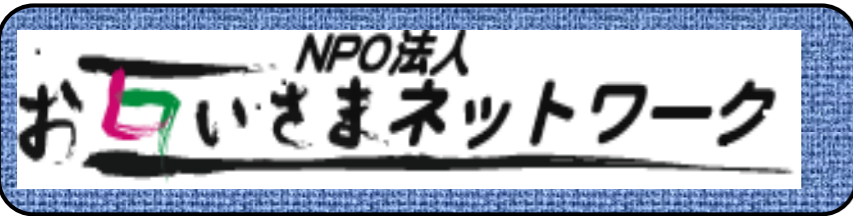


2020年(令和2年)7月25日発行
発行責任者 理事長 恩田初男
〒374-0057
群馬県館林市北成島町1829-5
TEL.0276(70)1326
FAX.0276(70)1327
メール npootagaisama@rhythm.ocn.ne.jp
ホームページhttp://otagaisamaegao.net/



== 理念 ==

人とのつながりを大切にした福祉活動で、だれもが笑顔で心豊かに生活できる地域社会を目指す法人です。

== 指針 ==

- ① 地域の人から頼られる介護福祉サービスを提供するために成長する。
② 地域の人との交流を深め、当法人の専門性や資源を地域に提供する。
③ 地域の課題やニーズを発見し地域住民・関係者と連携しながら不足する福祉活動を展開する。

働きやすい
職場づくりに取り組む
事業所認定

ぐんま介護人材育成宣言

~~~~ 令和2年度取り組みの重点 ~~~~

- ① 活動開始20年 イベント等の企画・実施
② 長期目標から新たな活動の検討
③ 多様な介護サービスを実践できる人材の育成 各事業所間の職員交換研修を実施
④ 法人全体の安定経営の検討

第21回 定時社員総会報告 令和2年5月8日(金)

令和1年度の活動概要 と 令和2年度の事業

令和1年度は、平成29年度に策定した「法人戦略5年後ビジョン」の3年目の年度となります。予定していた「地域密着型小規模特別養護老人ホーム」は、館林市3年間の計画の中に予定されず実施不可能となり、館林市の介護計画に合わせて「広域特別養護老人ホーム」に応募しました。市の審査が通り県に推薦されましたが、県では当法人の計画が承認されなかったため、ビジョンの見直しを余儀なくされているところです。

要支援者に対する介護予防・日常生活支援総合事業を始めとする多様な地域支援の在り方を協議する会議にも参加し、今後地域に不足するニーズ等を協議してきました。

正職員・パート職員の70人が、365日休業日なしで介護の事業所を運営しながら、支え合い活動・地域の居場所によってこ松沼・カフェだんだんを通して地域貢献活動を行ってきました。

支え合い活動は、1年間のべ利用者数は3,179人(協力会員27名・351日活動)でした。「よってこ松沼」は年間のべ3,337人の利用者を9人のボランティアスタッフが支えました。

カフェだんだんは、誰もが気軽に立ち寄って長居のできるフリースペースとして、地域の人と人との繋がりを作ってきました。「知り合いの輪」がいつの間にかひろがり、趣味等の交流の場としても利用が期待されるようになってきましたが、利用者の増加は見られませんでした。

令和2年度の事業計画については、下記の内容が承認されました。

- ①活動開始20年のイベント等の企画・実施
②長期目標から新たな活動を開始する検討に入る。
③多様な介護サービスを実践できる人材の育成
④法人の安定経営の検討

総会の承認に基づいて、令和2年度の新しい活動を展開します。今年度は変化の年になりそうです。

令和1年度収支決算 (単位 千円) 令和2年度収支予算 (単位 千円)

Table with 3 columns: 総収入実績, 総費用合計, 差額. Values: 224,906, 227,942, -3,036.

Table with 3 columns: 収入予算, 費用予算, 差額. Values: 236,950, 235,580, 1,370.

ケアプラン介護相談の喜楽

ケアマネによる学習コーナー (連載:陶山典子)

<今回はフレイルのお話です>

最近「フレイル予防」・・・という言葉が使われるようになりました。「要介護」状態ではないけれど「健康」でもない、心身の調子が崩れた状態を意味する英語「frailty」(フレイルティ)が語源です。65歳以上の1割が該当し、75歳以上になると大きく増えるといわれています。

新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐため外出を控えたり、楽しみにしていたイベントが中止になったり、日常生活が縮小さみになっていませんか?自宅ですべての時間を過ごすと、筋力が低下します。運動量が減るとお腹も減りませんねえ。「フレイル」に向かって悪循環が始まりそうです。そこで、今回は感染リスクを避けつつできる「フレイル予防」についてお話ししましょう。

身体を動かす〜人込みを避けながら散歩や買い物〜
テレビ体操などを参考に、体操するよう心がけましょう。
生活ペースを乱さない
入浴・睡眠・食事時間などの生活リズムを作りましょう。
人と繋がる
家族や友人と電話やメールで連絡を取り合ひましょう。

気持ちを明るくする工夫

一日20分は日光浴を心がけ、暗いニュースを気にしすぎないようにし、家でできる趣味や興味を見つけ出して挑戦しましょう。

栄養をとる

宅配や配食サービスも活用して、筋肉の基になるたんぱく質をとろう。たんぱく質強化食品は、主に大豆、牛乳、肉、魚の4種です。ヨーグルトやプロテイン飲料も効果的です。(一日60g以上)
朝食にあと1品、おやつにプロテインクッキー、運動後のヨーグルトなど、何回かに分けて食べるといいですね。

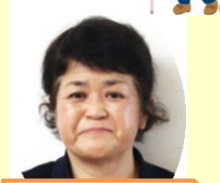
感染予防をしながらフレイル予防も致しましょう。歩けなくなったり、寝たきりになったりということがないように一緒にがんばりましょうね。

訪問介護の喜楽

新しい職員のご紹介



関根仁美さん



柿沼優子さん

デイサービスセンター喜楽より異動してきました。関根仁美です。

気付けば、介護職として10年以上続けてきました。訪問介護の経験はゼロ!! ただ今のところ右も左も分からず右往左往・・・
あたたかい目で見守って頂けると幸いです。

6月から訪問介護の喜楽のヘルパーになりました。柿沼優子です。

職員同士がとても仲が良く暖かい雰囲気職場です。
思いやりを持って、利用者様とのコミュニケーションを大切に、がんばりたいです。

コミュニティカフェ
だんだん活動休止

カフェだんだんは、思いがけない出会いをはぐくみ、人と人とのつながりを作り出してきました。
今後も、さらなる展開が期待されることになりましたが諸事情により、しばらくの間休止することになります。ご支援を頂いた皆様には、心よりお詫び申し上げます。
3年半にわたるご愛顧、ありがとうございました。
いつか、何らかの形で地域のお役にたつ企画を推進できますことを願いつつご報告といたします。

新型コロナウイルスと共にある・・・新しい生活様式

お互いさまネットワークが運営する介護サービス事業所でも可能な限りの対策を取っております。体調の悪い方は、来所を控えていただく事はもちろんですが、入室される場合(職員も含む全員)次の対応をお願いしております。

- ① マスクを持参し、着用をお願いしています。(もちろん職員も全員マスク着用です)
② 各事業所入り口で手指の消毒をお願いしています。
③ 体温測定をし、37.5℃以上の発熱がある方は入室できません。(職員も毎日検温しています)

地域の居場所「よってこ松沼」は、「人と人とのつながりを作り誰もが笑顔になれるところです。」との理念を掲げ、日ごとに集う皆さんが語り合っています。7月からは、様々な対策を講じたうえで再開しました。

イベントは行わず食事中心。11:00~14:00の時間短縮でのオープンです。食事の時はマスクをはずすので、食べながらの会話は極力避けていただきますが、会食での「おしゃべりなし」は楽しみが半減!!つまらないですね。