

2017.11.1 発行【秋号】



ぱんぷきん介護センター広報誌

# P u m p k i n



2-3ページ 季節の行事 10月ハロウィン

4-5ページ ホットな話題 ～ 各事業所で行なわれたイベント ～

6-7ページ 特集 ○○の秋

8-9ページ 福祉のお仕事紹介 ～ 4回シリーズ ～ 石巻市湊地域包括支援センター／サービス付き高齢者賃貸住宅ウエルハイツ青葉

10ページ 特別企画 遠藤すずゑ様100歳おめでとうございます♪

趣味の部屋 ～ 利用者様の作品をご紹介 ～ ぱんぷきんフィット

11ページ ぱんぷきん農業委員会 ～ 活動日誌 ～

ぱんぷきん求人情報 ～ 介護スタッフスタッフ ～

NPO法人ぱんぷきんふれあい会



表紙写真：ぱんぷきんフィットご利用者様の作品

<http://care-net.biz/04/pumpkin/>







← ハロウィン特別メニュー  
(配食事業部)  
入浴車両もハロウィン仕様 →  
(訪問入浴事業部)



利用者様と一緒に仮装をしました♪  
(デイサービスセンター-ばんぶきん)



ホールを飾りつけ、利用者様は仮装してハロウィンを楽しみました♪  
(デイサービスセンター-さくら)



グループホームふかやでは  
ハロウィンクッキーを利用者様  
と一緒に作りました♪あとは、  
恒例の仮装パーティー☆☆



お菓子和風船を準備!! 31日に来られた方へプレゼントしました♪ (総務課)



ハロウィン

十月三十一日



十月三十一日

ハロウィン

ばんぶきんファームで  
収穫したかぼちゃで  
ランタンを作成!!!  
他のステーションへ  
プレゼントしました♪  
(ウェルハイツ青葉)



シニアパシジョンの利用者様と  
こぐまこクラブのみなで  
ハロウィンパーティーをしました♪  
(シニアパシジョン石巻大橋)

ばんぶきんフィットでは、リハビリ効果を狙ったゲームとして  
ハロウィンを楽しみました♪

- ① ぐらぐらばんぶきんタワー (立位での前方リーチ (重心移動))
- ② 大漁キャンディまつり (下方リーチ、体幹と回旋)
- ③ とって、たたいて、じゃんけんぽん! (座位でのリーチ、敏捷性)



手作りの顔はめパネルで「ハイ、チーズ!」  
デイサービスセンターはまなすの窓にはご利用者様が  
作ってくれたカボチャの折り紙を飾り、ハロウィンを  
みんなで楽しみました♪

(大橋ステーション)





## 西部ステーション 合同ふれあい会 ～ 倶楽部・フィット・西部 ～

第3回10月11日(水)



テーマ **認知症サポーター養成講座**

超高齢化社会、最大の課題である「認知症」がテーマであった事で、参加者皆様方が興味を持って真剣に聞いて下さり、恵み野地域の認知症サポーターが出来、地域内外の認知症の方、その家族を支え合う体制が出来ました。

西部ステーション 日野



高齢者のもっとも大きいストレスは配偶者の死であるといわれています。また役割がなくなる、話し相手がいなくなることもストレスの大きな要因です。私たちケアマネジャーは利用者様がお亡くなりになるが、施設入所すると家族様との関わりも終了となります。関わりが終了しても私たちは家族が今どのように過ごしているだろうか？落ちこみ、引きこもりになっていないか？と常に気になっているものです。またストレス軽減するには、おしゃべりすることが効果的と言われています。今回、東部STでは家族様とお茶を飲みながら介護をしていた頃、そしてその後のお気持ち、今どのように過ごしているかを話す機会を作りました。皆様いろいろなお気持ちで介護をしていたこと、介護が終了になったあと、なかなか外出する気分にもならなかったこと、家で看取った達成感などたくさんのお話を聞くことができました。また参加者皆さんが介護をしてきたからこそ自分は介護の必要がないように健康を保ちたいという意気込みも聞かれました。おしゃべりをした後の運動も笑顔で意欲的に参加されていました。故人の為に家族介護者様には笑顔・元気でいてもらいたいです。



## ふれあい家族会 ～ 石巻東部ステーション ～

## ノルディックウォーキング ～ 石巻市湊地域包括支援センター ～

9月29日(金)

MC I (軽度認知障害)・認知症になっていくと歩く速度が遅くなるということがわかってきました。そこで、今回の介護予防教室では『**早歩きをして認知症予防、地域住民の交流機会をつくる!**』を目的とし、「ノルディックウォーキング教室」を開催いたしました。

秋晴れの中、みなと荘から中瀬公園までの往復2kmをウォーキングスポーツの秋に相応しい爽やかな汗を流しながら楽しんでおられました。

石巻市湊地域包括支援センター 佐々木



## 石巻商工会議所代65回優良従業員表彰へ ～ 18名が表彰されました ～

平成29年9月13日、石巻グランドホテルにて石巻商工会議所第65回優良従業員表彰式が行なわれました。

当社からは推薦を受けた18名が表彰されました。それぞれの部署で長年、率先して業務に取り組み、スタッフからの信頼も厚く会社業績に貢献されております。

勤続年数 20年 阿部由美

13年 遠藤さみ子、遠藤三津恵、渡邊恵美、平田元子、鍋島希恵

12年 九島幸子、高橋香奈、阿部奈奈

11年 佐々木和美、湊とみ子、宮輝美、杉浦文重、大橋美奈子

渡辺裕美、桜井宏子

10年 阿部隆子、葛西恵



九月二十一日に蛇田にあるヨークベニマルの店頭で行なわれた街頭キャンペーンに今回も参加させて頂いた。地域の方々に秋の交通安全運動の開始と安全運転を呼びかけました。

## 秋の交通安全運動 街頭キャンペーン参加

## 三味線の会☆初開催☆ ～ ウェルハイツ青葉 ～

10月23日(月)

“三味線の会”の皆さんがウェルハイツ青葉に訪問していただき、三味線・尺八・太鼓・歌(民謡やシャンソン)・踊りを披露していただきました。特に民謡を聴いているときの利用者様の姿は真剣そのもの!!口ずさむ姿も見られました。

また、三味線の会には小さなお子さんもあり、可愛いフラダンスも披露してくださいました。短い時間でしたが、とてもパワフルで利用者様の笑顔が絶えない素敵なイベントとなりました。訪問していただいた“三味線の会”の皆様ありがとうございました。そして、次はウェルハイツ青葉のご利用者様だけでなく地域の皆様にも参加していただけるイベントを企画したいと思います。

三浦





## スポーツの秋

ハルディックウォーキングの様子と各デイサービスで行なわれた運動会の様子



## 食欲の秋

各ステーションの手作りおやつの様子



## 読書の秋

大好きなハーブの本を読んでいる様子



## 芸術の秋

各ステーションでの創作活動の様子



## 行楽の秋

各ステーションのお出かけの様子





### 第3回 『まるわかり〇〇 サービス付き高齢者住宅』 入居者様に 1 日密着の巻

4回にわたり、サービス付き高齢者住宅がどんなところなのか、分かりやすくお伝えしていきたいと思います！！

今回はウェルハイツ青葉の入居者様にご協力頂き  
サービス付き高齢者住宅での1日の過ごし方の  
一例としてご紹介いたします！！

#### プロフィール

今野ちよ子（94）

H26年2月～青葉にきました  
週2回デイサービスに通ってます  
体を動かすことが好きで、  
ラジオ体操には毎日参加しています



“とても明るい性格で、しっかりした方です♪”

9：00（週2回デイサービスへ行っています）



デイサービスからは16：50帰宅し

17：00から夕食を食べます

#### 「ちよ子さんの塗り絵作品」



ここではお友達もたくさんで  
楽しい毎日を送っています。  
思いやりのあるすばらしい友達ができて  
サイコーに幸せです。



巡回 5：00 起床

7：50 朝食

10：00 ラジオ体操・レクリエーション

11：45 昼食

食後はホールでカルタをしたりするよ

14：30 ホールに出てきて手仕事

新聞折りやメモ切り

他の入居者様に頼まれた裾上げや縫物

16：50 夕食

18：00 口腔ケア・更衣

19：00 自由な時間

1日1作品！大好きな塗り絵♪

大好きな歌謡ショーを見るのが楽しみ

21：00 入眠

巡回 23：00

巡回 2：00

※一例ではありますが、サービス付き高齢者住宅での暮らし方の参考にして  
いただければと思います。

第4回は、今までのまとめとこれからのウェルハイツ青葉についてお知らせいたします。

### 第3回 『事例を通して石巻市湊地域包括支援センターの活動を紹介』

石巻市内には12カ所の地域包括支援センターがあります。私たちは石巻市から委託され「湊地区」を担当しています。

業務の中には介護保険のサービス調整や、介護予防の取り組みがあります。  
今回は介護予防に組み込み、元気に過ごしていってらっしゃる方をご紹介します。



安倍米子（69）です。『事業対象者（※1）』です。  
12年前のくも膜下出血で、右半身マヒがあります。  
今はデイサービスの「ばんぶきんフィット」に通っています。



安倍さんはお一人暮らしですが、毎日の生活は大変なことが多いのでは  
ないですか？



一人暮らしなので、以前はヘルパーさんに来てもらい  
掃除のお手伝いをしてもらっていました。  
でも、デイサービスで色々な訓練をして、自信がついて  
ヘルパーさんを「卒業」しました。  
掃除機がけもお風呂掃除も今は自分でやっています。



デイサービスでの訓練が実を結びましたね。  
デイサービス以外にも色々な活動に参加していってらっしゃるようですが、  
きっかけは何ですか？



自分のことが自分で出来るようになって自信がついたからです。  
地域包括支援センターが開催している一般の方向け（※2）の「地域介護予防教室」  
に参加しようと思えるようになりました。そこで出会った人たちと一緒に、昨年から  
「石巻の女」というサロン活動をしています。月に2回集まって、体操や小物作りなど  
をしています。女性ばかりのグループで、とてもにぎやかで楽しいです。  
最初は大変でしたが、頑張ってきてよかったなと今は思っています。

[用語説明]

※1 …要支援 1.2 以外で、「基本チェックリスト」で生活機能に低下があると判断された方。

※2 …地域包括支援センターでは、一般の方向けの介護予防教室を開催しています。どなたでもご参加いただけます。

私どももお役にたつことができてうれしいです。

これからもますますお元気で過ごしてください。

このように、地域包括支援センターでは、心も体も元気になれるようなサポートが  
できるよう、日々活動しています。



第4回(最終回)は、今までのまとめと、これからの活動や福祉に対する思いをお伝えいたします。



【特別企画】入居者様が100歳を迎えられました！！

遠藤すすゑ様、100歳おめでとうございます♪



グループホームふかやが開所し、一番初めに入居されたご利用者様が遠藤すすゑさん。スタッフたちとも、最も付き合いの長い利用者様です。とても働き者で「仕事があったら持ってきなさい。やってあげるから」と言って下さいます。本を読むのが好きで、読み聞かせをしてくれることもあります。恥ずかしがり屋で、ちょっと頑固で、よく笑う、笑顔のかわいい利用様です。「長生きの秘訣はなんでしょう？」と、聞くと「わからないです」と言ってまた笑ってくれました。9月の敬老の日には、内閣総理大臣と、宮城県知事から祝詞と記念品が贈られました。お誕生日には、石巻市から祝詞を頂き、お孫様もお祝いに来られました。皆に祝っていただき「あらあ〜、はずかしい〜」と言いながらも、うれしそうにニコニコされていました。すすゑさん、まだまだ長生きして下さいね♡

グループホームふかや 宮坂

## ばんぷきん農業委員会

1年目のまとめ&2年目の目標

平成二十九年秋

素人だけで始まった農業委員会も気付けば一年が経ちました。この一年で育てた野菜は十種類。土作りから苗の植付けまでご指導いただいたウエルハイツ青葉の大家である草刈さんをはじめ、スタッフの子どもたちにも暑い中、石拾いや草取りを手伝っていただきました。

“収穫祭”と大々的に開催できるほど充実した畑とはなりませんでした。が、ばんぷきんの各ステーションのご利用者様やスタッフの皆さんに食べて頂くくらい収穫できたことは、本当によかったと感じます。



そして二年目の農業委員会は、より多くの品種の野菜を育て、一年目には出来なかった“収穫祭”も開催したいと考えております。

二年目も皆さんに農業委員会の活動報告をしていきますので、楽しみにお待ち下さい。



※ちなみに、収穫したかぼちゃは十月三十一日のハロウィンの飾りとして活用いたしました。

## 求人情報 ~介護職員~

介護スタッフ募集



勤務地 大街道・広瀬・大橋・門脇  
給与 日勤のみ 時給850円 ~  
日勤・夜勤 時給950円 ~  
勤務時間 ① 7:00-16:00 ② 8:30-17:30  
(例) ③ 10:00-19:00 ④ 17:00-9:00  
資格 介護職員初任者研修以上  
※ばんぷきんで資格取得できるので無資格者でも可能です！

詳しくは下記までお問合せください  
96-7845 担当 渡邊・阿部まで

## NPO ふれあい会よりお知らせ ~ デイサービスOPEN ~

10月1日よりカルチャーデイサービス「オンザコーナー」を開設いたしました。カルチャーデイサービスでは週間で決められたアクティビティを自己選択して利用日を決めていただきます。学びたいこと、興味のある活動に自主的に参加し、生涯学習を通じてご利用者様の毎日の生活をもっと生き生きと、より実りのあるものにすることをコンセプトとしています。お試し利用・ご見学も随時受け付けておりますのでぜひお立ち寄り下さい。



お気軽にお問合せください  
98-8472 管理者 武田賢二

## 趣味の部屋

~ 利用者様の作品をご紹介します ~

ばんぷきんフィットの利用されている皆さん



ばんぷきんフィットでは、カルチャータイムに手芸が得意な利用者様同士で作り方を教えあったり、訓練の時間に手先のリハビリとして作り物をして頂いています。自宅で作った作品を飾ってくださる方も多く、フィットは沢山の素敵な作品で溢れています！



|                                                           |                   |                  |
|-----------------------------------------------------------|-------------------|------------------|
| 本社・訪問入浴事業部<br>〒986-0865 石巻市丸井戸三丁目 3 番 8 号                 | TEL 0225-96-7845  | FAX 0225-93-4871 |
| 配食事業部<br>〒986-0865 石巻市丸井戸三丁目 3 番 8 号                      | TEL 0225-96-7406  | FAX 0225-93-4871 |
| ヘルスケアショップぱんぷきん倶楽部<br>〒986-0868 石巻市恵み野二丁目 10 番地 16         | TEL 0225-21-1556  | FAX 0225-21-1557 |
| 短時間フィットネス型デイサービスぱんぷきんフィット<br>〒986-0868 石巻市恵み野二丁目 10 番地 16 | TEL 080-5843-6249 | FAX 0225-21-1557 |
| 石巻西部ステーション<br>〒986-0868 石巻市恵み野二丁目 10 番地 16                | TEL 0225-24-8625  | FAX 0225-24-8626 |
| デイサービスセンターさくら<br>〒987-1222 石巻市広刈字馬場屋敷 113-1               | TEL 0225-86-6166  | FAX 0225-86-6098 |
| グループホームふかや<br>〒987-1222 石巻市広刈字馬場屋敷 16-1                   | TEL 0225-25-5560  | FAX 0225-25-5561 |
| グループホームねむの木<br>〒986-0805 石巻市大橋三丁目 1 番 21 号                | TEL 0225-92-6877  | FAX 0225-92-6977 |
| デイサービスセンターはまなす<br>〒986-0805 石巻市大橋三丁目 1 番 3 号              | TEL 0225-98-3621  | FAX 0225-98-3622 |
| 石巻東部ステーション<br>〒986-0805 石巻市大橋三丁目 1 番 3 号                  | TEL 0225-90-3157  | FAX 0225-90-3147 |
| 石巻市湊地域包括支援センター<br>〒986-0805 石巻市大橋三丁目 1 番 3 号              | TEL 0225-90-3146  | FAX 0225-90-3147 |
| シニアパシオン石巻・大橋<br>〒986-0811 石巻市元倉一丁目 13-13                  | TEL 050-5807-0278 | FAX 0225-98-9523 |
| ヘルパーステーションぱんぷきん<br>〒986-0856 石巻市大街道南五丁目 2 番 32 号          | TEL 0225-96-8388  | FAX 0225-96-8551 |
| デイサービスセンターぱんぷきん<br>〒986-0856 石巻市大街道南五丁目 2 番 32 号          | TEL 0225-92-6878  | FAX 0225-92-6978 |
| 有料老人ホーム松風苑<br>〒986-0856 石巻市大街道南五丁目 2 番 32 号               | TEL 0225-24-9821  | FAX 0225-24-9822 |
| ヘルパーステーション女川<br>〒986-2261 女川町女川浜字新田 14 新田福祉住宅             | TEL 0225-53-5331  | FAX 0225-53-5332 |
| 東松島ステーション<br>〒981-0503 東松島市矢本字上河戸 66-2                    | TEL 0225-98-8145  | FAX 0225-98-8146 |
| 小規模多機能施設コミュニティケアプラザぱんぷきん<br>〒986-1111 石巻市鹿又字土手前 124       | TEL 0225-24-6162  | FAX 0225-24-6163 |
| タクシーのぱんぷきん<br>〒986-0865 石巻市丸井戸三丁目 3 番 8 号                 | TEL 0225-96-6626  | FAX 0225-96-6627 |
| ウェルキャブステーション<br>〒986-0865 石巻市丸井戸三丁目 3 番 8 号               | TEL 0225-21-6711  | FAX 0225-96-6627 |
| ウェルハイツ青葉<br>〒986-0853 石巻市門脇字二番谷地 13 番 21                  | TEL 050-5807-1449 | FAX 0225-98-9853 |