

プルミエールひたち野通信

第39号

社会福祉法人
廣山会



プルミエール
ひたち野

- 本館 かすみがうら市上土田330-2 TEL.0299-59-5611 FAX.0299-59-5616
e-mail premiere@mbn.nifty.com URL <http://premierehitachino.com>
- 2号館 かすみがうら市稲吉2-21-7 TEL.029-833-3300 FAX.029-833-3301
e-mail premiere2@mbn.nifty.com
- プルミッコ保育園／児童クラブ かすみがうら市稲吉南2-9-1
TEL.029-834-7003 FAX.029-834-7006
e-mail purumikko@royal.ocn.ne.jp URL <http://www.premikko.com/>

事業案内

- 特別養護老人ホーム ●ショートステイ ●デイサービスセンター ●グループホーム ●居宅介護支援事業所
- かすみがうら市在宅介護支援センター ●地域交流センター ●高齢者生活共同運営住宅 ●保育園 ●児童クラブ



一年の健康と安全を祈願しました

安全祈願祭

令和2年
プルミエールひたち野 心の目標

「元氣・本氣・やる氣」

社会福祉法人廣山会理事長 川井義久

毎日何気なく使う「お元氣ですか?」というありふれた挨拶。この「元氣」という言葉、実は、禅語のひとつでした。

世の中は「氣」で満ち溢れています。樹木にも、草花にも、目の前にあるお茶碗にも、ボールペンにも、あらゆるものに「氣」が宿っています。その「氣」は弱っているものもあれば、強く感じる「氣」もあります。その根本となるものが「元氣」即ち「元の氣」なのです。

「元氣」が活性化しているときに物事に取り組めば、相手が人だろうと物だろうと、自分の持つ「氣」が伝わりやすくなります。常に「元氣」を失わず仕事に取り組みたいものです。もしも「氣」のないような返事をしたら、それと元氣を伝えてください。

うちの施設にも「元氣だけが取り柄」というような人がでてくることを楽しみにしています。

本気でやればなんでもできる。

本気でやればなんでも面白い。

本気でやれば未来がみえる。

その本気が未来を変えます。

本気で取り組みましょう。

今年は、是非、仕事にも勉強にも遊びにも何事にも「元氣」で「本氣」で「やる氣」を持って取り組む、そんな一年にしてください。

ブルミエールひたち野 歳時記

八月 納涼祭

今年度の納涼祭も多くの利用者、ご家族、近隣の皆様とたくさんの方にご来場いただき、盛大に開催することができました。

ブルミつこ保育園の年長さんたちによるダンスは大好評！ フラダンスの美しさにはうっとり！

赤飯、冷やしラーメン、焼き鳥など屋台には長蛇の列！

マツケンサンバⅡでは会場の皆様も踊りに加わり大盛り上がり！ 最後に盛大な打ち上げ花火、楽しい夏の思い出が出来ました。



◎モア+テアの～フラダンスショー～◎



◎屋台で美味しいご飯を食べました◎



◎職員余興～マツケンサンバⅡ～◎



九月 敬老会

百二歳1名、白寿4名、米寿11名、喜寿4名とともに皆様の長寿をお祝いしました。

地元・稲舌会による伝統芸能の披露や職員による余興「マジックショー＆指忍者」は皆様の笑いを誘いました。普段ご家族と離れて暮らす特養・グループホームの利用者のご家族との食事の時間を楽しみました。



◎リハビリ体操◎

◎稲舌会による伝統芸能◎



◎職員余興 マジックショー＆指忍者◎



◎会食会◎



8月目玉リハ 風船バレー大会



利用者の皆様に日々のリハビリを楽しんで取り組んでいただくために、目玉リハビリを隔月で行っています。8月はスイカ柄の風船で風船バレー！ 相手側のコートに風船を入れなくてはならないのに、かわいらしいスイカ風船をたくさん抱え込んで離さない利用者もいました。負けちゃうよ…。それでも白熱した試合になりました。





十月 フラワーパーク (外出行事・雨天時土浦イオン)

「秋のバラ祭り」期間中、ブルミエールもお出掛けです。色とりどりのバラを堪能してきました。
雨の日には残念ながら土浦イオンで、食事と買い物を楽しみました。



土浦イオンで
食事&
お買い物



総合防災訓練

震度6強の地震を想定しての訓練を行いました。ヘルメット、タオルで完全防備！ 職員も利用者も本気度100%の訓練でした。
かすみがうら市消防署の皆様に疑問・質問に答えていただき災害時への不安を払拭しています。



十一月 運動会

毎年白熱した戦いが行われる運動会。参加された利用者全員が、日頃のリハビリの成果を発揮し大活躍していました！

◎準備体操(ラジオ体操第一)◎



◎五入れ◎



◎宝探しレース◎



◎風船バレー◎



◎応援合戦◎



11月目玉レク ふかし芋

芋ほりゲームでふかし芋引換券をGET！ お芋屋さんで引換券を渡し、美味しい美味しいふかし芋を暖かな日差しの中みんなで頂きました。しっとりとしたふかし芋はとても甘かったですね！

甘酒とお汁粉も
美味しかったよ！





十二月 大餅つき大会

今年度の大餅つき大会も多くの利用者、ご家族、来賓の皆様にご来場いただきました。立浪部屋の明生、北大地、幸奄美の3名のまわし姿に会場は大興奮！ 四股踏み披露の後、力士をはじめ、職員や利用者、会場のお客様も参加しての餅つき実演。60kgの餅が出来上がり、大盛況の餅つき大会でした。会食ではつきたてのお餅をちゃんこ雑煮で頂きました。



◎リハビリ体操 うさぎと亀◎



◎会食会で力士と記念撮影◎



一月 初詣

新しい道路はまだ完成していませんが、以前より広くなった天録稲荷神社で初詣。皆さん、何を祈ったのでしょうか？ 初詣の後はレストラン・N・Nにて楽しいお茶会をしました。



安全祈願祭

天録稲荷神社の宮司様により、今年一年の健康と安全を祈願していただきました。



二月 ひな祭り会(2月23日開催)

ブルミエール劇団のお芝居を予定しています。お楽しみに!!

12月目玉

誕生会・クリスマス会・忘年会



12月は師走ということで、レクリエーションも3本立て！ 12月の誕生者のお祝いと、クリスマスのごちそうを食べ、年忘れカラオケ大会と盛りだくさんで楽しみました。ブルミっこの園児たちも訪れ歌やダンスを披露してくれました。





児童クラブブルミッコ 歳時記

児童クラブ ブルミッコ 歳時記



八月 お楽しみ会

お楽しみ会では、班ごとにヨーヨーつり、射的、ビンゴゲームなどを楽しみました。綿あめ、ポップコーン、かき氷、焼きそば、フランクフルト、たこ焼きと食べ物も盛りだくさんで子ども達も大喜びでした。



十一月 国立科学博物館

社会科見学で、国立科学博物館の「ミイラ展」に行ってきました。自分達で切符を購入したり、お昼はメニューを選びレストランで食事をしました。めったに見る事が出来ないミイラや大きな恐竜の骨格等に興味津々！ 楽しい展示と、ちよつとだけ自立できた充実した社会科見学の日でした。



十二月 餅つき会

餅つき会を行いました。児童クラブの子ども達は、自分達でお餅をつき、そのお餅を丸めたりしました。お雑煮やおしるこ、きなこ餅にして食べました。丸めたお餅はお土産で持ち帰りしました。貴重な体験ができた1日でした。



書道教室



葉師寺絵実先生

字を書く機会が少ない時代になりましたが、正しく丁寧に字を書く事を楽しいと思えるように頑張っています。



フットサル

夏休みは、毎週月曜日にスパーク千代田へ行き、フットサルを楽しみました。暑さに負けず、元気いっぱい走りまわっていた子ども達です。



暑いけど、楽しいな～！



よし！ ゴールをのらうぞ！！



うまくけれるかな！？



将来のなでしこジャパンで～す！

プルミツこ 保育園

歳時記



八月 納涼祭

プルミエールひたち野本館で開催された廣山会の納涼祭に参加しました。年長組の子ども達が「そして、未来へ」「ジャンボリーミッキー」を披露。家族や利用者の前で、元氣よく踊ることができて年長さんの自信になりました。



お楽しみ会

お楽しみ会は全員参加で「縁日ごっこ」を開催。0、1、2歳児はヨーヨーとジュレをもらい、ニコニコでした。3、4、5歳児はペアになり出店を回って、ヨーヨーやお面作り、くじ引きを楽しみました。一番の人気はくじ引きでした。かき氷やジュース、やきそば、ウィンナー、たこ焼きをお腹いっぱい食べて大満足!!



十月 運動会

「走りぬけつかめみんなが金メダル
みんながみんな英雄だ」



秋晴れの下、子ども達は金メダルを目指して、友達と汗を流し、一生懸命演技をし、走りぬけました。みんなの心にくぐぐの感動がうまれた嬉しいな。



クッキング

10月31日に年中組の子ども達が、クッキングをしました。メニューは「ホクホクおいしいさつまいものお味噌汁」です。初めて使う包丁にドキドキしましたが、先生のサポートもあり、さつまいもを上手に切れました。できあがったお味噌汁は給食の時間に美味しくいただきました。



初めての包丁でドキドキしました…



上手に切れました！

収穫祭

3歳以上児の子ども達がさつまいも掘りをしました。保育園の園庭で初めて育てたさつまいもです。大きいおともがたくさん採れました。採れたさつまいもは年長さんと年中さんとで料理して食べました。



たくさん掘れました！



いっぱい掘るぞ～！



十一月

家庭教育学級

年長さん親子がクッキングで「さつまいものおやき」を作りました。お父さんお母さんと一緒にさつまいもの皮を剥いて、つぶして美味しくできあがりしました。みんなで食べたので、とっても美味しかったです。

十二月

生活発表会

生活発表会を行いました。キラキラと輝く衣装を身につけ、笑顔で歌や踊り、劇を披露しました。幕が開くたび観客席から「うわーかわいい」と歓声が上がリ、子ども達も精一杯頑張りました。

餅つき会

冬晴れの中、餅つき会が行われました。子ども達の「よいしょー!」の掛け声で美味しいお餅ができました。つくたてのお餅はお雑煮やおしるこ、きなこもちにしてお腹いっぱい食べました。



英会話

9月から英会話の先生が変わりました。アダム先生です。英会話教室では、英語の歌を歌ったり、カードを使って日常生活によく使う単語を勉強しています。ぱんだ組とらいおん組の子ども達は宿題もあります。



アダム先生



かすみがうら祭り

かすみがうら市の保育園が集まり、お遊戯を披露しました。「令和」と「ジャンボリーミッキー」をたくさんのお客さんの前で、堂々と演技をすることができました! みんなで頑張りました!!



廣山会の委員会活動

ブルミエールひたち野では、利用者の皆様により良いサービスを提供出来るよう、職員の技術向上と教育のため、さまざまな研修を行っています。

リスク マネジメント 委員会

今年度、リスクマネジメント委員会では「ヒヤリハット」の取り組みに力を入れています。介護の現場では、大事には至らなかったものの「ヒヤリとした」「ハッとした」ことが起こります。このような事故につながりかねない事例の発見を「ヒヤリハット」といいます。

職員から挙げたヒヤリハットをもとに、どのようなものが多いのか、どのように予防すればよいのかを検討し、事故予防に努めています。ひとりひとりの視点や気付きが、事故を未然に防ぐことに繋がります。



ヒヤリハットから学ぶ

◎ベスト・ヒヤリハット賞◎（提出されたヒヤリハットの中から、事故予防に繋がった物、良い気付きだった物をベストヒヤリハットとして選出しています）

■過去のベストヒヤリハットを一部で紹介します。

・出勤していた職員全員が険しい顔をしていたため、「一呼吸する」ようにと全員に伝えた ⇒ お互いが声を掛け合うことで、「一呼吸おいて」冷静に周りを見ることが出来る。
・デイサービスとショートステイの2つのサービスを利用している方の、利用先ごとの対応方法に違いが出てしまった。（ショートステイ開始のため、車椅子を持参し迎えに行くと、ご家族から「車椅子なんです」と話がある。違和感を覚え確認すると、デイサービスでは手引き歩行と歩行器の使用。）車椅子利用で、脚力の低下や対応の違いにより、苦情や本人のとまどいにつながる。⇒骨折の退院後から、対応方法が異なってしまった。今回は、家族と話をした職員の気づきから、対応方法の違いを発見することが出来た。また、今後は対応方法が変更になったときは、互いの部署間で報告するようにした。

法人全体のヒヤリハット件数（2019年7月～12月）

7月	8月	9月	10月	11月	12月	合計
636	640	825	610	623	476	3810

ヒヤリハットには場所、場面、状態（利用者のADLなど）によってさまざまな種類の事例があります。事故予防を目的にするのはもちろんですが、より良い介護・保育を行う為にもヒヤリハットを上手く活用していくことが大切です。

事故・苦情件数（2019年7月～12月）

リスクマネジメント委員会で集約した各部署の事故・苦情報告などについて、定量的な分析と徹底的な検討を行い、事故の再発防止に役立てています。

	老人福祉					児童福祉		合計
	特養	デイ本館	デイ2号館	GH本館	GH2号館	保育園	児童クラブ	
事故	12	2	0	5	6	5	1	31
苦情	0	0	0	0	1	8	0	9

〈老人福祉部門〉事故の内訳として、転倒・転落事故が全体の68%（17件）、次いで介助中の事故が20%（5件）、誤薬事故が4%（1件）となっています。苦情については「外部の業者に対する職員の対応についての苦情」がありました。

〈児童福祉部門〉事故については「園児の怪我（5件）」「車両事故（1件）」がありました。苦情として「先生の対応についての苦情」、相談として「自宅での育児についての相談」「家庭内での虐待について市役所からの相談」等がありました。

介護の専門性 向上委員会



《体位交換・じょくそう研修》

皮膚が弱い高齢者が、長時間同じ姿勢のままいると、身体に大きな負担となり、思わぬ悪影響を及ぼすことがあります。じょくそう（床ずれ）を防ぐためには、定期的に体位交換（姿勢を変える）をすることが重要です。

この他、保育の専門性向上委員会も活動しています。

新人・現任者 研修

新人や現任者向けの研修を定期的に開催しています。就業規則をはじめ感染症予防や身体拘束禁止・虐待防止、また、接遇マナーなど、それぞれ専門の委員会が主体となり、研修を行っています。



《あいさつ研修》

研修の一環として、接遇マナー委員会による、電話での応対方法や、笑顔の研修を行いました。

廣山会の委員会活動

リハビリ委員会

ブルミエールひたち野では、利用者の希望やご家族の意向をくみ、リハビリ計画を立てて実施しています。介護者と1対1、またはグループでのリハビリを行っています。個々のリハビリ傾向を見て理学療法士とケアマネジャーや介護職員、ご家族と評価し、無理のないように日常生活動作の向上・維持に努めています。

下肢筋力のリハビリを行って、筋力低下を防ぎます!!



障害物を除けるのは難しいな



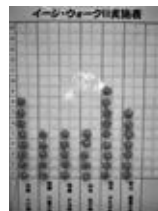
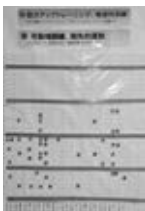
ドミノ積みや洗濯物たたみで指先のリハビリです!!



毎日日課のリハビリ体操の時間です。みなさん笑顔で行っています!!



各部署、利用者様がリハビリを行った達成感を可視化できるように見える化に取り組み、様々な表を掲示し利用者様の意識・意欲向上に努めています。



今日も頑張ったわ!

食は元気の源 厨房だより

春の食材で体をキレイにしよう!!

春の食材には体内の毒素や老廃物を排出し、不調を改善してくれる働きがあります。ぜひ取り入れて、冬に溜まった毒素や老廃物を排出し体の内側から健康になりましょう。

山菜煮

～材料(5人分)～

- ・たけのこ …… 150g
- ・わらび …… 25g
- ・ふき …… 55g
- ・人参 …… 51g
- ・醤油 …… 30g
- ・砂糖 …… 15g
- ・みりん …… 15g

～作り方～

- ・食材を食べやすい大きさに切り、たけのこ、わらび、ふきはアク抜きを行う(水煮を使用する場合はアク抜きはしない)。
- ・だし汁に人参、たけのこ、わらび、ふきを入れ煮立たせ、人参が柔らかくなってきたら、砂糖、みりん、清酒、醤油を入れ味を調える。



●たけのこ

カリウム、食物繊維を多く含むので便秘の改善させる効果があります。



●わらび

食物繊維が多く、腸の働きを活性にして、便秘を解消します。また、脳の血管年齢を若返らせる働きがあるとも言われています。



●ふき

胃酸の分泌を促し消化を助け、肝機能の働きを強化してくれます。

ブルミエールひたち野 食事前の生き生き口腔体操

水戸黄門の「ああ人生に涙あり」に合わせてやってみましょう!

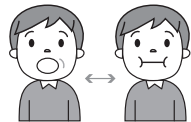
①首の運動(筋肉をほぐします) 首を左右に回します。

♪人生楽ありゃ苦もあるさ♪



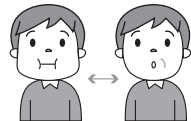
②口の運動(噛む力をつけます) 口を開けて「あーいー」と噛む動作を繰り返します。

♪歩いてゆくんた しっかりと♪
♪自分の道を ふみしめて♪



③頬の運動(唾液を出しやすくします) 頬を膨らませて、へこませる動作を繰り返します。

♪人生勇気が 必要だ♪
♪くじけりゃ誰かが 先に行く♪



④舌の運動(飲み込む力をつけます) 舌を出して戻す動作を繰り返します。

♪あとから来たのに 追い越され♪
♪泣くのがいやなら さあ歩け♪



⑤発声練習

(喉を鍛えてムセにくくします) 「パピフペポ タカラフネ」と声に出して2回繰り返します。

♪人生涙と笑顔あり
そんなに悪くないもんだ♪
♪何にもしないで生きるより
何かを求めていきようよ♪



⑥最後に咳ばらいを2回行います。

口腔体操は嚥下機能(飲み込み)低下の防止・予防に効果があります。口腔内の筋肉を意識的に動かすことで唾液分泌を促し、嚥下をスムーズにしたり、消化機能を補助してくれます。そのほかに、口が潤うことで発音がよくなったり歯の病気予防にも効果があります。毎日日課にして楽しく食事をしましょう。

地域の皆様との関わり

慰問

ブルミッコ保育園をはじめ、近隣の保育園や小学校の子ども達が慰問に訪れ、利用者を楽しませてくれています。他にも、ボランティアの方々が懐かしい曲をサックスで演奏してくれたり、読み聞かせをして下さったりと、楽しいひとときを過ごすことができました。子ども達、ボランティアの皆さん、いつもありがとうございます。



防犯パトロール

2号館では、地域の方と一緒に逆西三区の防犯パトロールを行っています。



健康づくりのサポート いきいき健康教室

かすみがうら市内の高齢者の方を対象に在宅支援センターが中心となり、握力や身体測定、いつでもどこにいても出来るタオル体操や笑いヨガ、絵の間違い探しやクイズなどを実施しています。ペッパーくんを使い体操を行う時もあります。皆様に飽きられないよう、毎回内容を変えて行っていますので是非ご参加ください。

楽しく体を動かして心も体も健康になりましょう！



管理栄養士による健康相談の後、実際に施設で提供している食事を皆様に召し上がっていただきます。



<メニュー例>
・ご飯・豚肉の味噌焼き・かぼちゃサラダ・もずく酢・岩のりのすまし汁

人生山あり谷あり 楽だカフェ



お茶を飲みながら気軽にお話ができる憩いの場として、安心を提供できればと思います。ご自宅での介護に不安を感じている方、認知症についてもっと知りたい、予防したい等、動機は何でも結構です。美味しいデザートを食べながら、ほっと一息つきませんか？ 参加は無料です。

◎対象者

認知症の方やその家族、認知症に関心がある方。

◎どんな活動をするのか

お茶を飲みながら参加者と気軽にお喋りをしたり、認知症予防に役立つレクリエーションをします。

◎時間と場所

毎月最終木曜日(13:30～15:30)

ブルミエールひたち野2号館(地域交流センター)



「いきいき教室」「楽だカフェ」の参加を希望される方、もっと詳しい説明が聞いてみたいという方

◎本館 0299-59-5611

◎2号館 029-833-3300

までお電話下さい。お待ちしております。

かすみがうら祭り

恒例となったかすみがうら祭に参加し、じゃがバターとコーヒーを出品しました。利用者も来場し楽しんでいただきました。



※掲載した写真は、個人情報保護法に基づき、ご本人及びご家族の了承を得ております。