

## 西大井いきいきセンターより

□9月16日(月)は「敬老の日」で祝日です。

西大井いきいきセンターでは9月16日敬老の日に通常どおりに開館いたします。

入浴サービスも行いますのでご利用ください。なお、翌日の9月17日は振替休館日になります。

□『東京都シルバーパス』の更新について

いきいきセンターでは、9月24日(火)～9月27日(金)まで  
シルバーパスの更新手続きの受付を行います。

➤品川区内に住民登録があり70歳以上のかた

➤手続きについて

①平成31年度(令和元年度)の住民税が非課税の方

②平成30年分の合計所得が125万円以下のかた

③更新に必要な物

※これまで使用していたパスカード

※平成31年度(令和元年度)住民税の「課税又は非課税証明書」

以上の方の更新費用は1,000円です。

①～②以外の方の更新費用は、20,510円です。

なお今年の4月以降に新規で申し込まれた方は半額の10,255円です。



## これから一か月の行事カレンダー

9月 6日(金) 敬老の日の集い(キッズタウン)

9月 7日(土) クラス懇談会(キッズタウン)

9月 7日(土) 夜間グラウンドで映画会(ミニオンの大脱走)

9月 8日(日) ユマニチュード研修(いきいきセンターげんき塾にて)

9月14日(土) こうほうえん「上石神井幸明苑」竣工式

9月20日(金) ヘルスケアタウン西大井全館の防災機器点検

9月22日(日) ユマニチュード研修(いきいきセンターげんき塾にて)

9月22日(日) 品川区大井第三地区総合防災訓練

こうほうえんから西大井二丁目代表としてミニポンプ隊が出場

毎週金曜日 ワンコインランチ

毎週第3金曜日 手打ちそばの日

毎月第2・3・4火曜日 10:00～ ミニ映画鑑賞会

グループ参加のお問い合わせは「西大井いきいきセンター」(TEL 03-5718-1330)まで

「西大井スタイル」 社会福祉法人こうほうえん 「ヘルスケアタウンにしおおい」通信 第100号(2019年9月号)

発行=ヘルスケアタウンにしおおい(〒140-0015 東京都品川区西大井2-5-21)

1階 介護予防拠点 西大井いきいきセンター(TEL 03-5718-1330)

認可保育園 キッズタウンにしおおい(TEL 03-5718-1332)

2-3階 サービス付高齢者向け住宅(特定施設) ケアホーム西大井(TEL 03-5718-1331)



## ヘルスケアタウンにしおおい 西大井スタイル

2019  
9月

ケアホーム西大井より

「真夏のスイカ割り！！」

8月14日に毎年恒例のスイカ割りを行いました。今年も「八百屋ジャズ」から山形県の立派なスイカを2個取り寄せました。

本物のスイカとフェルトで作ったスイカを用意して、皆様がスイカ割りを楽めるように工夫しました。しかしご利用者にとっては「目

隠しをしてスイカを割る」というのが想像以上に難しくて苦戦していましたが、皆で協力しながら方向を指示して割ることが出来ました！

また「最後に職員が本物のスイカを割る」という重大な任務が、恒例になっているのですが、ご入居者のみなさまも協力して下さり見事に割ることが出来て、皆さんも笑顔で美味しいスイカが食べられました！！

今年も美味しいスイカを食べることが出来て、夏バテに負けず暑い夏を過ごせそうですね♪  
次回は、どんなイベントが待っているのか楽しみです♪



～8月の行事食報告～



8月4日に「夏祭りの賑わい膳」を提供しました。メニューは、焼き鳥丼、清汁、お好み焼き風卵焼き、冷やしきゅうりの諸味味噌、スイカです。

～8月の研修報告～

ケアホームでは、より質の高いケアを目指して日々研修を実施しています。



勤続年数に応じ職員としての心構えを学ぶ「中堅研修」「初任者研修」を始め、口腔ケアの技術について学び身に付ける「口腔ケアブロンズ研修」など、延べ7回研修を行いました。

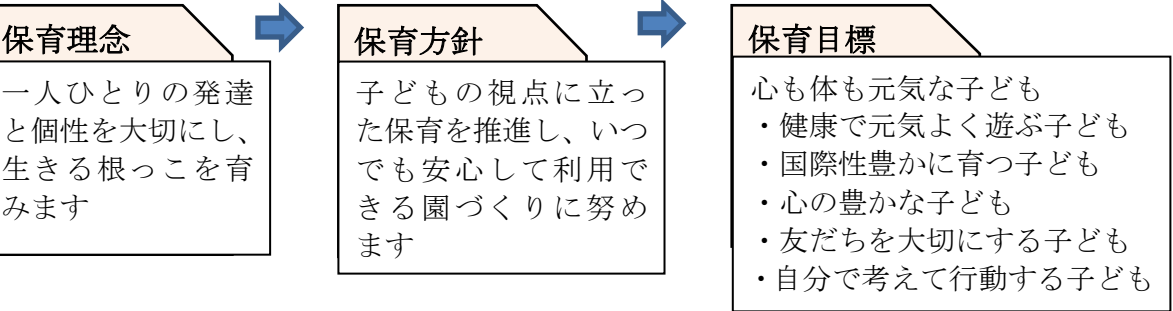
今後も研修を重ね、ご入居者との関わりに反映させてまいります。

こうほうえん「保育の質」向上への取り組み ～ガイドラインの策定～

こうほうえん保育園、認定こども園全体の保育の質向上を図るために「標準化に向けた資料(保育の質ガイドライン)」を作成し、各種研修やOJTで活用しています。

保育園は、法人全体で10園と増えたために、各園による保育基準に統一性がなくなりました。そこで、国が定める「保育所保育指針」(平成30年度)等に基づき、法人の理念と基本方針とも連動させながら、こうほうえん版「保育の質ガイドライン」を作成しました。

「保育の質ガイドライン」一部抜粋



めざす状態

|         |                                         |                                               |                                                  |
|---------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| 年齢別保育目標 | 0歳児<br>特定の保育士等と愛着関係を築き、人間関係の基礎を培う       | 1歳児<br>安心できる保育士等との関係の下で、自分であろうとする気持ちが芽生える     | 2歳児<br>衛生的で安全な環境で、心身共に快適な生活を送る                   |
|         | 3歳児<br>友だちや保育士等と遊ぶ中で、自分したいことを言葉や行動で表現する | 4歳児<br>友だちや保育士等と遊びながら繋がりを広げ、集団としての行動が出来るようになる | 5歳児<br>生活や遊びの中で一つの目標に向かい、力を合わせて活動し、達成感や充実感を皆で味わう |
|         |                                         |                                               |                                                  |
|         |                                         |                                               |                                                  |
|         |                                         |                                               |                                                  |
|         |                                         |                                               |                                                  |

保育内容

大切にしている保育・教育活動

- ★子どもたち一人ひとりへのきめ細かい保育
- ★自然を生かした保育
- ★地域との交流
- ★子どもの主体的な遊びを大事にした保育
- ★安全・安心な環境による保育

《省察の視点》

- ① 子どもの生活や遊びが豊かになるように工夫しているか
- ② 子ども一人ひとりに合った支援をしているか
- ③ 子どもの人格、プライバシーを尊重した保育をしているか
- ④ 子どもが楽しく食べる食事を提供しているか
- ⑤ 子どもの健康に配慮した保育を行っているか
- ⑥ 日常の安全管理に配慮した保育を展開しているか
- ⑦ 保護者が安心して子育てができる支援をしているか
- ⑧ 保育に関する建設的な意見交換の中で保育を進めているか
- ⑨ 地域の子育て支援をしているか

それぞれの活動を通して保育士、一人ひとりが振り返ります

～5つの基本的ケア『排泄』④～

こうほうえんは、高齢者がいつまでも自分らしい生活を送っていただけるための支援として、5つの基本的ケア（起きる・食べる・排泄・清潔・アクティビティ）を大切にしています。

9月号・10月号のテーマは排泄です。「排泄」は一日に何度も繰り返され、最も羞恥心を伴うプライベートなことで、人が生きていく上では欠かせない行為です。

自身の尊厳を維持しながら、どのようにして一人ひとりに適した排泄ケアを行っていくのかを踏まえ、現状の取り組みを紹介します。

1 排泄ケア取組み当初の考え方は・・・

〈オムツ使用〉

- ・要介護5の方 ・尿意や便意の無い方 ・入居時にオムツ使用の方
- ・経管栄養（チューブやカテーテル等を使い、胃や腸に必要な栄養を直接注入）の方
- ・拘縮（関節可動域が制限された状態のこと）のある方

〈排泄ケアは業務の一つ〉

- ・全スタッフでおむつ交換を、定時に時間をかけず一斉に行う
- ・下剤、浣腸、摘便による排便コントロールを必然的なケアとして行っていた



2 平成12年4月 介護保険法施行

介護保険施設・病院等では『身体拘束が原則禁止』



3 平成13年4月 法人全体で『抑制廃止宣言』

“オムツ”を抑制用品の一つという捉え方

排泄ケアの質の向上「オムツではなくトイレ（ポータブルトイレ）での自立排泄を限界までサポートする」が、高齢者の自尊心を守る！

オムツ



トイレ



快適性の追求



4 排泄ケアの事例をいくつか紹介します

- ① トイレ環境の整備 ⇒ 転倒防止柵、便座の工夫など
- ② 排泄のアセスメント導入 ⇒ ノム・ダス シート（排泄チェック表）作成
- ③ 排便時に適した姿勢 ⇒ 便が出やすくなる姿勢
- ④ 根拠に基づいた排泄 ⇒ 超音波膀胱内尿量測定器の使用

次回の「5つの基本的ケア」は、『排泄ケア』の事例を具体的に紹介します。

心温まるご寄付を賜り、厚くお礼申し上げます

〈寄附者〉 令和元年7月1日～令和元年7月31日

宮城純子様 リバース(有)様 エミネット(株)様 匿名希望1名 「寄附金合計額 156万円」

8月の思い出

8月20日『プラチナ美容塾』の方に来て頂きました。

プラチナ美容塾は毎月一回来て頂いています。主に「手のマッサージ・ネイル・時にはお化粧」をしてくださり、毎月その日を待ち望んでいる方がたくさんいます。

手と手が触れ合う事でお互いの肌の温もりが伝わり、自然と会話が弾み笑顔が増えていきます。女性の方はネイルも出来るので、手先まで女性らしさが現れ、より輝いて若々しく見えます。男性でも爪の保護のために参加される方もいらっしゃいます。

マッサージを受けている人もそうですが、している方も心が温まるそうです。是非皆さんもお互いに手を触れて、マッサージなどしてみてもいかがでしょうか？

8月27日 日井さんのピアノの会



音色にうっとり眠られている方も



童謡は皆さんと一緒に♪



今日も素敵なピアノだったとの声も♪

8月22日 消費生活トラブル解決



消費者センターの消費者生活相談員の方が消費生活トラブル解決の話をしてくださいました。高齢者・障がい者の消費者被害の現状や、消費生活センターの役割などわかりやすく説明していただきました。ご入居者の皆様はじっくり話を聞いておられ、特に Amazon を使って物の購入を行っている方は真剣に聴いていました。

## キッズタウンにしようより



0歳

### 「ぴょーん」

作・絵：まつおかたつひで  
出版社：ポプラ社

正確な生き物のフォルムと、デフォルメされた模様や仕草にぐっと心をつかまれ、自然と紙面中央に目が吸い寄せられます。次のページをめくった瞬間、中央の生き物が「ぴょーん」とびあがる絵がユーモラスにえがかれているのです。小さな絵本ですが、縦に開いた時の「ぴょーん」の絵にはダイナミックさを感じます。一緒にぴょーんとしたくなるかも？

1歳

### 「サンドイッチ サンドイッチ」

作：小西英子  
出版社：福音館書店

サンドイッチを作ろう！パンにバターを塗って、しゃきしゃきレタスに真っ赤なトマト、大きなチーズをのせたら、次は何をのせようかな？サンドイッチを作る過程が美味しそうに描かれていて、思わず触りたくなります。リズムカルな文章や、瑞々しく表現された色鮮やかな野菜たちが目と耳にとびこんできて心もお腹もワクワクグーグーになります。

2歳

### 「さつまのおいも」

作：中川ひろたか  
絵：村上康成  
出版社：童心社

人間に食べられてばかりのお芋にも、少しは考えがあります。土の中での暮らしが真面目に面白おかしく描かれた絵本です。お芋の一日は、ごはんも食べるし、歯も磨く。トイレもいくし、お風呂にも入る。ある日、子ども達が芋掘りにやってきて…。さあ！子ども達とお芋の綱引きの始まりです。「さあ！お芋たちの逆襲だ！」その結末は？

3歳

### 「14ひきの あきまつり」

作：いわむらかずお  
出版社：童心社

14ひきシリーズは、細部まで描かれたイラストとその絶妙な色合いが大人まで魅了し、癒されます。秋の森でかくれんぼしている、ろっくん。「あれ？ろっくんが見つからない！」ろっくんを探すうちに、秋の山の祭りに出会う。「せいや！せいや！」と、きのこのお神輿の声が聞こえてくる。読むにつれて、秋の自然につつまれて心地よい絵本です。

4歳

### 「おおきな おおきなおいも」

作：市村久子  
絵：赤羽末吉  
出版社：福音館書店

いよいよ明日は楽しみの芋掘り遠足。ところが…当日は雨。芋掘り遠足は延期です。残念がる子ども達を見て先生は？発売から40年以上経ってもなお、読まれ続けている絵本。想像を超えたとんでもなく大きなお芋。「イモザウルス」「おいもパーティ」印象に残るシーンやインパクトのある場面から子ども達の躍動感が伝わってきます。

5歳

### 「エルマーの冒険」

作：ルーススタイスガネット  
訳：渡辺茂男  
出版社：福音館書店

子どもの冒険心をくすぐる、ワクワクドキドキが連続の幼年童話。見返りに描かれたどうぶつ島、みかん島の地図が、「エルマーと一緒にでかけよう！」と言わんばかりに物語の世界に誘います。登場する動物たちの個性的な口調やカラフルな色彩は物語を演出するスパイス。エルマーは竜の子どもをどのように助け出すのか…一緒に冒険に出発です！

## ケンケンひろば 一時・ほほえみ保育より



毎月の活動内容やふれあいの様子をお伝えしています。

### ケンケンひろば

プール遊びでは、お母さんと一緒に水着に着替えてビニールプールに入りました。プールから体をのり出してバシャバシャと水しぶきをあげたり、初めてのプールでドキドキの子もプールの周りから手を伸ばして水を触ったりと、自由に水に触れる遊びを楽しんでいるようでした。

大好きなお母さんが側にいる安心感の中で、自分のやりたい遊びを見つけ、一人一人がのびのび遊ぶ姿が印象的でした。

### 一時・ほほえみ保育

8月も幼稚園の夏休みで長期利用される子ども達は、幼児クラスに入り過ごしました。最初緊張している様子だった子も少しずつ慣れ、やりたい遊びを保育者に伝えて遊んだり、してほしいことを言い甘えたりする姿も見られました。また、友だちの名前を覚え呼び合ったり、友達と一緒に一つのパズルを完成させたりと在園児のように溶け込み過ぎていました。

乳児の利用は、初めての子どもが多くいました。不安そうにする姿も見られましたが、少し慣れてくると気に入った玩具を見つけ、ニコニコの笑顔を見せてくれました。



## ケンケンひろばからのお知らせ

毎週月曜日～木曜日 9時～12時 給食体験は月1回、第4土曜日開催

参加を希望される方は**前の月の25日まで**に申し込みをしていただき、保育園まで料金をお持ちください。給食体験がある時は、その週の木曜日はケンケン広場をお休みさせていただきます。**詳しい日程は予定表をご覧ください。**

### 9月の絵画・制作

#### 「制作遊び」

場所：ケンケンひろば

日程：9月5日（木）  
19日（木）

時間：10：30～

#### 「絵画遊び」（雨天時のみ開催）

場所：ケンケンひろば

日程：9月3日（火）・17日（火）  
24（火）

時間：10：30～

※作品はお持ち帰りください。



### 「お月見の由来」知ってますか？

「お月見」とは、主に満月を眺めて楽しむことです。「月見団子」とは、団子が月と同じように丸く、欠けても満ちる月を生や不死の象徴と考え、「それを食べることで健康と幸せが得られる」という意味があります。

十五夜にススキを飾ってお月様を鑑賞してみよう。

今年の月はどんな表情を見せてくれるでしょう。

