

ほなみ通信

第98号

2023年2月28日

社会福祉法人

坂井輪会

発行元 〒950-2035 新潟県新潟市西区新通4734 TEL 025-269-1600 FAX 025-269-1571



令和5年 新年会



特養 穂波の里

今年も新たな1年の始まりに入居者に正月を感じていただけるように「新年会」を開催いたしました。

事前に入居者から新年会でやってみたい事をお聞きして今回は獅子舞・餅つき・羽根つきを行いました。

獅子舞は疫病を退治し悪霊を追い払うなどの意味があるようです。入居者一人一人、獅子舞に頭を噛まれた写真を撮らせていただき、皆様素敵な笑顔を見せてくださいました。

餅つきでは鏡餅をつくり、「楽しかった」「正月のくっくっ」「宝くじに当たりますように」なんて方もいらっしやいました。

羽根つきでは羽根に見立てた風船を懸命に打ち返して、「ほら、がんばってー」などの声も飛んで楽しく過ごされておられました。

入居者にはコロナ対策で不便をお掛けしていますが、少しの時間でも楽しく明るく過ごしていただき、この1年を良い年にしようと気持ちを新たにしていただけだと思います。

これからも季節を感じていただける催し会を開催し、入居者の生活をより豊かなものにするべく、職員一同がんばってまいります。

(つくし 竹内 裕貴)

特養 道場山穂波の里

「コロナ禍における面会対応」

道場山穂波の里では、感染状況に応じて、オンライン面会と1階交流スペースにて対面での面会を行っています。

オンライン面会では「離れていても、気軽に利用できること」で、以前より元気な姿を見る機会が増えて嬉しいですよ」と県内外のご家族が話されていました。オンライン面会を継続する一方で、入居者とご家族が対面する面会を行うと「直接会えるのは、やっぱり全然違いますね。嬉しいですよ」「本人(入居者)も喜ぶし、施設での生活の様子や職員の方々の雰囲気もわかるので安心します」「感染の不安よりも、会えることの嬉しさで感謝の方が大きいです」などと限られた時間の中ではありますが、久しぶりの対面に手を握って、日頃の様子を話し、喜んで涙を流される方もおられました。面会時に手紙や写真、嗜好品などの差し入れを直接渡されることで、入居者とご家族との大切な繋がりを改めて感じる機会となりました。

昨年の面会で、入居者の100歳のお祝いを一緒にさせて頂く機

会がありました。その時の嬉しそうな様子を見て、周りからは「本当にお元気で羨ましい。私もあんな風に年を取りたい」との声や、その様子を掲載した広報紙を見たご家族から「私も道場山で(ご本人と)一緒に、100歳のお祝いができるの嬉しいですよ」とありがたいお言葉を頂いています。

また、看取り期においても、感染対策を行い状況に合わせて面会を継続しています。最期を迎え、ご家族と思い出など振り返る際には「あの時に手を握って一緒に過ごすことができたことが何より嬉しかったです。だから後悔はありません」「入院していたら会うことはできなかったと思います。道場山という住み慣れた場所で、いつもみて頂いている職員の皆さんが傍に寄り添ってくれて、安心していましたし、幸せでした」などのお言葉を頂きました。

「コロナ禍以前は、ご家族が面会し居室やユニットと一緒に過ごす機会が多かったです。施設の様子や生活の雰囲気を感じながら、入居者とご家族と職員皆が一緒になって、支え合っていくことを大切にしていたのですが、入居者の想いを汲み取り、離れて暮らす



ご家族の想いにも応え、伝えることができるように、大切な繋がりを意識し、様々な工夫をして取り組んでいきたいと思えます。(生活相談員 貝瀬 芳博)



使ったりと、料理によって使い分けることにしました。

＊練り製品

これまでは、八百屋から練り製品を購入していましたが、以前から、さつま揚げは、枚数は同じでも一枚の大きさが小さくなっている、かにかまづりゃくは、容器が底上げされて内容量は減っている、といったことなど聞いていました。10月より大幅な値上げとなり、他業者で冷凍品を扱っている情報を得て、他の施設も安価な冷凍品に替えていると聞き、急ぎよ1カ月先まで出来ていた献立を確認し、全て冷凍品に切り替えました。

＊揚げ油

昨年より、揚げ油の価格が高騰を続けており、今年は揚げ油料理を控えるをえなくなりました。安い時期に買っておいた1斗缶が一つ手つかずの状態です。これまでは、安易に使用できていたのですが、使用するにも計算しながらといった状況です。

＊魚

主に、鮮魚店より納めて頂いていますが、以前サバの切り身に骨が混入していたことがあり、鮮魚店からは、サバの骨は他の魚よりも取り除くことが困難との話からしばらく使用を避けていました。

穂波の里栄養課

事例報告 食料費の高騰に対処

管理栄養士 泉井 佑季子

今年は、食料費の値上げの知らせが止まない状況です。2〜3カ月に一度値上げの予告があり、今後も再値上げが見込まれます。今年度は、値上げに対して様々な工夫を行い少しでも影響を小さく出来ればと取り組んだ一年となりました。実際どのようなことを行ってきたのか、まとめてみました。

＊だし汁

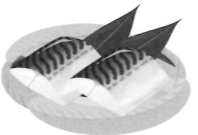
今までは、味噌汁には鰯、鯖、かつお節の入った出汁パック、煮物にはかつお節の出汁パックとこだわってきました。これまでも、価格の上昇を受け出汁のランクを下げるも化学調味料の入った出汁は使わない対応を続けてきました。しかし、それも難しい状況となり、味噌汁・煮物の両方に対して同じ混合だしの顆粒を使わざるをえなくなりました。

＊野菜類

ほうれん草は虫の混入防止のため以前から500g規格の冷凍ほ



うれん草を使用していました。しかし値上げにより500gのみの使用を止め、安価であった別のメーカーの1kg入りのものと併用することにしました。その際、小松菜の冷凍があることを知り、ほうれん草と同様に異物混入防止や作業の手間と生野菜より安価であることを考え、小松菜も冷凍野菜に切り替えました。「ボウは、生野菜の場合、皮むきや刻むといった下処理と硬いために加熱を何度か繰り返し行わないとならないといった手間のかかる野菜でした。味は生の方が断然おいしいのですが、冷凍野菜の場合、下処理(皮むき・カット・下茹で)がされており、なおかつ安価であることから、冷凍野菜に切り替えました。同じ理由で、れんこんも生では価格が高く、調理前の下処理(皮むき・下茹で)と安価であること理由に、炒め物などの場合はスライスの水煮を使ったり、煮物などには冷凍の乱切り状のものを



現在は、冷凍の骨なしサバを定期的に使用しています。価格の面でも割安で、骨なしのことなので安心でもあり、青魚も献立に取り入れられるため重宝しています。値上げする商品によっては、他業者と同じ商品または似通った商品がないか問い合わせ、安ければ業者を切り替えるなど行ってきました。しかし、その業者がさらに再値上げをする場合もあり、状況把握が追いついていけないのが現状です。

食料費は全体的に生鮮食品から冷凍食品へと移行せざるをえなくなりました。全てではないですが、これまでに比べてはるかに冷凍食品の割合は大きくなりました。冷凍食品のほとんどは、中国産です。最近では、その中国産の冷凍食品も値上げとなっています。

このような状況ではありませんが、調理済み食品には頼らず、手作りを重視しています。原材料は高騰していますが、手作りのものを百し上がって頂くことは変わりなく、これからも安全でおいしい給食を目指していきたいと思えます。(一部省略し編集しています)

ケアハウス穂波の里

老後を生き抜く選択
ケアハウスに入居して

私は八十八歳になり、これから一人でどう生きて行こうかと幾度も考えに考え、迷い抜き、とうとう家を出る選択をしました。幸いにケアハウスの空きがあることを知り、すぐに見学、手続きに入り、間を置かず入居が決まりました。

家が欲しくて頑張ってきたが、大切に守ってきたのだが、寄る年波には勝てず、古家は一人暮らしにはとても手におえず、寒さと淋しさを身もちみ上がり、うつ病になりそうでした。近所も同年代の方ばかりで、自助・共助・公助なんて、私にはとても無理に思われました。この寒さの中、電気・ガスの消し忘れ、家の施錠の点検と入浴時の不安等、心配は老女には手にあまりました。入居後は三食温かいご飯をいただき、のんびり入浴ができ、若い職員さんの優しい言葉に癒され、感謝の日々です。家に一人で幾日も誰とも会えず、会話することもできない日々が、身にしみて淋

しく恐ろしい日々でした。十一月の寒波の時は何回かの停電、スーパリーの空っぽの在庫、雪道の歩行の恐ろしさを思い出し、今の幸せは感謝のみです。



グループホーム穂波の里

娘としての葛藤(心のうち)

昨年十一月末に母はグループホームに入居しました。三年くらい前から徐々に物忘れが多くなり病院を受診したところ、アルツハイマー型認知症の診断を受けました。

財布や通帳を隠しては忘れ、探してくれと頼まれて探して見つけると「あんたが隠したんだね」と言われました。冷蔵庫は食材で溢れ、豆腐が六丁入っていたこともあり、冷凍食品が何故か食器棚の中に入れておられ、溶けて腐っていました。一人になるのを極度に恐れ、家の中に誰もいな

いと外に飛び出して行くようになり、母から目が離せなくなりました。私はその度に母を怒鳴りつけ、イライラした感情をそのままぶつけてるようになっていました。知人から認知症の人が少人数で自立しながら生活するグループホームというものがあると教えてもらいました。母にとつても良さそうな環境だなと思いましたが施設に入れるという事に非常に抵抗がありました。親を見捨てることだというイメージがあったからです。また、もつと介護度が上の人でも在宅で看られているご家族がたくさんいらっしゃる中で、自分だって在宅で頑張らなくてはならないのではないかと、親孝行しないといけないのではないかと、思いました。実際にあるグループホームの職員の方から「空きが出たので待機しているご家族に連絡しても、入居の決断ができず先延ばしにされる方が少なくない」というお話も伺いました。私もなかなか踏み切れないうちに、父が急逝したため日中に母を見てくれる人がいなくなり、ようやく決心し母に施設に入居してもらったことになりました。母が入居してから三ヶ月になります。グループホームの職員の方々は本当

包括五十嵐・坂井輪

新潟大学と地元企業による
ツナゲアイプロジェクト

お弁当配付の実現！に協力

昨年12月13日(火)、ろうきん新潟西支店より会場をお借りして介護予防体操の参加者を対象に、お弁当の無償配付がありました。

これは2021年にスタートした「ツナゲアイプロジェクト」という活動の一環で、新潟大学創生学部学生と地元企業のろうきん新潟西支店と(株)フジワリエイティブセンターの協力のもと、西区における企業や大学が地域の方々とのつながりを強めること、お弁当を直接手渡すことで交流が生まれ、また開発に関わった農家やシエフ、学生の思いを伝えて今後のつながりのきっかけをつくること」を目的にしたものです。

西区社会福祉協議会を通して「新潟大学の学生がろうきんろうきんきん体操の見学を希望されている」と包括に話があり、その後学生と電話で話をした際、体操の集まりでお弁当を配りたいとの提案がありました。11月15日男女2名の学生が高齢者に交じって「体

しゃっきり体操」を体験。若くても初めての体操はそれなりにきつそうな様子でしたが、周りの高齢者が事も無げに行っているのを見て「凄いですね」と驚いていました。体操終了後、お弁当無償配付について詳しい説明と相談を受けました。その時点で、配付日は第2火曜日12月13日の一日限り、上限50食との内容でした。現在こちらの体操では、感染予防対策として定員15名としたため、第1・3週の方と第2・4週の方に分かれ各3グループ、登録者は90人を超えています。当初示された案でお弁当を配付するとなると、第1・3週の方はお弁当をいただけないことになり、正直お断りするしかないと考えていました。ですが、参加者が喜ばれるのは間違いありませんし、学生の提案をできる限り応援したいとの思いもありお受けすることにしました。その後、できるだけ不平等が生じないように周知を行い、第1・3週の方にも意向を確認し希望される方にはお弁当だけ受け取りに来てもらうなど、希望される全ての方に弁当が行き渡るよう、上限を65食まで引き上げてもらいました。また、密接・密接を防ぎスムーズに作業が行えるよう時間の設定や人数の

調整等検討を重ね、短期間ではありましたが何とか準備を整え当日に備えました。



お弁当配付当日は、時折冷たい雨が降るあいにくの天気でした。お弁当の配付場所が混雑しないように入出口の変更があったり、受け取りのためにいつもと違う時間に参加されるなどで、受付も混乱し、あたふたしてしまいました。

に良くしてくださり、母も最初の頃よりはだいぶ落ち着いて生活できているようです。最初は母がいなくなった寂しさや罪悪感で私は泣いてばかりでしたが、数日もすると心が落ち着き、夜もよく眠れるようになりました。それでも未だにこれで良かったのかと自問自答する毎日です。もう一度母と暮らしたい気持ちもありますが、結局また母にイライラして怒鳴ってしまう日々になってしまおうので、やはりお互いにとって今の形がベストなのだと思います。母に会いたいと思えるのもこうして離れて暮らしているからなのでしょう。入居させてもらえて本当に良かったと思います。



グループホーム手作りの鏡餅です！



体操に参加された方には、学生から、プロジェクトの目的や当日までの経緯など説明があり、皆さん熱心に耳を傾けておられました。「学生さんが企画してくれて、ここまでやれるなんて、今の若い人はすごいわねえ」と感心の声も聞かれました。学生からお弁当を手渡しされると、嬉しそうな笑顔で「ありがとねえ」「楽しみだわ」とと大事そうにお弁当を抱えて帰っていかれました。

今回は時間に余裕がなく、一言一言、言葉を交わすのみでしたが、高齢者に今回の感想をお聞きしたところ「ツナゲアイプロジェクト」の今後に大いに期待されているお言葉が多数寄せられています。

道場山穂波の里 創立記念日 R5.2.1

お寿司を握ってもらい
12周年を祝いました



穂波の里 新年会 **パート2**

表情豊かに
新年を迎えました

