますので、子育てについての疑問・悩みにもお答えしています。

この写真は、1歳児クラスと交流しながらふれあい遊びを楽しんでいる場面と、お集まりで色水あそびを行い、

色の変化を楽しんでいる様子です。保育園の子どもたちと、あそびを通して交流を行い、また保護者の方が情報交換をする良い機会にもなっています。簡単なふれあい遊びや手遊びを楽しむ企画もあり、毎回充実した内容にできるよう考えていますので、ぜひ、お気軽に遊びにきてください。



秋のレシピ:三鷹産の旬の野菜を使って

実りの秋。食欲の秋。季節的にも味覚的にも食べ物がおいしい季節です。地元の畑で育った旬の野菜を使った、保育園の子どもたちにも人気のメニューを紹介します。(監修:南浦西保育園 栄養士)

秋野菜のグラタン

【材料/4人分】

| | |
|----------------|----------------|
| 鶏もも肉(一口大)…100g | 水…1カップ |
| マカロニ…40g | サラダ油…大さじ1 |
| カリフラワー…1/6個 | バター…20g |
| ブロッコリー…1/6個 | 小麦粉…20g |
| 白菜…4枚 | 牛乳…1カップ |
| 人参…1/2本 | みそ・コンソメ…各大さじ1 |
| 玉ねぎ…1個 | 粉チーズ・パン粉…各大さじ1 |

【作り方】

- ①マカロニはゆでておく。
- ②ブロッコリー、カリフラワーは小房に分け下茹でする。
- ③白菜は一口大、人参は薄いちょう切、玉ねぎは薄切りにする。
- ④鍋に油を熱し鶏肉を炒める。人参、玉ねぎを加えて炒め、水を加え煮る。
- ⑤別の鍋にバターを入れて溶かし、小麦粉を加えて炒め、とろみが出てきたら牛乳を少しずつ加え混ぜ合わせ、ホワイトルーを作る。
- ⑥人参に火が通ったら白菜と①、②を加え、みそとコンソメで味を調える。
- ⑦ホワイトルーを混ぜ合わせたら耐熱容器に入れ、粉チーズとパン粉をふりかけ、200℃のオーブンで約10分程度、焼き目がつくまで焼く。*ホワイトルーは缶詰でもできます。

大根のきんぴら

【材料/4人分】

| |
|----------|
| 大根…150g |
| 人参…小1/2本 |
| いんげん…8本 |
| ベーコン…20g |
| ごま…小さじ1 |
| ごま油…小さじ2 |

●調味料

| |
|-------------|
| しょうゆ…大さじ1 |
| みりん・酒…各小さじ1 |
| 砂糖…小さじ1 |

【作り方】

- ①大根、人参は短冊に切る。
- ②いんげんは硬めに茹でてから斜め切りにする。
- ③ベーコンは細切りにする。
- ④鍋にごま油を入れベーコン、人参、大根の順に加え中火で炒める。
- ⑤野菜がしんなりしてきたら弱火にし、調味料を加え全体に味を含ませる。
- ⑥最後にごまを振り入れる。



社会福祉法人 三鷹市社会福祉事業団 経営理念

人びとが健やかに安心して暮らせるよう、公正かつ思いやりのあるサービスを提供することにより、地域における信頼を創造します

三鷹市社会福祉事業団施設等一覧

- 三鷹市牟礼老人保健施設はなかいどう
TEL:0422(44)7700 ☑info-hanakaido@mitaka.or.jp
- ヘルパーステーションはなかいどう
TEL:0422(43)8810 ☑info-station@mitaka.or.jp
- 在宅福祉サービス
TEL:0422(43)8804 ☑info-zaifuku@mitaka.or.jp
- はなかいどう指定居宅介護支援事業所
TEL:0422(76)8815 ☑info-kyotaku@mitaka.or.jp
- 三鷹市井の頭地域包括支援センター
TEL:0422(44)7400 ☑info-houkatu@mitaka.or.jp
- 本部事務局
TEL:0422(44)5211 ☑info@mitaka.or.jp
〒181-0002東京都三鷹市牟礼6-12-30
- 井の頭地域福祉支援センター
TEL:0422(24)7335 ☑info-inokashira@mitaka.or.jp
〒181-0001東京都三鷹市井の頭 2-32-30
(井の頭コミュニティ・センター新館1階内)
- 三鷹市立西野保育園/TEL:0422(39)7030
〒181-0016東京都三鷹市深大寺3-3-10
- 三鷹市立ちどりこども園/TEL:0422(72)9220
〒181-0012東京都三鷹市上連雀4-12-26
- 三鷹市立三鷹駅前保育園/TEL:0422(79)5441
〒181-0013東京都三鷹市下連雀3-30-12
- 三鷹市立南浦西保育園/TEL:0422(40)7551
〒181-0013東京都三鷹市下連雀7-2-1
- 三鷹市立母子生活支援施設三鷹寮

ホームページ <http://www.mitaka.or.jp/>