峰のひかり

発行人
社会福祉法人 七峰会
理事長 大平 和夫

〒036-8356
青森県弘前市大字下白銀町21番地8
電話 (0172) 33-8861
FAX (0172) 33-8862

拓光園グループ

みんなで勉強 ～口腔ケア研修

６月19、20日の二日間にわたり、『松山歯科』院長、松山陽一氏による口腔ケア研修が行われました。近年、歯は全身の健康の原点という考えも広まっており、研究によって歯周病や虫歯と心臓病、肺炎、骨粗鬆症との関連も指摘されています。『拓光園』でも利用者さんの健康管理の一環として、今回の研修が行われました。

研修には職員と、利用者さんが積極的に参加しており、二日間で約40名が研修を受けました。みんな熱心に話を聞いており、歯周組織の仕組みと働きや、どのように歯周病になり進行していくのか、どのように普段から口腔のケアをしていけば良いのかをＤＶＤを使って指導していただきました。その後、ブラッシングについての講話がありました。歯垢を効率的に落とすブラッシング方法や歯磨き粉は微量で十分など、職員、利用者の方ともに驚きもあり、直ぐに実践できる内容となっていました。終了後、利用者の皆さんは松山院長による歯科検診を受け、虫歯、歯周病のチェックをしていただきました。

利用者さんに感想を聞くと、「分かりやすくて勉強になった」「今日の夜からやってみたい」といった話が聞かれ、早速口腔ケア講習の効果が出ていました。

『拓光園』は利用者さんの平均年齢が60歳を超えようとしており、健康管理はより重要なものとなっています。職員と、利用者さん一人ひとりが健康への関心を持ち、元気に毎日を過ごしていきたいと思います。

拓心館グループ

『僕らの野菜、おっきくなぁれ♪』
～食育活動の取り組み～

『児童発達支援センターはぁと』では今年度、月1回食育活動の日を設けています。幼児期は今後の身体作りの基盤となる大切な時期なので、一人ひとりのお子さんの状態に合わせつつ、「見て」「食べて」食を楽しめる活動を通して、食に対する興味関心を高めていけるよう取り組んでいます。

5月の食育活動は、日頃食べている野菜への興味や、野菜の成長を感じてもらう為の取り組みを行いました。まずは、トマト・なす・きゅうりのぬり絵の時間を設け、「トマトは赤いね」「きゅうり、なが～い」等と言いながら、皆さん真剣な表情で色づけをしていました。その後は実際にトマト・なす・きゅうりの苗植えをしました。そっと植えて土をかけ、水をかけ、「おいしい野菜になぁれ」とお話してくれるお子さんや、「でも、僕本当はトマト嫌いだな……」という表情を見せるお子さんもおり、一人ひとりの思いを感じることができました。

6月、皆で植えた野菜はすくすく大きくなっています。そろそろ収穫時期ですので、皆の美味しそうな顔を見るのが楽しみです。

旭光園グループ

旭光園での施設実習を通して

『旭光園』にこの度弘前厚生学院の学生さんが施設実習に来園しました。実習では施設の利用者さんと一緒に作業をする中で色々なことを学んで頂きますが、実習前のイメージと大きな違いに驚いています。実習生のOさんを紹介します。

「今まで施設は全て同じだと思っていましたが、就労施設で実習し、考え方が変わりました。

私たちが普段何気なく使用している割箸やゴミ袋等が丁寧に袋詰めされているのが当たり前だと思っていましたが、一緒に作業をしてみて、簡単そうに思えて実は難しいということを、身をもって体験しました。そして、障がいがあると働けないという固定概念がなくなりました。障がいの有る無しに関わらず、働けるということを利用者さんから学びました。実習先を『旭光園』に求めて良かったです。」

学生さんは、利用者さんとのコミュニケーションに苦労していたようでしたが、積極的に関わりを求め、会話も多く交わされていて、利用者さんの元気に働く姿に励ましを受けていました。Oさんの更なる成長を期待しています。

サンアップルホームグループ
救える命をより多く

サンアップルグループでは、６月と７月にかけて「普通救急救命講習」を行っています。『弘前消防署藤代分署』の救急救命士（２名）より、ご指導いただきました。

内容は、ＤＶＤ鑑賞と救命処置実践です。実践では、発見から意識・呼吸の確認、胸骨圧迫、人工呼吸、ＡＥＤ使用を行っています。

救急救命士は「とにかく胸骨圧迫が大事。脳は心臓が止まると15秒以内に意識がなくなり、３～４分以上そのままの状態が続くと回復が困難。」と話されていました。

ＡＥＤについては、よく見かけるようになりましたが、普段の生活では手に取ることはなく、扱う機会も少ない。そのため、体験しておくことで、スムーズに操作が出来るようになります。『特別養護老人ホームサンアップルホーム』医務室にもＡＥＤが設置されており、実際に容態が急変した方に使用されたことがあります。その場に居合わせた時、焦らず、冷静に行動ができ、利用者さんが安心して生活できるよう、講習・勉強を積み重ねていく事が必要です。

追記。胸骨圧迫をする際、円背のある方、柔らかいベット（エアマット）を使用している方の方法などもアドバイスをいただきました。

山郷館弘前グループ
エコ活動「グリーンガーデン」楽しんでまーす！

『山郷館デイサービスセンター弘前』では、利用者さんによるエコ活動「グリーンガーデン」を今年も実践中です。デイサービスセンターのテラスを利用し、５月から琉球朝顔・風船かずら等の緑の植物と沖縄ゴーヤ・パッションフルーツ等の野菜／くだものを植えて、成長を楽しみにしています。今年は、ズッキーニ・トマト・西瓜も加わりました。

利用者さんからは「普段なかなか土に触れることがないので、苗の植え替えは軟らかくて気持ちがいい。」「毎回、水やりをしているけど早く大きくなって欲しい。」「青森でゴーヤは育ってくれるだろうか。南国のフルーツはどんな味がするのだろうか。早く食べてみたい。」と収穫が待ち遠しい声がたくさん聞かれています。

また、琉球朝顔もどんどん成長し緑のカーテンとなって、皆さんが涼と癒しを感じられる憩いの場となっています。

テラスでの茶話会もいいですね。

昨年は、収穫した沖縄ゴーヤがサラダの食材として好評でした。今年はズッキーニで一品をと予定しています。

皆で取り組み楽しんでいる「グリーンガーデン」は、笑顔と元気につながっています。

山郷館黒石グループ

三沢アメリカ村旅行

『障害者支援施設山郷館くろいし』では、通所で利用できる生活介護事業を行っており、アクティブな職員の企画で、元気に活動しています。

菜園活動もひと段落し、「今年の旅行は、どこにしようか。」と、誰からともなく旅行情報誌をめくりながら、会話が弾みます。「今年は、行った事のない所へ行きたい。」という声が多くあり、旅行情報誌に載っていた三沢アメリカ村のページに目が留まり、皆さんの意見が一致しました。

「三沢アメリカ村」までは車で約2時間のドライブとなりました。

当日は天候にも恵まれ、三沢基地の戦闘機が空を裂いていく中、車を降りると、お客さんも店員さんも外人の方ばかり。情報誌に載っていた通りの場所を実体験できたことの喜びは大きかったようです。

昼食は、皆で本格的なピッツァに決定。世界大会で第三位になったというピッツァの味は格別でした。他にも一人が注文した丸鳥に皆様驚いたり、アメリカワインを楽しまれている方もいて、思い思いに旅を満喫できた、最高の一日となりました。

今回の旅は、体力や健康面で不安を抱えていた方が多く、遠出が心配されていました。

しかし、新しい事へ挑戦し、一歩を踏み出したことは大きな自信となりました。

居宅介護支援事業

- 山郷館居宅介護支援センター ☎(97)2941
- サンアップル居宅介護支援センター ☎(97)2131

高齢者介護事業

- サンアップルホームグループ
  - 特別養護老人ホームサンアップルホーム ☎(97)2111
  - サンアップル短期入所支援センター ☎(97)2111
  - サンアップルホームデイサービスセンター ☎(97)2111
  - サンアップルヘルパーセンター ☎(95)3758
  - 認知症グループホームアップル ☎(97)2778
  - 認知症デイサービスセンターじょい ☎(97)2013
  - 認知症グループホームわかば ☎(37)1176
  - デイサービスセンターわかば ☎(37)1165
  - サンアップル在宅介護支援センター ☎(97)2131
  - 住宅型有料老人ホーム「わかば」 ☎(32)1888

障がい者支援事業

主に身体

- 山郷館弘前グループ
  - 障害者支援施設山郷館 ☎(97)2211
  - 山郷館デイサービスセンター弘前 ☎(33)7300
  - 山郷館児童・障害者デイサービスセンターくれよん ☎(37)9040
  - 山郷館相談支援事業所 ☎(55)8533
- 山郷館黒石グループ
  - 障害者支援施設山郷館くろいし ☎(53)3070
  - 山郷館総合支援センター黒石 ☎(88)5018
  - 福祉ホーム「山郷館パレット」 ☎(88)6080
  - グループホーム「山郷館ライフ」 ☎(53)2344
  - 山郷館児童デイサービスセンターきっず ☎(88)8650
- 旭光園グループ
  - 障害者支援施設旭光園 ☎(57)5155
  - 旭光園身体障害者短期入所事業所 ☎(57)5155
  - 福祉ホーム「さわら」 ☎(57)5155
  - 旭光園相談支援事業所 ☎(57)5155

主に知的

- 拓光園グループ
  - 障害者支援施設拓光園 ☎(96)2331
  - 拓光園生活介護事業所 ☎(96)2331
  - 拓光園短期入所支援センター ☎(96)2331
  - 拓光園障害児デイサービスセンター ☎(96)2331
  - 拓光園日中一時支援事業所 ☎(96)2331
  - 拓光園共同生活介護事業所 ☎(96)2331
  - 拓光園相談支援事業所 ☎(96)2331
- 拓心館グループ
  - 津軽生活支援センター ☎(82)4520
  - 就労サポートひろさき ☎(82)5770
  - 自立訓練事業「通勤寮拓心館」 ☎(82)4520
  - 児童発達支援センターはぁと ☎(82)5780
  - エイブル ☎(37)9060
  - 指定相談支援事業所ビリーブ ☎(82)5740
  - 就労訓練施設「勇心学園」 ☎(82)4520
  - 生活自立寮「コーポラスよろこび」 ☎(82)4520

総合支援事業

- 青森県指定津軽障害者就業・生活支援センター ☎(82)4524
- 弘前市委託事業弘前市障害者生活支援センター ☎(31)2400
- 弘前市委託事業弘前市北部地域包括支援センター ☎(95)2100
- 黒石市委託事業山郷館サポートセンターくろいし ☎(88)5018
- 山郷館地域活動支援センターキャンパス ☎(59)0620