

カリタスの丘

2013.3.25
第9号

便是は心のプレゼント



社会福祉法人 仙台白百合会

〒981-3107 仙台市泉区本田町20番15号

ケアハウスそれいゆ
曾根 亮子 様 作品

特別養護老人ホーム 百合ヶ丘苑 TEL.022-218-3008

ケアハウス それいゆ TEL.022-218-7476

百合ヶ丘デイサービスセンター TEL.022-218-7481

白百合介護支援センター TEL.022-218-3988

〒981-3107 仙台市泉区本田町20番8号 (H25.7.1オープン予定)

特別養護老人ホーム 梅が丘 TEL.022-218-3044

〒981-3107 仙台市泉区本田町20番7号

グループホームさちの家 TEL.022-218-3024

梅が咲きます、桜も百合も

社会福祉法人仙台白百合会

理事長 石出 信正

社会福祉法人仙台白百合会

事務局長 戸次 有一

夏祭り

七月二十八日(土曜日)

今年度、7月28日にカリタスの丘夏祭りが行われました。

私は子供のころは東京で過ごしましたが春が来ようとする季節、人々は「梅は咲いたか、桜はまだかいな」と江戸端唄の一節を口ずさみます。この歌、最近では若い歌手が作り直して歌い、卒業から入学までの不安な気持ちを癒す歌として学生の方々に人気があるようです。東京ではまず梅、それから桜が咲くのです。しかし、16歳のころ仙台に居を移してみると、ここでは梅も桜も同時に咲くので驚かされました。

カリタスの丘では百合ヶ丘苑につづく一番目の特別養護老人ホーム「梅が丘」が七月の開所をめざして完工を目前にしています。建築中、騒音・交通等、ご迷惑をおかけしました地域の皆様へは改めてお詫びと感謝を申し上げます。大震災の後、財務、資材、人手等多くの困難を乗り越えてくださいました建築関係の方々、開所日が予定より遅れる中、訓練に励んでいただきました職員の方々にお礼申し上げます。

カリタスの丘は敷地を学校法人白百合学園から無償貸与され、そこに建築されています。最近、国は大学の使命として「地域社会の中心としての役割」を挙げています。私たち仙台白百合会は仙台白百合女子大学と一緒につて地域の人々の福祉に役立ちたいと考えております。「梅が丘」は新しいタイプの地域密着型特別養護老人ホームです。建物の設計ではこの理念ができるだけ盛り込めるよう開放的なスペースを組み込みました。開所後は地域密着の精神を生かした運営をしてゆきたいと思います。どうぞ地域の皆様のお知恵を借りて良い施設にてたいと思っておりますのでよろしくお願ひいたします。

カリタスの丘では支え合いマップづくりが進められており、住民は50世帯程度のご近所内でふれあい、支え合つていて、その中には介護サービスの利用者、ひとりで頑張っている高齢者も多く、家族の介護があり、ご近所の方の見守りと声掛け、買い物や通院等の手伝い、食事を作つて届けたり、おむつの交換を手伝つたり、ご近所同士様々なやり方で手を差し伸べている光景があります。現在とは生活環境や家族構成、平均寿命も違いますが、昔ながらの「ご近所の支え合い」の姿を強く感じます。

「自助」とは自己努力に加え、困った時に遠慮せず助けを求めることが能力も必要です。ご近所には親の介護を経験した方、ヘルパーや元看護師、お世話好きな方や活動的な方等「支え合いの担い手」になるべく「共助」の主役はたくさん居ると思います。

施設不足、人材不足、今後加速する超高齢化、50年後の人口激減と課題は山積ではありますが、カリタスの丘は「地域密着」という言葉を借り、この地域の特徴に合った「ご近所支え合い」の実現のため、何ができるかをしっかりと見据えることが責務と考えています。

「地域密着」という言葉は、最近は組織のイメージ化のキヤツチフレーズとして使われる傾向があります。介護の中の「地域密着」とは、高齢者の方々が要介護になつても、出来る限り住み慣れた町や家で暮らし続けられるようを考えられた介護サービスの枠組みです。

日常生活圏域における保健・医療・介護・福祉の連携、いわゆる「地域包括ケアシステム」の構築へのプロセスとしてのキーワードと言えます。

全国各地では支え合いマップづくりが進められており、住民は50世帯程度のご近所内でふれあい、支え合つていて、その中には介護サービスの利用者、ひとりで頑張っている高齢者も多く、家族の介護があり、ご近所の方の見守りと声掛け、買い物や通院等の手伝い、食事を作つて届けたり、おむつの交換を手伝つたり、ご近所同士ともに開催できることをとても嬉しい思います。

今年度の反省を踏まえ、来年度も今年以上により盛大な夏祭りにできるよう努力して参りますので是非、皆様のご参加をお待ちしております。



地域密着型特別養護老人ホーム 梅が丘（うめがおか）

社会福祉法人 仙台白百合会では、地域密着型特別養護老人ホーム（長期29名 短期10名）を整備することになりました。

着工式では、カトリック仙台教区長 平賀徹夫司教様が祈りを捧げください、工事の安全と無事に建設できるよう、願いました。

工事は当初、順調に進んでおりましたが、東日本大震災の影響によりコンクリートを入手することが困難となり、思うように進まず、平成25年7月1日の開設を目指して建設を続けております。



梅が丘は、全室個室となり4つのユニットに分かれています。一つのユニット、10名ないし9名の方々に入居して頂く予定です。三階には、大きなテラスもあり、開放的な空間となっています。

着工が始まり、法人では開設準備室を立ち上げました。開設準備室では、入居の申し込みの受付を開始し、入居を希望される方のご相談やご本人のご様子を伺っております。それと同時に、開設に向け、備品の選定や入居者の方々へのサービスがよりよく提供できるよう、日々、検討しているところです。また、梅が丘配属予定職員が集まり意思統一を図り、開設後すぐによりよいサービスが提供できるよう検討を重ねております。



居られる方の住所が仙台市にあり、要介護状態であれば、どなたでもお申し込み頂けます。入居に際しましては、申し込み順ではなく、仙台市の優先入所指針にのつとり、お申し込みになられた方のご様子やご家族の状況などを踏まえ、お声がけをさせて頂いております。また、短期入居生活介助の提供も予定しております。「不明な点がございましたら、開設準備室にお尋ねください」

入居される方やご家族、地域の方々を始め、多くの皆様に愛される施設になるよう、現在、運営している事業所と共に、努力してまいりますので、よろしくお願い致します。



百合ヶ丘苑

壹番館



壹番館は、ユニットで入居者様方と料理を作る食事行事や季節を感じる事が出来る行事、買い物を楽しむ外出行事と沢山の行事を行っています。今年もショッピングモールで買い物を行い、8月には、スイカ割りを行い入居者様方に楽しんで頂いておりまます。また、普段の生活においても時間がある際にはジエンガや玉入れ、ボウリング等のレクリエーションを行い、入居者様方に笑顔で日々の生活を送つて頂いております。

職員が考えて様々なことを行うのではなく、入居者様方と一緒に協力し、毎日を明るく元気に過ごしております。今後も入居者様方一人一人に合わせた行事や全員で楽しめる企画を考え、楽しんでいただきたいと考えております。

弐番館



弐番館では、外出行事に力を入れています。5月の七北田公園ドライブでは、新緑やつつじが見られ、春を満喫して頂いております。帰りには、白松最中へ立ち寄り、お好きな味を選んで召し上がって頂く事で、笑顔が見られております。7月には、多賀城あやめ園へ行き、あやめやあじさいが満開で、入居者様方からは、「あじさいは欧米では母の日にカーネーションの代わりに渡すんだよ」と学ばせて頂いております。

今年は天候の良い日が多い事もあり、急遽ドライブを企画したり、お好み焼を食べに行つたりと、入居者様方と一緒に職員も楽しんで毎日を送っています。今後も、たくさんの笑顔あふれる企画を考え、弐番館職員一同支援をしていきたいと思います。



参番館



参番館では毎日のユニットでの生活を楽しんで頂けるよう支援しています。例えば、毎月行事を企画し、入居者様方に楽しんで頂いています。春にはお花見、夏にはスイカ割に花火、秋は芋煮会、冬には初詣なども企画しており、季節感を大切にしながらケアを行っています。時には、食堂やウッドデッキでたこ焼きやシャボン玉遊び等のレクリエーションも行つており、入居者様方の苑での生活が実する様に毎日のケアを行っています。これからも、新しい季節の訪れを感じて頂きながら、入居者様方に日々楽しんで頂けるように支援していきたいと思つております。



特別養護老人ホーム

四番館

四番館を一言で例えると「元気！」音楽が無くても：誰かが歌を歌つたり、テレビを観ていなくても：誰かが話に花を咲かせて笑い声が聞こえたりと入居者様方も職員もとても明るいユニットです。

何よりお出掛けと食べる事が大好きで、誕生日会ではおやつを作つてお祝いしています。また、外食ツアーでは、ビュッフェにてご自分で食べたい物を選び、美味しい食事を堪能して頂いております。その他にも、鐘崎かまの笹かま館では工場見学をしながら出来たての笹かまを試食し楽しんでおります。

行事の際には、いつも以上に素敵な笑顔をみせてくれております。

このように、これからも入居者様方と一緒に出来事を共有していく事を大切に取り組んでいきたいと思います。





五番館

五番館では、四季折々に合わせて外出や散歩、お茶会・花火等の行事を行つております。

今年は、桜の開花が例年より遅く4月下旬に満開を迎え、近くの桜並木まで外出しております。

天候も良く、満開の桜眺めて入居者様方も気持ち良さそうにされております。

6月のお茶会では、お抹茶を点て季節の和菓子を召し上がって頂きました。

7月末には夏祭りが開催され、今年は天候にも恵まれて晴天の日差しが降り注ぐ中、入居者様方のご支援ご協力をいただきながら幕を閉じる事が出来ております。

今後も、入居者様方へのより良いサービスの提供ご支援に努めて参りますので、宜しくお願ひ致します。





六番館

六番館では、入居者様方ご家族様、職員との関わりを更に深めていく為に、ユニット行事の食事会や外出行事にも、「ご家族様をお招きしています。初夏の暖かい時期に、入居者様方のご自宅のバラ園へ他入居者様方と共に外出し、四季折々の植物や彩り鮮やかな花々をご覧になり入居者様方もご家族様も終始笑顔が見られております。7月には六番館恒例の夕涼会を行い、職員手作りのちらし寿司やお蕎麦、季節のフルーツ等を召し上がって頂き、にぎやかな雰囲気の中ご家族様同士の交流も見られております。

今後も、入居者様方の笑顔が多く見られる様に家庭的な雰囲気を大切にした、様々な企画を考えたいと思います。





百合ヶ丘デイサービスセンター

春

ひな祭り
お花見ドライブ
外出行事
(ローズガーデン)
(道の駅三本木)



北中山にある、ローズガーデンに行つて
参りました。バラの花といい笑顔でハイ
ポーズ。



夏

夏祭り
七夕祭り



ユリディ夏祭り、くじ引きの様子です。1等は、
仙台駄菓子の詰め合わせでした。満足して頂けた
ようです。



手作りの「ジャンバンタワー☆



「今年は、秋空の中、焼き芋・栗白玉
ぜんざい・豆腐田楽を作りました。」



今年も来ました
♪サンタさん♪



お正月にお餅つきを行
いました。杵と臼でついた柔
らかいお餅を頂きました。

秋

敬老会
紅葉ボドライブ
芋煮会
文化祭



「熱唱、北国の春」

将棋対決！



鬼は一外！福は一内！

冬

クリスマス会
初詣
節分





【ドライブツアーラン展】
入居者様のご希望で、
“とうほく蘭展＆バラの
ガーデニングフェスタ”
へ行つきました！
昼食は三井アウトレットパークで美味しく頂きました。



【ピストロそれいゆ】
バレンタインデーで男性
入居者様へ“オリジナル
おやき”を作りました。

【BARそれいゆ】
夕食後の食堂が“居酒屋”へと変身。園長がバーテンダー
となり、オリジナルカクテルを作りました。



それいゆの冬

ケアハウス それいゆ

やすらぎと生きがいを
目指して



【それいゆ発表会】
社交ダンスクラブの皆様
の華麗な踊りに魅了され
ました。



【それいゆ敬老会】
祝…米寿8名、喜寿2名
が迎えられました。
『おめでとうございます。』



【秋のドライブ】
今年の秋は気候が良く、秋
保温泉・佐勘、泉ヶ岳へ紅
葉狩り、定義山へ足を延ば
しました。



それいゆの秋



『美味しかったよ～！』

【昼食にお寿司屋さんが来て下さいました。】



【山寺“洞雲寺”ヘドライブ】
『歴史あるお寺なのねえ』



【栄養教室】
食品の取り扱いについて勉
強しました。



それいゆの春



【仙台七夕祭り】
吹流しの飾りがとても綺麗でした。
『ホテルで食べた昼食も美味しかった』



【迎え火・送り火】
それいゆ玄関前にて。毎年
お盆の恒例行事です。



【カリタスの丘夏祭り】
“梅ちゃん先生”的主題歌
“さかさまの空”に乗せて
踊りを披露しました。



【ラジオ体操表彰】
仙台大学にて平成24年度ラ
ジオ体操宮城県表彰を受け
ました。長年、ラジオ体操
をクラブ活動で実施してい
たことが表彰されました。

それいゆの夏

グループホーム

さちの家

日常風景

グループホームでは、家庭的な雰囲気の中、お菓子作りや合唱、ご飯作りの手伝いなど、入居者様方がそれぞれ得意とされることをして頂いて、日々の生活を楽しんでおります。



園芸活動

さちの家の庭には畑や花壇があります。季節の花や野菜を植え、入居者様方で水撒きや草取りなどのお世話を大切に育てました。そして、奇麗に咲いた花を眺めたり、大きく実った野菜を収穫し味わいました。今年は花壇にたくさん花を植え、色とりどりに咲いた花を鑑賞できました。野菜も夏の猛暑に負けず立派に育ちました。



母の日

お祝いしました。お昼は彩り鮮やかなお弁当、おやつは入居者様方が思い思いにデコレーションをしたプリンを召し上がり、楽しい時間を過ごしました。スタッフからは写真立て、化粧品、お皿などをプレゼントさせていただきました。

餅つき

庭に杵と臼を準備して餅つきをしました。お餅はずんだ、あんこ、納豆で頂きました。つきたてのお餅はとても軟らかく「美味しい。」と大変好評でした。また、手作りの鏡餅も作り、さちの家の入居者様方やスタッフ全員で新年を迎える準備が出来ました。

雛祭り

ちらし寿司とはまぐりの潮汁等を作り、桃の節句をお祝いしました。おやつにはひなあられ、菱餅、甘酒を頂きました。

雛人形と一緒に記念写真を撮影すると、「かわいいなあ」と入居者様方の顔がほころび、お雛様と同じような素敵な笑顔になつていました。



お花見・新緑ドライブ

今年も入居者様方全員でお花見ドライブに出掛けました。春の心地よい空気を肌で感じることができ、満開の桜の下で記念撮影を行い、皆様とても喜ばれしておりました。

庭ではお茶会を行い、おやつを召し上がっております。新緑の季節の中、美味しいおやつを食べ、入居者様方にも喜んで頂けたかと思いま



敬老会

9月8日に敬老会を開催し、ご家族や地域の方と共に健康と長寿をお祝いさせて頂きました。アトラクションには、宮城三女OG合唱団を招き、本当に素晴らしい合唱を聴き、楽しそうに一緒に歌っている方や感動して涙を流す方もいらっしゃいました。祝賀食事会では、入居者様方とご家族の方々が楽しくお話ししながら食事を召し上がってきました。



日帰り温泉・外食ツアーア

日帰り温泉と喜久水庵へ食事に入居者様方全員で出掛けました。温泉では露天風呂に入り、普段とは違った雰囲気の入浴を皆様楽しまれておりました。

喜久水庵での昼食は皆さんで親子丼を食べ、買い物も行い、「すごく楽しかったわ。」との声が多く聞かれました。



平成23年度 事業報告

社会福祉法人仙台百合会「カリタスの丘」は、多くの皆様に支えられ、地域に根ざす施設を目指して、事業を推進しました。

- ①法人の理念に基づく運営方針を十分に理解し、各事業所で「利用者一人ひとりのケア」を実践するため「気づき」「業務改善」「創意工夫」に重点を置きサービスの向上に努めました。
- ②地域の皆様、ボランティアの皆様に、喫茶店の運営、ミサの開催、清掃・傾聴ボランティアなど、施設内のさまざまな活動にご協力頂きましたことは、利用者へのサービスの向上に大きな力となりました。
- ③「利用者一人ひとりのケア」「職員の資質向上」のため、外部での実践発表や共同研究事業などに積極的に参加し、施設内で実践するケアの客観的評価を受けることができました。
- ④仙台白百合女子大学の実習教育施設、各種専門職の養成校の実習施設として、質の高い実習を実現するため、実習指導者を育成するとともに、様々な外部研修の機会を十分に活用し、職員の資質の向上に努めました。
- ⑤職員の待遇改善は、チームケアの観点から、今年度も継続し、パート職員を含む全職員の待遇改善を図りました。
- ⑥特別養護老人ホーム（仮称）第二百合ヶ丘苑の建設について、「東日本大震災」の影響等により遅れていますが、11月に造成工事の着工、3月には本体建設の着工ができました。
- ⑦介護人材不足への対応、魅力ある職場づくりを実現するため、「人材の確保」「職場環境（労働環境）の整備」「職員の定着と育成」に重点を置き、各種制度の活用を積極的に行いました。
- ⑧社会福祉施設災害復旧国庫補助金等の活用により「東日本大震災」の被害箇所の修復工事を実施しました。



平成23年度決算については表にて報告いたします。
当法人の会計区分・経理区分は以下のとおりです。

（平成24年3月31日現在）

- | | |
|--------|--|
| 【一般会計】 | <ul style="list-style-type: none"> 法人本部 特別養護老人ホーム百合ヶ丘苑（長期入所事業） 特別養護老人ホーム百合ヶ丘苑（短期入所事業） 百合ヶ丘デイサービスセンター ケアハウスそれいゆ グループホームさちの家 |
| 【特別会計】 | <ul style="list-style-type: none"> 白百合介護支援センター |

貸借対照表

(一般会計+特別会計)

(単位：円)

資産の部	負債の部
（一般会計+特別会計）	
流动資産	16,927,028
現金預金	10,890,331
未収金	4,699,504
立替金	1,337,193
前払金	
固定資産	222,905,286
基本財産	213,240,000
建物（基本財産）	9,665,286
基本財産特定預金	239,832,314
その他の固定資産	
建物（その他）	414,600,000
車両運搬具	844,263,744
器具及び備品	202,707,641
土地	12,873,661
建設仮勘定	
権利	
その他固定資産	
資産の部合計	1,461,571,385
負債及び純資産の部合計	1,701,403,699
資産の部合計	
負債及び純資産の部合計	1,701,403,699

資金収支計算書

(単位：円)

期別	大区分			
	合 算	一般会計	特別会計	
収入 による 取扱	介護保険収入 利 用 料 収 入 ケアハウス事業収入 補 助 事 業 収 入 受 託 収 入 経 常 費 补 助 金 収 入 寄 付 金 収 入 雑 収 入	337,245,859 81,933,158 49,389,390 7,900,057 4,882,994 22,352,460 1,670,440 4,692,642 162,739 4,060,000 67,822,845 582,112,584	326,102,694 81,933,158 49,389,390 7,900,057 4,755,324 22,352,460 1,670,440 4,692,642 162,409 330 0 0	11,143,165 0 0 0 127,670 0 0 0 0 0 15,331,165
支 出 による 取扱	人 件 費 支 出 事 務 費 支 出 事 業 費 支 出 借 入 金 利 息 支 出 会 計 単 位 間 繰 入 金 支 出 經 理 区 分 間 繰 入 金 支 出 経 常 収 出 計	305,475,261 69,466,357 96,264,604 3,234,140 4,060,000 67,822,845 546,323,207	291,159,446 68,561,483 96,264,604 0 0 0 15,220,689	14,315,815 904,874 0 0 0 0 15,220,689
施設整備等による取扱	施設整備等補助金収入 施設整備等寄付金収入 固定資産売却収入 施設整備等取込計 固定資産取得支出 元 金 支 出 施設整備等支出計	0 756,000 0 756,000 0 68,243,005 68,243,005	0 756,000 0 0 0 0 0	0 0 0 0 0 0 0
財務活動による取扱	借 入 金 取 入 投 資 有 価 証 券 交 換 取 入 借入金元金償還補助金収入 積 立 金 金 取 払 取 入 そ の 他 支 入 財 務 取 入 計 借 入 金 元 金 償還金支出 投 資 有 価 証 券 取 得 支 出 積 立 預 金 積 立 支 出 そ の 他 支 出 財 務 支 出 計 財 務 活 動 資 金 取 支 差 額	0 0 0 0 0 0 17,770,000 0 0 1,550,626 19,320,626 -19,320,626	0 0 0 0 0 0 17,770,000 0 0 1,452,174 19,222,174 -19,222,174	0 0 0 0 0 0 0 0 0 98,452 98,452 -98,452
予 備 費	0	0	0	
当 期 資 金 収 支 差 額 合 計	-51,018,254	-51,030,278	12,024	
當 期 末 支 払 資 金 残 高	305,571,104	303,117,832	2,453,272	
當 期 末 支 払 資 金 残 高	254,552,850	252,087,554	2,465,296	

事業活動収支計算書

(単位：円)

期別	大区分			
	合 算	一般会計	特別会計	
収 入 によ る 取 扱	介護保険収入 利 用 料 収 入 ケアハウス事業収入 補 助 事 業 収 入 受 託 収 入 経 常 費 补 助 金 収 入 寄 付 金 収 入 雑 収 入	337,245,859 81,933,158 49,389,390 7,900,057 4,882,994 22,352,460 1,670,440 4,692,642	326,102,694 81,933,158 49,389,390 7,900,057 4,755,324 22,352,460 1,670,440 4,692,642	11,143,165 0 0 0 127,670 0 0 0
支 出 によ る 取 扱	人 件 費 支 出 事 務 費 支 出 事 業 費 支 出 減 債 債 拠 附 費 引 当 金 戻 入 収 入 国庫補助金等特別積立金取崩額 事 業 活 動 収 入 計	305,475,261 69,466,357 96,264,604 67,932,306 590,491 45,811,225 545,468,716	291,159,446 68,561,483 96,264,604 0 0 0 545,197,881	14,315,815 904,874 0 0 0 0 11,270,835
事 業 活 動 外 収 支	受 取 利 息 配 当 金 収 入 会 計 単 位 間 繰 入 金 収 入 經 理 区 分 間 繰 入 金 収 入 事 業 活 動 外 収 入 計 借 入 金 利 息 支 出 会 計 単 位 間 繰 入 金 支 出 經 理 区 分 間 繰 入 金 支 出 事 業 活 動 外 支 出 計	162,739 4,060,000 67,822,845 72,045,584 3,234,140 4,060,000 67,822,845 75,116,985	162,409 0 0 4,060,330 0 0 0 -3,071,401	330 4,060,000 0 4,060,330 0 0 0 -7,131,731
經 常 取 扱 差 額	12,117,670	12,105,646	12,024	
特 別 取 扱	施設整備等補助金収入 施設整備等寄付金取入 固定資産売却益 国庫補助金等特別積立金取崩額 特 別 取 入 計 基 本 金 相 入 額 固 定 资 产 売 却 损 附 分 折 国庫補助金等特別積立金積立額 特 別 支 出 計 特 別 取 扱 差 額	0 756,000 0 0 756,000 0 9 0 9 755,991	0 756,000 0 0 0 0 0 0 0 0 755,991	0 0 0 0 0 0 0 0 0 0
当 期 活 動 取 支 差 額	12,873,661	12,861,637	12,024	
取 扱 差 额	189,833,980 202,707,641	187,380,707 200,242,344	2,453,273 2,465,297	
當 期 末 繰 越 活 動 取 支 差 額	202,707,641	200,242,344	2,465,297	



トーキー



「健康寿命」って知っていますか？

「介護を受けたり病気で寝たきりになつたりせず、自立して健康に生活できる期間」を示すものです。

平成年22に厚生労働省が算出したものでは、男性70、42歳（平均寿命79、55歳）、女性73、62歳（平均寿命86、30歳）になっています。「いかに健康に長生きするか」が大切なことになります。

『住み慣れた地域でお元気に（健康寿命を少しでも延ばして）生活できるよう』、様々な面から支援を行う地域の高齢者支援窓口として平成17年地域包括支援センターが設置されました。（仙台市では、センターの運営を社会福祉法人などに委託しており、現在中学校区毎に49ヶ所に開設しています。）

向陽台地域包括支援センターは、平成21年より向陽台中学校区（向陽台・山の寺・明石南・永和台・歩坂町）を担当し、各町内の方と介護予防等の関わりを持たせて頂いています。

『介護予防』とは、まさしく自分の住み慣れた自宅において自立した生活を送ることが出来るように心身の機能低下を予防する事です。介護予防につなげるためには、『6つの柱』があります。『運動器の機能向上』『栄養改善』『口腔機能の向上』『閉じこもり予防』『認知症の予防』『うつ予防』です。加齢に伴う運動不足は、食欲を低下させ、栄養状態の悪化による筋肉量の減少をもたらします。この生活が続くと、運動量がさらに減ってしまう悪循環になりやすく最悪の場合は、寝たきりになってしまいます。心配されます。さらに寝たきりになると行動範囲も制限されるため、認知症を招くこともあります。

『歩坂町の方に身近なところで、運動できる機会を作りたい。』とカリタスの丘の菅原施設長さんに相談した



白百合介護支援センター

介護保険の申請や利用に関すること、施設入所に関すること、健康に関すること、福祉用具や自宅の手すりの取り付け・段差の解消に関するなど何でもお気軽にご相談ください。

向陽台地域包括支援センター 所長 朝倉恵子

ところ、快く地域交流室を提供していただけました。お陰様で今年の5月から毎月第3火曜日（午後1時半～）介護予防教室を開催させていただきました。内容につきましては、3つの道具を利用して自然に体を動かす「3B体操」、音楽に合わせて気持ち良く「ゆらりゆる」、笑って楽しくカラダもコロ元気に「コハチやん体操」など。今年は、いろいろな講師の先生を招いての運動教室を行いました。参加された皆さんから「楽しかった」「元気になった」「歩いて来られるからいい」と喜びの声を頂いております。また、10月には認知症の家族の会の関東先生を招いて認知症についての研修会や相談会を開催しました。地域の方はもちろんですが、ケアハウスの方にも参加頂きました。

今後とも地域に開かれたカリタスの丘さんの協力を頂きながら、地域の皆様がお元気で生活できますように予防教室を開催していくないと考えております。より多くの地域の皆様に気軽にご参加いただければと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。

編集後記

機関誌「カリタスの丘」第九号は、いかがでしたでしょうか。

カリタスの丘では、様々な取り組みを行っております。ご利用者様方のご様子や行事のご様子を、機関誌を通じてお伝え出来ればと思い、機関誌編集委員一同、準備を進め発行いたしました。

機関誌編集委員会では、今後の参考にさせて頂きたく、皆様方からの貴重なご意見、ご感想をお待ちしております。ご利用者様方をはじめ、皆様方のご期待に添えます様、今後もどうぞご支援の程、宜しくお願ひ致します。

機関誌編集委員長 野田 貴宏



ヘカリタスの丘 後援会寄付金事業

平成24年3月のアナログ放送終了の時期に合わせて、「百合ヶ丘苑」及び「さちの家」の食堂談話コーナーに、大型液晶テレビとブルーレイレコーダーをセットで整備いたしました。52型の大型テレビは、画面が大きく、彩りも鮮やかで、離れた場所からもとても見やすく、利用者の皆様には大変喜ばれています。役職員一同、心より御礼申し上げます。

機関誌編集委員会	特別養護老人ホーム百合ヶ丘苑	野田 貴宏
百合ヶ丘デイサービスセンター	田中 明美	松本めぐみ
ケアハウスそれいゆ	関内 洋子	佐々木理佳
グループホームさちの家	松浦 理佳	佐々木麻美
梅が丘	高橋志代美	佐々木美香子
白百合介護支援センター	戸次 有一	梶山 瞳美