

若葉が丘だより 新春号



ご挨拶

新年明けましておめでとうございます。
令和となって初めての新年を迎えました。今年も皆様にとって素晴らしい年になることを願っております。

都筑区は昨年で区政 25 周年を迎え、人口も 21 万人となりました。平均年齢は 42 歳と横浜市で最も若い区になっています。その都筑区もこれから 15 年の間に急速な高齢化が進むと言われていきます。

高齢化社会のニーズに合わせて、老健・特養・サービス付き高齢者住宅・グループホーム・有料老人ホームなど高齢者向けの施設が多様化しています。それぞれの施設の役割も様々です。皆様にも施設の役割を知っていただき、「自分の在宅生活の方向性は自分で選択していく」という気持ちを持って、様々なサービスを上手に選択、利用していただけたらと思います。

老健は医学的管理の下、看護・介護を提供する施設です。また、在宅生活のためのリハビリの役割も担っています。国の位置づけでは「病院と在宅の中間施設」であり、終身施設と言われる特養とは異なった役割を持っています。

当法人も開設時から地域の皆様に支えられながら、34 年を迎えることができました。開設時より地域高齢者が家族、地域と繋がりながら安心して過ごすことが出来るようにと医療、介護体制を整え地域連携作りにも注力してきました。病院では入院、外来、リハビリ、往診を行い、老健では入所、短期入所、通所リハビリを行い、目標を設定し生活力を上げるためのリハビリを中心に、医療・介護を提供しています。また、当法人を利用している方、今後利用しようと考えている方の一つひとつの声に耳を傾け、その方の困りごと等の解決の一助になれるよう総合相談室を設置しています。お気軽に相談していただけたらと思います。今後も我々は地域の皆様に支えられているという気持ちを大切にしながら、サービス提供に努める所存です。今年も楽しく元気で過ごしていただけますようお願い申し上げます。

若葉会事務長 中野和嘉

目次

○秋祭り	2.3
○職員紹介インタビュー	4.5
○リハビリ	6
○相談室	7
○年間行事	8

お知らせ

当法人のホームページをリニューアルしてから早3年が経ちました。最近では“入所前の情報として見た”“ホームページを見て就職しようと思った”などなど、徐々にホームページの効果がでてきたと実感しています。そこで、更なる充実を目指してアンケートを実施させていただきます。今回同封していますので、ぜひご協力いただけたらと思います。

よろしくお願ひします。

広報委員会

医療法人社団 若葉会
介護老人保健施設 若葉が丘
〒224-0057
横浜市都筑区川和町2674-1
Tel 045-948-1281
発行 令和2年1月 VOL.6

こちらのQRコードから
ホームページへアクセス！！

Search

若葉が丘 Click



美味しかった屋台食。焼きそばも早々に売り切れ、ほとんどの店が完売御礼でした。

ここで、皆様から頂いたアンケートを基に、人気三屋台をご紹介します。

投票数十二票獲得

第二位 豚汁

出汁巻き玉子

かぼちゃプリン

投票数十三票獲得

第一位 おしるこ

おしるこが人気の出汁巻き玉子を抑えて堂々の一位。やはり皆様あんこ好き。



売り切れ御免&二位で残念侍



ハワイアンで「いつでも夢を」

テリー保谷とブルーウェーブの皆様には、ハワイアンミュージックで会場を盛り上げて頂きました。秋の日和でしたが、会場はさながらハワイ。曲の間では二階職員、看護師長も飛び入り参加し、「いつでも夢を」を大熱唱。絶妙なハーモニーを聴かせて下さいました。職員による虹クイズ大会に、力出し切った職員有志のソーラン節。巴会の皆様による日本舞踊と盆踊り。利用者様や家族様の美味しそうに食べる姿、楽しそうに歌い踊る姿をみて、皆さんの笑顔と笑顔を結ぶレインボーな秋祭りになりました。また、来年の秋祭りでお会いしましょう。



二度目のソーランきつかった



日本舞踊@巴会様

☆令和元年秋祭り瓦版☆

(ある日のブログより一部抜粋)

令和元年十月二十日 日曜日

若葉祭り 秋祭り「令和レインボー」

雨が上がり、天気の神様が秋祭りを祝ってくれました〜(委員長冷や汗・・・)。

令和元年秋祭りすべて伝えます。

テーマは「令和レインボー」でした。

なぜレインボーなのか??

それは、毎年恒例の綿菓子を、巷で流行っている「レインボー綿菓子」にしよう!と決め、新元号「令和」を合わせて語呂良く「令和レインボー」となりました。



虹の門



ハートの雲と「はいチーズ!」

当日は沢山の「家族様にも」来場いただきました。

テーマに合わせた装飾いかがだったでしょうか?

虹の門をくぐるよそは空の上。

ハートの雲が浮いていたの

風船で空を飛べたり、

ご利用者様もご家族様も揃って笑顔で写真撮影をたくさんして頂きました。

そして

青空の中へと進むと、たくさんのお球が空を飛び、皆様を新たな元号の「令和」の雲が浮かぶ、大空へといさなりました。

屋台は昨年からの店舗変更して

五平餅、つくね、揚げタコ焼き(新)、

豚汁、おしるこ、レインボー綿菓子(新)

焼きそば、チョコバナナ(新)、

だし巻玉子、飲み物、かぼちゃプリン

ふれあい隊のみなさんのおかげで今年も無事に全十一店舗開店出来ました。

人気のだし巻玉子は着物姿の三階スタッフ(元料理人)が作り、即完売。

ゲームコーナー今年は「ピンボール」

今年も盛り上がりました。もらえる商品が可愛かった。



大空に浮かぶ令和の雲と

若葉が丘 スタッフ紹介



名前：高橋 正元 担当フロア：通所リハビリ

生年月日：2月6日

職 種：介護職

勤続年数：1年5か月

この仕事に
就いた
きっかけ
は？

私は鉄道会社とそのグループ会社を定年退職し、昨年若葉が丘に転職しました。動機は、娘が介護職をしていることもあり、今までとは違う職種をしたいことと、誰かに役立つ仕事をしてみたいとの気持ちからこの仕事に就きました。人と人の係わり、日々のコミュニケーションの必要性を大切に頑張っています。

あなたの
セールス
ポイント
趣味は？

「明るく、楽しく、元気よく」をモットーに「自ら考え自ら行動する」ことを実践しています。趣味はトレッキングです。丹沢山系が近いものですから山登りを年に数回行っています。50歳を過ぎてから毎年富士山に登っています。一昨年の夏に小学生の孫二人と家族で登山しました。

ストレス
解消法
は？

「その日の事はその日のうちに」解決することで解消しています。そして、「来る人拒まず去る人追わず」の精神です。自分が楽しくなければ相手はもっと楽しくない」と考えています。これからも年齢に負けることなく体力の続く限り至誠一貫で頑張ります。

名前：堀江 明生 担当フロア：通所リハビリ

生年月日：11月18日

職 種：介護職

勤続年数：3か月



私自身、年齢を重ねる上で、当然の事ながら、両親および親族などの身内にも更に年齢を重ね、「介護」という現実が待ち受けるようになってきたことが、この仕事に就くきっかけになりました。

この仕事に
就いた
きっかけは？

趣味はテニス、野球観戦、海外旅行。
行ったことがないのは中東、アフリカ。世界制覇したいです。

あなたの
趣味は？

未経験でこの仕事に就きましたが、経験してわかった事は、「見る」と「やる(=実践)」では、全く要領が異なるものであり、介護職員の仕事が重要で大変な仕事であるということを実感しました。

仕事の
大変な事や
嬉しかった
ことは？

若葉が丘 スタッフ紹介



名前：北原 千穂 担当フロア：リハビリ

生年月日：8月1日

職種：作業療法士

勤続年数：6か月

仕事に
就いた
きっかけ
職歴は？

祖母がデイサービスに通っていた時「面白くない所に、行きたくない」とすぐにやめた事から、高齢者の方が楽しく通える居場所を作りたいなと思いこの仕事を選びました。職歴は病院3年,老人保健施設10年以上の経験があります。

セールス
ポイント・
趣味は？

セールスポイントは笑顔です。「とびきりの笑顔ができます」とアルバイトの面接で言った事もあります。趣味は、本屋・手芸屋さん巡りや文房具屋さんも大好きです。たくさん買ってしまうこともあります。

忘れがたい
エピソード
は？

病院に勤務している時、頸部骨折をした利用者さんのメンタルケア目的の作業療法に関わりました。「お花を一緒に育てませんか？」と声をかけ、お花のお世話を一緒にする事で元気を取り戻し、無事に退院されお手紙を貰った事があります。

名前：村田 真由子 担当フロア：2階

生年月日：3月4日

職種：介護職

勤続年数：1年



高校の部活動で、高齢者施設に訪問し音楽レクをする機会があり、仕事でも誰かに感謝してもらえる仕事に就きたいと思ったのがきっかけです。職歴は、特別養護老人ホームに3年半,サービス付き高齢者住宅に1年,老人保健施設に1年です。

仕事に
就いた
きっかけ
職歴は？

散歩で気持ちと身体をリフレッシュさせています。歩いた後の万歩計の数字を確認するのが楽しみです。長距離ドライブもストレス解消になっています。

ストレス
解消法は？

嬉しかった事は、自分の介助に対して「ありがとう」と言って頂けたことです。この仕事をしていて良かったなと思う瞬間です。大変なところは、利用者様にかかる声掛けです。声掛けによって相手の気持ちも変わるので、あとで後悔する事もあります。

嬉しかった
こと
大変な
ところは？



若葉が丘リハビリ



新年明けましておめでとうございます。

今年もリハビリ課一同、

元気に利用者様とリハビリを行っていきます。

どうぞよろしくお願い致します。



手を挙げてバンザイ！！



集団リハビリでは、体操や歌などのプログラムをセラピストとメンバーと一緒に頑張りを、楽しみながら行っています。皆様で行うことで、より意欲を持って取り組まれています。前向きな気持ちになったり、励まし合ったりと皆様で行うことのパワーは素晴らしいものがありますね！



☆ 足を上げてワン、ツー ☆



☺ 手を伸ばして気持ちいい ☺

♪ 郷愁誘う歌を生演奏で ♪





毎年敬老の日に合わせて日本の高齢者人口が統計局から発表されます。日本の総人口は 1 億 2617 万人 (2019 年 9 月 15 日現在推計)と前年に比べ 26 万人減少している一方、65 歳以上の高齢者人口は 3588 万人と、前年に比べ 32 万人増加しています。総人口に占める割合は 28.4%と過去最多となりました。

超高齢社会とは？

超高齢社会とは、65 歳以上の人口の割合が全人口の 21%を占めている社会を指します。65 歳以上の人口が、全人口に対して 7%を超えると「高齢化社会」、14%を超えると「高齢社会」、21%を超えると「超高齢社会」と呼ばれます。日本は、1970 年に「高齢化社会」に突入しました。その後も高齢化率は急激に上昇し、1994 年に「高齢社会」2007 年に「超高齢社会」へと突入しました。

2025 年 高齢者 5 人に 1 人が認知症の時代へ

平成 29 年度高齢者白書によると、2012 年は認知症患者数が約 460 万人、高齢者人口の 15%という割合だったものが 2025 年には 5 人に 1 人、20%が認知症になるという推計もあります。

認知症について

認知症とは、一度正常に達した認知機能が後天的な脳の障害によって持続性に低下し、日常生活や社会生活に支障をきたすようになった状態をいいます。

○認知症の症状

認知症の症状は、中核症状と行動・心理症状(周辺症状)の 2 種類に分けられます。中核症状の代表例として、記憶障害(新しい事柄を覚えられない)、見当識障害(時間や場所、人物の顔がわからない)、判断力障害(論理的思考ができなくなる)、実行機能障害(順序だって物事を進められない)などが挙げられます。

中核症状の進行状態やその方の本来の性格、身体症状や生活環境など複数の要素に左右されます。そのため、現れる周辺症状には大きな個人差があります。代表的な症状には、妄想・失禁・不潔行為・幻覚・異食・不安、焦燥・睡眠障害・抑うつ・介護抵抗などがあります。認知症が進行すると、中核症状とともに行動・心理症状も悪化するため、次第に日常生活にも支障をきたすようになります。

○認知症と物忘れの違い

認知症は、老化現象のひとつである良性の物忘れと混同されがちです。しかし物忘れはきっかけがあれば思い出せるのに対し、認知症はきっかけがあっても思い出せないという違いがあります。たとえば、食事の際には次のような違いがあります。 **物忘れ** 何を食べたか思い出せない **認知症** 食事をしたこと自体を思い出せない

○認知症の分類

- ・変性性認知症:脳の神経細胞が変化することによって発症する認知症。アルツハイマー型認知症、レビー小体型認知症、認知症を伴うパーキンソン病、前頭側頭型認知症などが含まれます。
- ・二次性認知症:なんらかの外傷や病気を原因として発症する認知症。脳血管性認知症、正常圧水頭症、慢性硬膜下血腫、脳腫瘍などが含まれます。

特にアルツハイマー型認知症とレビー小体型認知症、二次性認知症である脳血管性認知症の 3 つが認知症の原因として多く、認知症全体の 8 割前後を占めると考えられています。

日本は現在、高齢人口の急速な増加の中で、医療、福祉など増加する高齢人口、認知症患者数の問題に対応することが、喫緊の課題となっています。若葉が丘では高齢者含め認知症状をお持ちの方が安心して在宅生活、施設利用を行えるよう、リハビリテーション、レクリエーションを積極的に実施していきます。

総合相談室:深川・鈴木

令和2年 年間行事予定

1月	餅つき大会・七草粥	2月	豆まき
3月	ひな祭	4月	お花見
5月	菖蒲湯	6月	外出レク（入所）
7月	七夕	8月	夏祭り（通所）
9月	敬老会	10月	秋祭り（入所）・運動会（通所）
11月	川和芸能文化祭（地域行事参加）	12月	忘年会・お楽しみ会（入所） クリスマス会（通所）・ゆず湯

*この他にもイベントが入ることがあります。その都度、掲示等でお知らせしていきます。各イベントの詳細に関しましては、時期が近くなりましたら、フロア職員にお尋ねください。

施設からのお願い・お知らせ

- 衣類・持ち物等には必ずお名前のご記入をお願いします。
お名前が記入していない為、所有者不明の持ち物が増えております。スタッフも気を付けて確認を致します。お手数ですが全ての持ち物にお名前のご記入をお願いします。
上着は伸縮性のあるもの、ズボンはウエスト部分がゴムのもの、靴下はむくみがある方が多数いらっしゃる為、ゴムがゆるめのもの等、脱ぎ着しやすい衣類でお願いします。
- 靴が汚れた時用に洗い替えの靴の用意をお願いします。
- 居室にある持ち物で不要な物などがありましたらお持ち帰り頂くか、処分して良い物があればスタッフにお声かけください。
棚の中に着ない服や床頭台に古いお菓子等入っている事もありますので、ご面会の際は、整理をお願いします。
- 感染症が流行する季節です。面会時には事務所にあるマスクの着用、手の消毒をお願いします。また、感染拡大防止のため、発熱、喉の痛み、鼻づまり、鼻水、咳、痰などの風邪症状、下痢、吐き気、嘔吐、腹痛などの胃腸炎症状が認められた場合には面会をご遠慮下さい。
- 乾燥する季節に入っています。フロアでは乾燥予防のため加湿器設置し、加湿を行っています。