



ごんにちは

2010年 3月号

いのちを敬い いのちを愛し いのちに仕えることによって 神の愛の実現に奉仕する

HP / <http://www.shalomwakaba.com> 平成22年3月5日発行



これなら作れる男のご飯（料理教室）社会福祉協議会都賀部会共催 2010.02.24

地域と福祉のあんしん懸け橋

～身近な相談窓口として～ 千葉市あんしんケアセンター シャローム若葉 主任：多田博子

あんしんケアセンター（地域包括支援センター）は、千葉市から委託を受けた機関で、各区に2ヶ所ずつあります。

高齢になっても住み慣れた地域で安心して過ごしていただくため、介護保険で要支援1・要支援2の認定がおりた方のケアプランを作成したり、高齢者福祉に関する諸々の相談をお受けしたり、また介護予防に関する事業を行ったりしているところです。

行政や地域機関と連携をとりながら、健康づくりや介護予防のご提案を推進しています。相談も、認知症や成年後見制度のことなど、内容は様々ですが、毎月100件以上をお受けしています。

当センターのスタッフは12名。私も含めて、個性豊かなスタッフが勢揃い！（笑）。親身になってご相談をお受けしています。

地域の皆様の、身近で且つ信頼できる相談窓口となれますよう、スタッフ一同、がんばっていますので、今後ともよろしく申し上げます！



こころが晴れるデイサービスセンター

第1デイサービス（桜木）では、機能訓練や回想法の一つとして毎月おやつ作りをしています。職員と共にご利用者が材料の卵や小麦粉などを、ボールに入れて混ぜ合わせる姿は笑顔がこぼれております。「皆で作ったお菓子はとてもおいしいね！」と満足そうに召し上がっておられます。最近好評だったお菓子をご紹介しますと、かぼちゃ、サツマイモのどら焼きです。他にもケーキや、きんつばなどを作りました。これからもご利用者の皆さんと共に色々挑戦していきたいと思ひます。



今年もお雛さまを飾りました。3月3日には、ボランティアさんによる琴の演奏をして戴き日本の伝統行事に触れました。

グループホーム 虹の家

虹の家では、2月3日に節分の豆まきを行いました。1人の入居者の方が、「昔は、豆まきをして余った豆で煮豆を作ったんだよ！！」と話し始めると、別の方が「うちの近所ではね・・・」と、昔の節分の日の思い出話を皆様で懐かしそうに話していました。又、豆まきが終わると「年に一度の行事はみんなですると楽しいね」と、とても喜んでいらっしゃいました。



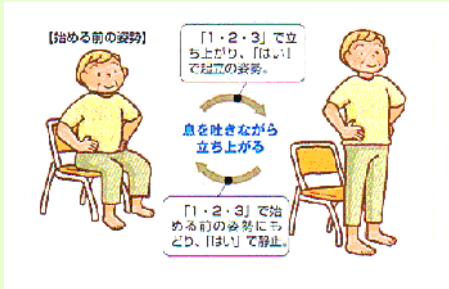
3月の予定

毎狩り
 ひなまつり
 ユニット会議・ケース会議
 運営推進会議

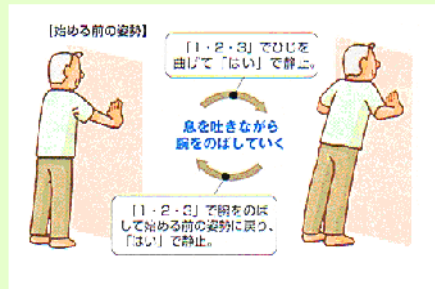
あんしんケアセンターの重要な仕事の一つに、介護予防があります。介護予防とは単に介護の必要な状態になることや身体機能の悪化を防ぐことだけではなく、高齢者の皆さまが住み慣れた地域でいきいきと暮らすことができることを目指しています。

千葉市が発行している「はじめましょう！介護予防のパムフレット」より、1日5分間の筋力トレーニングをご紹介します。この3種類の筋力トレーニングはセットで行うと、全身の運動になります。それぞれ「1・2・3・はい」のリズムで10～15回ずつ行い、2～3セット繰り返しましょう。息を止めずに自分のペースで行って下さい。

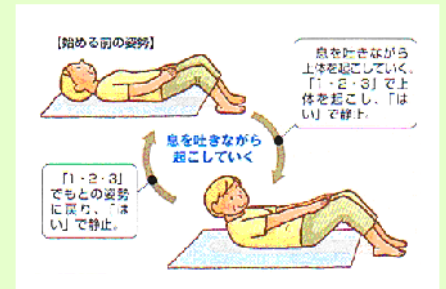
立って座って



壁押し腕立て



腹筋運動



シャローム若葉では「これなら作れる男のごはん～介護予防はごはんから～」の他に出張相談、出前介護予防教室も行っていますのでお気軽に声をかけて下さい。

訪問介護員紹介～スマイルstスマイル～

写真	名前	趣味	抱負	写真	名前	趣味	抱負
	宍戸 久美子	日舞 手芸	日々皆様に迷惑をかけず健康に気をつけ、仕事をして行きたいと思っています。		三浦 文子	卓球	いつも笑顔で接していきたいと思っています。
	田原 美樹子	カラオケ・ビデオ鑑賞	笑顔をとやさず優しい言葉かけを心掛けて、ケアをさせて頂きたいと思っています。		本木 美津枝	家庭菜園・鉢の寄せ植え	笑顔で入室、笑顔で退室。笑顔で介護ができるよう心掛けたいと思います。
	中原 タツエ	登山・ウォーキング・ジョギング・野球観戦	健康管理をきちんとし、いつも笑顔で接しヘルパーとしての任務を果たして行きたい。		吉野 カツ子	山登り・ハイキング	「休まないで来て下さいね」の言葉に健康には十分気をつけなければと常々心掛けております。
	藤井 榮子	水泳・ジョギング	健康に気をつけて、このお仕事を続けていきたいと思っています。		大安 清子	ウォーキング・読書	自分がされて嬉しい事を周りの人達にしていきたいです。
	堀口 和子	散歩	ご利用者に笑顔が見られる様に心がけて行きたいと思っています。		堀越 美穂	ゴルフ	いつも元気で、そして笑顔で・・・をモットーに頑張っていきたいです。

家族会便り

介護の毎日、本当にご苦労様です。また、日頃のご支援に心から感謝しております。

さて当会では2月の活動として「家族の会・利用者アンケート」を実施させて頂きました。結果は取りまとめの上「シャローム若葉」さんへお渡しします（取りまとめ結果のみをお渡ししますので、ご回答者のプライバシーは守られます）。皆様のご協力に感謝申し上げます。

次回の役員会&会員交流会は、4月24日（土）13～15時、若松デイサービスセンターで開催致します。役員以外の方もよろしければご出席ください。

また、22年度総会は4月29日（木）11～13時、桜木デイサービスセンターで開催予定です。別途ご案内をお出ししますが、出来るだけ多くの会員の方に参加頂きたいと思っております。よろしくお願い致します。

「シャローム若葉 家族の会」代表幹事 野呂

* 「ひばり」新聞に家族からご意見いただきました。家族の心情を受け止め、家族の介護負担の軽減に努めましょう。

「今日は何をやって来たか。話をしてくれませんか。むろん忘れてしまうのでしょうか。ひばりの発行により、今回は手作り料理に真剣にとりくんでいる利用者の姿、又、スタッフの方々と会話しながらの昼食風景、すばらしいと感じました。やさしいスタッフの方々と会話や指導をうけ、一日を楽しく過ごせる利用者は幸福者です。私もこの雰囲気仲間入りさせてもらいたい気持ちになります。以前からいただいている写真を家族の者達に見せてデイサービスの様子を知らせてやります。また、利用中の写真は永久保存記念になります。大切に保管させていただきます。」2月19日 yさん

ふれあいサロン 美助人（びすけっと）展示作品

折り紙
森谷 和子氏



展示場所：シャローム若葉 虹の家ふれあいサロン（若松）

展示作品募集中 ふれあいサロンに作品を展示してみませんか？詳しくはこちらまでお問い合わせ下さい。 043-235-4866

千葉市あんしんケアセンター シャローム若葉

TEL：043-214-1841 FAX：043-214-8787
〒264-002 千葉市若葉区貝塚 2-21-9

シャローム若葉 桜木本部

第1デイサービスセンター
認知症デイサービス/訪問入浴介護事業
TEL：043-234-5111 FAX：043-234-5119
〒264-0028 千葉市若葉区桜木 5-15-1

シャローム若葉 都賀

居宅介護支援事業所 TEL：043-214-3450
訪問介護事業所 TEL：043-214-5567
福祉用具貸与事業所 TEL：043-309-8598
FAX（共通）：043-234-8411
〒264-0025 千葉市若葉区都賀 2-10-13

シャローム若葉 若松

グループホーム虹の家
TEL：043-235-4867 FAX：043-235-4868

第2デイサービスセンター
TEL：043-235-4866 FAX：043-235-4850

介護予防デイサービスセンター
TEL：043-235-4865 FAX：043-235-4850

〒264-0021 千葉市若葉区若松町 2170-8

発行：社会福祉法人三育ライフ
シャローム若葉 施設長 砂長谷和子

編集：シャローム若葉 広報委員会
江波剛・島田雅章・森川裕美
浅谷正彦・山本葉・小田宏子

info@shalomwakaba.com

http://www.shalomwakaba.com

職員紹介

岩崎由美子
虹の家
介護職
映画鑑賞・海岸の散歩
3月上旬よりヘルパー
研修が始まります。
初心にかえって頑張
りたいと思います。



太田奈津子
第一デイサービス
事務
ミュージカル・映画鑑賞・ダンス
趣味と仕事のバランス
を上手にとりながら自分ら
しく自由にのびのび生活す
る事をモットーにしています。



藤崎多美代
介護予防デイサービス
看護師・機能訓練指導員
歴史探訪、観劇
利用者の方々の寝たき
り予防を目標に心に寄
り添う仕事をしてゆき
たい。



小岩 保一
訪問介護
サービス提供責任者
競馬・スポーツ・映画・パチンコ
私達が、ほんの少し
お手伝いする事によっ
て、住み慣れたご自
宅で生活を送れるよ
う、頑張っ生きて
いたいと思います。



氏名 所属部署 職種 趣味 抱負