

手^とを把^とつて共^とに行^く

安永祖堂



先日、ホームの総合施設長さんをお願いにやって来られました。「私は以前、キリスト教系のホームで勤務していました。そこでは、『隣人愛(りんじんあい)』という標語が職員たちにスローガンとして掲示されていました。こちらは仏教系の施設になるのですが、そのようなキーワードはありませんか?」という依頼です。

さて、どのような標語が望ましいでしょう。いろいろと考えているうちに昔の中国の物語を思い出しました。禅の達人と呼ばれた龐(ほう)さんとお嬢さんのエピソードです。

この龐さん一家は、ザルやカゴなどの竹製品を作って日々の生計を立てていたそうです。ある日、いつものように竹かごなどをたくさん背負って、父親と娘が市場に売りに出かけました。

二人が村の外れの石橋までやってきたとき、どういいうわけか龐さんがつまずいて転んでしまったのです。カゴやザルもそのあたりに投げ出されてしまいました。それを見て、後から同じように商いの品々を背負って歩いて来た娘が何を思ったのか、自分もその場に、すっぴんころりんと倒れてみせたのです。

それを見て龐さんが「おまえは何をしているのだ?」と尋ねます。娘は「お父さんを助け起こしてあげようと思ったのよ」と答えました。それを聞いた龐さんは「そうか、誰も見ていなくてよかったな」と言ったのです。

私たちは自分の老いた父親がうっかり転んでしまったら、上から目線で助け起こそうとするでしょう。しかし、それは本当に転んだ人を助け起こすことになるのか?という問いなのです。

あなたが「もう、お父さんたら、足元に気をつけてよ」などと言いながら、助け起こそうとする。それでは、父親に老いを自覚させるだけでしよう。お年寄りが自分の肉体的な衰えを感じて、惨めな気分になるだけでしよう。

だから、この娘はその場に転んでみせたのですね。「お父さん、誰だって転びますよ。さあ、一緒に立ち上がってまいりましょう」とでも言わんばかりに。

禅のことばではこれを「把手共行(はしゅきょうこう)」といいます。「手を把(と)って共に行く。」と読みます。介護の現場というのは大変なお仕事でしょう。でも時にこの「把手共行」ということばを思い出していただきたいのです。相手が本当に望んでいるのはどのような介護か、考えていただきたいのです。

社会福祉法人 奥山老人ホーム

基本理念

1. 今日の繁栄を築きあげてきた高齢者への尊敬の思いをもって接する
2. 高齢者が地域社会の中で幸せに暮らしていける世の中を創っていく
3. 高齢者がいつまでも自立した生活のできる援助をしていく
4. 笑顔とまごころでサービスを提供していく

『把手共行』

養護老人ホーム&契約入所

地域交流輪投げ大会

10月30日に奥山地区のシニアクラブ様、民生委員様を招いて輪投げ大会を開催しました。上位10名の方に賞状と記念品が贈呈されました。



開会式



9本の輪を2回投げました



冬至



ゆず風呂に入って温まりました

門松



切った竹を紐で繋げています。



葉牡丹、南天、松、笹を飾りました。

完成

クリスマス会



温かい肌着のプレゼントをいただきました。



ハンドベルの演奏に合わせて歌を歌いました。

地域交流豆まき大会

大勢の子供たちがゲームと豆まきに参加してくれました。



年男、年女による豆まき



この度、長年使用していたエアコンの入れ替え工事を行いました。現在の奥山老人ホームとなって38年近くが経過しており、修繕が必要な箇所が増えてきておりますが、皆さんが快適な生活を送れるように努めています。



1月25日に奥山小学校4年生の皆さんが慰問に来てくれました。また、2月2日には奥山小学校の「ありがとう集会」に招待され、感謝状を頂きました。



利用料金 1日あたり 3,067円~4,307円(収入に応じて異なります) ※光熱費・水道費・食事代が含まれます。

お問い合わせはこちら 養護老人ホーム 奥山老人ホーム TEL (053) 543-0320 月曜~金曜 8:30~17:30 (祝日を除く)

奥山老人ホーム 福祉広報「彩凜」への寄稿

理事 山上之瑛



昨年4月より理事という大役を仰せつかりました山上之瑛と申します。宜しくお願い致します。来年には開設70年におなりになるという事で誠にありがとうございます。70年という年月は私の今まで歩んできた時間よりも遙かに長いものでありまして、歴代の施設関係者様の影なるご尽力の賜物と拝察いたします。この時節にあたり『把手共行』という禅語の理念を掲げられましたが、寺の和尚としてこの言葉、なんの抵抗もなくすつと心の底に収まる言葉でありました。拙寺にお越しになる檀家のお年寄りに、すつとお母さん、お父さん大丈夫ですか?と手を差し伸べるその瞬間がその言葉の意味であるからです。幸いにして拙寺は最近改築して頂いたものですから、本堂は念願であったバリアフリーになり、入口もスロープが付き、車椅子のまま出入りができるようになりました。それでも歩いてこられる方には自然と両手を差し伸べてまいります。靴を履くときや椅子に腰を降ろす時、滑らないように、手を離さないように気をつけています。そんな時の手はおじいさんよりおばあさんの方が暖かいのです。



法人創立七十周年に向けて

監事 松浦正淳



年明け早々、元日に能登半島地震・羽田空港での旅客機の接触事故と、龍が暴れたかの如く前途多難なスタートとなりました。昭和三十年二月に方広寺派管長足利紫山老大師の提唱により開設され、現方広寺派管長安永祖堂老大師による理念の礎となる「把手共行」お言葉のもとに現在推移されております。平成二十七年ご縁の中、監事をさせて頂き九年がたちます。七十周年の歴史からみればわずかな期間でございますが、丁度「みやまの里」開設にも微力ながら関係させて頂き、前方広寺派管長大井際断老大師も晩年お世話になり、短い期間の中にも想い募るがございます。個人的ですが、身内が他の老人介護施設にお世話になっており、施設の職員皆様のお力の多大さには「ありがとうございます」の一言に尽きます。コロナ・インフルエンザ等この先の不透明感がありますが、「把手共行」の理念の如く、役員・職員・利用者の皆が共に生きる姿、そしてこの奥山の地に笑顔が絶えることがなきよう、令和七年二月には創立七十周年、そして百周年を目指し繁栄されますことを半僧様と共に祈願いたします。

ショートステイ

短期間のお泊りができるサービスです。
冠婚葬祭・ご旅行や介護者の体調不良の際は
お気軽にご相談ください。



レクリエーション
活動のご様子です。



季節の行事の
お食事や
飾り付けです。



居宅介護支援事業所

現在2名の介護支援専門員(ケアマネジャー)で活動しております。
在宅で生活されている方、奥山老人ホームへ入所されている方のご希望に沿った居宅サービス計画(ケアプラン)を作成できるように努めて
おります。
介護保険の事でなくても、ご高齢者の方の生活でお困りのことなどござ
いましたら、お気軽にお声掛けください。
介護保険サービスへの橋渡しや、公共機関等の窓口のご案内などのお
手伝いをさせていただきたいと考えております。



特別養護老人ホーム

要介護認定を受けた方が入所され、
食事・入浴・行事等の日常生活を共に過ごす
家庭的な雰囲気の老人ホームです。



季節・行事に沿った
お食事です。



クリスマスイベントの
ご様子です。



レクリエーション
活動のご様子です。



外国人技能実習生のご紹介

ようこそ社会福祉法人奥山老人ホームへ!!

2月より、フィリピンからの外国人技能実習生が、私たちの仲間に加わりました。日本では、日本語や介護技術の習得を目指して日々勉強中です。慣れない異国の地ですが、一緒に頑張りましょう。

私の名前はバディリア アイリン メイ サンドイと申します。フィリピンのパラワンから参りました。私はフィリピンの大学では心理学を専攻し、人間の行動と性格を研究し、認知症やアルツハイマー病の人々に関する研究も行いました。その後派遣会社で人事スタッフとして高齢者関係の施設で働いていました。私は若い頃から日本が好きで、いつか日本で介護士として働きたいと思っておりました。2019年に日本で働くために応募し、そして今奥山老人ホームで働くことができました。そのことに私は永遠に感謝し続け、これから仕事を頑張っていきたいと思ひます。



どうぞよろしく
お願いします!

皆さん初めまして。私の名前はレスレク ション レイチェル バルバロッサと申します。フィリピンのラグナから参りました。趣味は音楽を聴くことです。日本の好きな食べ物は天ぷらとラーメンです。日本の生活様式について学び、それを自分自身ができるようになることが目標です。ここ日本と同じようにフィリピンでも高齢者関係の仕事は重要です。フィリピンでは高齢者の皆様を自分の家族のようにお世話させていただいています。私は祖母の介護をしていた経験があり、それがきっかけで介護の仕事を選びました。日本は大好きな国の一つで、将来は日本で家族と住みたいと思っています。今後ともよろしくお願ひいたします。



苦情報告

苦情 ①

ご本人様よりご家族へ夜間帯のおむつのサイズが合っていないと相談の連絡があり、ご家族様より早急に対応して欲しいとのお電話あり。

おむつの会社の方にも紹介していただき、サイズは問題がなく、当て方ではないかとのことで、ご本人様のご自身で交換したいという希望があったが、職員が紹介させていただくことでご了承いただく。

苦情 ②

夜間帯ベッドに臥床する際、足が痛いから優しくやると依頼したら、不機嫌な態度をとられたとご本人様からお話しあり。

ご本人の訴えを傾聴し、対応について謝罪する。ご本人様よりいろいろ話しちゃってごめんね、と言われ、聞いてくれてありがとうというお礼の言葉いただく。

デイサービスセンター 香の風

ここがスゴイ!!

お食事やご入浴などの日常生活上の支援や、生活機能向上のための機能訓練や口腔機能向上サービスなどを日帰りで提供いたします。生活機能向上グループ活動などご利用者様同士の交流もあり、送迎も行っております。

レクリエーション

クリスマスケーキデコレーション



しめ飾り作り



節分



奥山方広寺との交流会

毎月の開催を楽しみにされています



機能訓練



周年祭

おかげさまで、令和6年1月1日で2周年 これからも皆様にお喜び頂けるよう取り組んで参ります。



食べることは生きること

栄養室

花粉症予防の為に積極的に摂りたい食品

花粉の飛散量は前年夏の気象条件が大きく影響すると言われており、2023年は夏の猛暑の影響で「高温・多照・少雨」の条件が揃ったことから、今年の春の飛散量も例年並みか、やや多いという予想が出ています。薬に頼るだけでなく、食品の摂り方で予防してみたい食品はありますか?

★ヨーグルトやキムチなどの乳酸菌を豊富に含む食品を摂る

乳酸菌は腸内環境を整え、免疫機能をアップする効果が期待でき、花粉症の症状改善や予防につながるとされています。ヨーグルトの場合は、乳酸菌のエサとなる水溶性食物繊維を含むきな粉やプルーンと一緒に食べるのがおすすめです!

★青魚に含まれる、ヒスタミンの働きを抑えてくれるDHA・EPAが効果的
青魚の中でも鯖や鰹、サンマ、鰯に多く含まれる為、肉よりも青魚を手取るようにしてみましょう。刺身や缶詰など調理不要なものを活用するのも手です。キムチと組み合わせると相乗効果も期待できます。

★レンコン、ごぼう、きのこ類の食物繊維

腸内環境を整え善玉菌を増やすことで、免疫機能を高めることも可能です。中でもレンコンは症状を和らげる効果があるという報告もあります。煮物、炒物、蒸物、サラダなど様々な調理法があります。

★パニンが含まれる梅干しに抑制効果あり

塩分を多く含む為、1日1粒を目安に摂取するのも良いでしょう。シソ、ごま油、ポン酢、味噌を混ぜてドレッシングにするのもおすすめ!

★高ポリフェノールのチョコレート

チョコレートは、アレルギー症状を抑制するだけでなく美肌や血圧低下作用の抗酸化作用が期待できます。高カカオチョコレートを選ぶと良いでしょう。

生活習慣を見直して健康的な生活を。

医務室

生活習慣病とは、運動や食事、休養、喫煙、飲酒などの生活習慣が深く関与し、それらが発症の要因となる疾患の総称です。日本人の死因の上位を占める、がんや心臓病、脳卒中は、生活習慣病に含まれます。

生活習慣病予防は、運動だけでなく、食事、休養、喫煙、飲酒などにおける複数の対策を組み合わせることで生活習慣を改善することで効果が期待できます。

今回は運動について簡単にお話しします。

運動不足で肥満になると、糖尿病や高血圧、脂質異常(血中のコレステロールや中性脂肪が非常に高い状態)、動脈硬化や心臓病といった生活習慣病のリスクを高めます。

運動によって肥満を予防することは、生活習慣病の予防に繋がります。散歩やストレッチなど簡単に出来るものから始めると良いでしょう。

健康で長生きするため、定期的に生活習慣を見直してみませんか?



職員紹介



引佐みやまの里
みやま介護室長
久保田 剛

令和5年4月より、引佐みやまの里 介護室長に就任した久保田 剛と申します。入職して2年になりますが、奥山は緑豊かな山々に囲まれ、四季の移り変わりを楽しむことができます。春はみやまの里の上にある方広寺の桜、6月には紫陽花、秋には紅葉、冬の空気はとても澄んでいます。そんな素晴らしい環境に7年前に設立された介護施設はとても気持ちの良い施設です。長年貢献されたご利用者様には、笑って一日を過ごして頂きたい!そのような気持ちでお世話をさせて頂いております。日々奮闘中ですが、入職されている職員と協力し、より良い施設にしていきたいと思っています。まだまだ新型コロナウイルスにも油断はできない状況ですが、皆様どうぞお身体には十分お気を付けください。



引佐みやまの里
みやま看護室長
加藤 加奈

みやまの里で仕事を始めて、7年目になります。子育てと仕事の両立は大変ですが、家族の協力のもと、続けられて来ました。そこには、笑顔がいっぱいの子供達があります。その笑顔を利用者様・ご家族様にも伝えたく、会話を大切にしています。時には、話し過ぎたかな?と思う事もありますが、『話せて良かったです。』と笑顔が見えた時が私の幸せです。人生の最期の時に『幸せだったなあ。』って思って貰えるように、介護・看護をしていきたいと思えます。是非、お困りの事や聞いて欲しい時は、話に来て下さい。皆で、楽しい介護をしましょう。

奥山老人ホームに入職し、支援員として20年目になります。入職してから20年、共に過ごし、一緒に年を重ねた入所者様が3名いらっしゃいます。今年4月から奥山老人ホームの介護室長を務め、日中は主に訪問介護事業所で要介護1から4の方を対象に身体介護サービスや生活援助サービスを提供しています。入所者様が住み慣れた奥山でいつまでも元気で暮らせる様、笑顔と真心で接していきたいと思えます。



奥山老人ホーム
介護室長
峰野 廣美

引佐みやまの里に入職して7年目になりますが、昨年の1月より奥山養護老人ホームに異動となりました。看護職員は一人体制という中で、不安もありましたが職場の雰囲気もよく相談しやすい環境に恵まれ毎日充実しています。入所者の方は元気な方が多いですが、体の事だけではなく、いろいろな思いで悩まれている方もいらっしゃいます。耳を傾けながら少しでも異常に気付けるよう努めていきたいと思えます。「ありがとう」「お疲れ様ね」の優しい声掛けに元気をもらいながら日々精進して参ります。よろしく願いいたします。



奥山老人ホーム
医務室
加藤 小百合

\ 職員募集中 /

介護職員、厨房職員の募集を行っております。
明るい職場で一緒に働きませんか?
まずはお気軽にお問い合わせください。

当施設のご利用・ご入居のご相談・お申し込み

契約入所・養護老人ホーム・訪問介護事務所

053-543-0320

受付時間/月~金 8:30~17:30(土日祝日を除く)

居宅介護支援事務所

053-528-4080

受付時間/月~土 8:30~17:30(日祝日を除く)

特別養護老人ホーム・短期入所生活介護

053-528-4050

受付時間/月~土 8:30~17:30(日祝日を除く)

デイサービスセンター 香の風

053-568-0550

受付時間/月~金 8:30~17:30(土日を除く)