

一般財団法人 榛名荘 介護老人保健施設 あけぼの苑

ライフあけぼの

令和4年9月号

No.78



特集1 職員インタビュー インスタグラムの取り組み

特集2 口腔ケアの取り組み

★施設長あいさつ・行事紹介・新入職員の紹介

★あけぼのトピック

職員インタビュー

～Instagramの取り組み～

あけぼの苑では、今年からInstagramを始め、日々の活動などを投稿しています。Instagramの投稿を担当している、黒田副介護長と清水主任の2名にInstagram(以下、インスタ)の活動についてインタビューしました。(K=黒田)(S=清水)



黒田副介護長

清水主任

Q インスタを始めたきっかけを教えてください。

K: あけぼの苑は立地的に山間地にあり外部からなかなか認知してもらえない、と感じており、SNSでの発信で利用を検討している方や、就職を考えている方々に身近に感じてもらえるのではないかと考えていたのがきっかけです。

S: 自分でも他の介護施設などのインスタを見て、「いいなあ」と思う投稿がたくさんあり、自分たちでも日々やっている事をこんな風に発信できたらいいと思うようになりました。

Q インスタ投稿のこだわりや考えている事がありますか。

K: 職場の中の楽しさが伝わるようにしたいと思っています。介護の現場を知ってもらいたいと思っているのですが、介護はいまだに、「暗い」とかねガティブなイメージが付いている気がするので、そのイメージをポジティブにしたいと思っています。

S: 私は、職員にフォーカスが当たって、仕事に活気ができれば、と思っていて、実際に「インスタに載せるよー。」と言うと職員みんな照れながらも協力してくれて、職場が明るくなったと思っています。

Q インスタの活動が普段の業務に影響している事などはありますか。

K: 職場に活気が生まれるきっかけにはなっていると思います。最近では、いろいろな職員から、「こんな取り組みをしているからインスタに使う」という声も聞かれています。

S: 今まででは、同じあけぼの苑でも他の部署の事は伝わっていない事がありましたが、インスタを通じて他部署の取り組みや、日々の様子が見られるという反響もあり、職場全体の風通しが良くなったと思います。

Q 今後の展望として考えていることはありますか。

K: まずは、フォロワー数1000人が目標です。その為に、日々の取り組みなどに加え、介護施設ならではのお役立ち情報の発信など、見てくださる方々に喜んでもらえる工夫をしていきたいです。

S: とくに若い世代に介護の仕事の魅力を発信して、介護の仕事をしてみたいと思う人が増えて欲しいと思っています。今後もあけぼの苑の魅力を伝えて行きたいと思っています。



施設長あいさつ



施設長 南雲俊之

今年の猛暑も峠を越して、稲穂が首を垂れる季節となりました。榛名地区の皆様には、ますます、御清祥の事とお喜び申し上げます。

『人生五十年』と言って、織田信長は桶狭間に挑んだと伝えられておりますが、現在はその倍、『人生百年』時代と言われております。老後資金の問題、終活、いろんな話題がありますが、その前にこれからの人生をいかに楽しむかを考える必要があるのではないのでしょうか。今まで行けなかったあの場所へ行ってみたいと思った時、元気に歩けなかったら楽しめないのではないのでしょうか。また、せっかく行く事ができて景色を楽しめたとしても、当地の名物を堪能できなければ喜びも半減ではないのでしょうか。

あけぼの苑では、しっかり食べて、元気に立って歩いて、思う存分楽しむための支援を提供していこうと考えております。

いまだにコロナの感染者数は終息に向かっているとはとても言えない状況ですが、本来の落ち着いた生活が皆様のまわりに、少しでも早期に実現することを願ってやみません。

あけぼの苑のここがすごい！！

認知症専門棟(西棟)での口腔ケアの取り組み

口腔ケアを実施する事で、お口の健康やお口の機能が維持され、食事を安全に召し上がる事に期待ができます。

西棟では、認知症の症状から歯磨きの必要性が理解できず、ご自分での歯磨きが難しい、うがい後に吐き出さず飲んでしまう、強い拒否があり介助磨きが非常に難しい事など様々です。

口腔ケアが適切に実施できないと、誤嚥性肺炎のリスクが高くなり、口腔の機能低下により安全に食事を摂る事が難しくなってしまいます。大切な口腔ケアを実施する為に歯科衛生士と職員が一丸となる事が重要です。



口腔ケアの様子



お食事前の口腔体操の様子

＜認知症で、口腔ケアの協力が得られない場合＞
※ケアの際の留意点
頭部や背部を介助者の身体を使って受け止める
(安心感を与える)

そこで西棟では、利用者様一人一人に適した歯の磨き方や安全な入れ歯の着脱(出し入れ)方法等の勉強会を実施すると共に随時直接指導を行っています。

認知機能低下によりご理解が得られにくい利用者様の口腔ケアで重要な事は、身振り手振りを交えて細かく声を掛ける事です。

口腔機能を維持する為の口腔体操では、認知機能の維持を考え言葉のやり取りを含め利用者様と楽しく行っています。

今後も職員と連携して利用者様のお口の健康が維持できますよう取り組んでいきます。

歯科衛生士 濱名 早苗

新入・異動職員紹介

新たに、あけぼの苑の仲間となった

職員を紹介します。

1 氏名

2 職種

3 特技・趣味

4 一言



- 1 吉田 めぐみ
- 2 介護福祉士
- 3 韓流ドラマを観る事

4 業務を覚えて、利用者様と楽しく出来たらと思っています。お願いします。



- 1 鈴木 千恵美
- 2 介護福祉士
- 3 読書、ハンドクラフト、お菓子作り

4 十三年間働いた総合ケアセンター榛名荘より今年の 6 月から異動して参りました。精一杯頑張りますので、よろしくお願い致します。

あけぼの苑 インスタグラムのご紹介

日頃より感染症予防にご協力ありがとうございます。施設への入室制限がなされている中、少しでも日々のご様子や取り組みがご紹介できるよう動画や画像、情報発信を続けて参ります！！

今号職員インタビューでも取り上げましたあけぼの苑Instagramの一部を抜粋してご紹介します。

本誌最終頁に QR コードもございますので、お気軽にご覧ください。

The block features a central screenshot of the Instagram profile for 'akebonoen' (あけぼの苑). The profile shows 106 posts, 692 followers, and 812 people followed. The bio identifies it as a nursing home facility in Gunma Prefecture. Below the profile are four circular icons representing different aspects of the facility: 'レクリエーション' (Recreation), '日常' (Daily Life), '職員' (Staff), and '高崎' (Maebashi). Surrounding the central profile are several tilted photographs showing various activities and staff members, including a group photo, a person working at a desk, and staff members in uniform.

西棟行事紹介



五月は「新緑ドライブ」として、榛名湖へドライブに行ってきました。
天気にも恵まれ、美味しい空気をたくさん吸って、リフレッシュしてきました。

六月は「運動会」を行いました。赤、白それぞれのチームに分かれ、白熱した競技が行われました。
職員参加の競技もあり、とても楽しんで頂けました。最後にメダルを首に掛け、健闘をたたえ合いました。



七月は「七夕まつり」を行いました。利用者様も職員も浴衣を着て、ファッションショーのようにランウェイを歩きました！
願いを書いた短冊が、たくさん付いた七夕飾りがとっても綺麗でした。



八月は「盆踊りとスイカ割」を行いました。職員も利用者様も、浴衣やお祭りの法被を着て、東京音頭と炭坑節を踊りました。
懐かしい音楽に、踊っている方はもちろん、見ている方も手拍子で楽しんでいました。
スイカ割では、大きなスイカだった為、一人の力では割れず、何人かの利用者様で少しずつ叩いて割る事が出来ました！



通所リハビリ 行事紹介

五月行事『端午の節句』

うめぼしは榛名の名産。うめぼしの里からうめぼし三姉妹がやってきました。職員は利用者様と楽しい時間を過ごしたく、体操を練習し当日に臨みました。利用者様から「良かったよ」「うめぼし姉妹は誰だい?」「楽しかったよ」と言ってくれ、良かったです。楽しい時間をありがとうございました。



六月行事『運動会』

紅白対抗戦。まず“新聞紙玉入れ”。職員

が引く箱に、新聞紙の玉を投げ入れました。相手チーム職員の邪魔を物ともせず、玉を入れることができました。次は“じゃんけんリレー”。

ジャンケンに勝った次の人にバトンが渡り、負けたら前に人に戻る。行ったり来たりで大笑い。ゴールが難しかったです。

最後は職員の早着替え競争。お題に合った衣装に四苦八苦しながら着替える職員の姿が、皆様の笑いを誘いました。



七月行事『七夕』

「笹の葉さらさら…」と歌っていたら、天の国から絶世の美女の織姫がやって来ました。手にした反物を利用者様に売って回ります。神様や彦星も現れ、七夕の由来を寸劇にしました。どの曜日もそれぞれ異なる織姫・彦星が登場。その容姿が個性的で、内容が伝わったか心配ですが、皆様には楽しんで頂けました。



八月行事『夏祭り』

昔を思い出しながら首にカードをかけ、輪投げ・金魚すくいを行い、点数をつけました。輪投げの時は確実に点数が取れる様に高得点の場所を狙って投げ、金魚すくいではホイに穴が開いてもすくい続ける姿も見られました。利用者様全員が一生懸命に行っていました。一・二・三位まで景品があった為、競っている様子が見えませんでした。最後には、参加賞として全員に出目金をプレゼントしました。



東棟 行事紹介（5月～8月、番外編）

5月



作品展

事前に利用者様には、お魚の絵に色塗りをして頂き、画用紙に大きいお魚を描いて、そこに色塗りして頂いたお魚を絵に見立てて貼りつけていき、大きな鯉のぼりを作成しました。無事に、あけぼの苑の鯉のぼり「あけ鯉」が完成しました。

6月



ピクニック

利用者様と職員と一緒に榛名湖に行きました。榛名湖周辺をドライブし、湖や山の風景を楽しみました。また、それらを背景に、写真撮影も行いました。湖もきれいで思い出に残る一日になりました。

ピクニック



7月



七夕

七月は七夕ということで、利用者様には、短冊に願い事を書いて頂きそれらを竹に飾りました。また、歌の好きな利用者様が多く、皆様に歌を歌い、とても盛り上がりつつあります。皆様の願いが叶うことを職員一同祈っています。

8月



納涼祭

前日の涼しさから一転、良い天気になりました。魚釣りや輪投げ、炭坑節で盛り上がり、職員が担いでいた手作りの神輿には、歓声が上がっていました。おやつにはアイスクリームやかき氷を堪能いただき、皆さん口々に楽しかったと声をかけて頂きました。

納涼祭

お花が咲きました！

東棟のベランダでは様々な植物を育てています。ひまわりや朝顔など利用者様も興味津々です。



おやつ会（6月）

おやつにアイスクリームを提供しました。ラとチョコのアイスクリームにトッピングベキな物を選んで頂きました。暑い日が続いていたので、皆様とても喜んでおりました。





インスタ始めました

特集でもお知らせしましたが、あけぼの苑ではInstagramへの投稿を始めています。

日々の取り組みなどアップしていきますので、ぜひフォローをお願いします。



リスクマネージャー 資格取得

全国老人保健施設協会認定のリスクマネージャー資格を松澤事務長、塚越事務係長の2名が取得いたしました。学んだ知識を活かして利用者様の安全により一層配慮した施設運営を行って行きます。



<発行>

一般財団法人榛名荘

介護老人保健施設あけぼの苑
住所:群馬県高崎市中室田町
2258-1

電話:027-384-8612



LINE 公式 アカウント開設

LINE 公式アカウントは主に求職者の方々への情報提供とコミュニケーションツールとして運営しています。興味のある方はともだち登録をお願いします。