



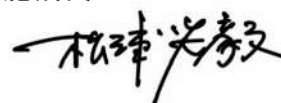
先日投開票が行われた東京都知事選は、東京都民のみならず日本中の衆目を集めました。候補者の1人で、惜しくも苦杯を喫した石丸伸二氏が、今の日本人に足りないものとして強く訴えていたのが「危機感」です。

話は一転しますが、当法人の正規職員の構成を年齢別でみると40代後半から50代前半の職員が全体のおよそ3割を占めます。いわゆる「団塊ジュニア世代」といわれるボリュームゾーンの世代です。この世代の職員は、いずれも組織の中で重要な職務や職責を担っており、チームにとって

欠かせない熟練者たちばかりです。

しかしこの事実は、10年後や15年後、この世代が一線を退いた時に組織が危機的状況を迎えることを示唆しています。現実には時に残酷です。このまま有効な策を講じなければ否応なしにその時がやってきます。現実を直視し、「強い危機感」を持って、行動していかなければならないと改めて石丸氏に気付かされました。

施設長



水分摂取について

主任生活支援員 唐津 伸康

皆さん水分補給はしっかり行われていますか。水分は3%失われると、強い喉の渇き、ぼんやり、食欲不振などの症状がおこり、4〜5%になると疲労感や頭痛、めまいなどの脱水症状があらわれます。そして、10%以上になると、死に至ることもあります。一般には食べ物に含まれている水分を除き、飲み物から1日1.2ℓ程度の水分を摂ることが推奨されています。水分補給のポイント・こまめに水分補給をしましょう。分けて飲むことで吸収がよくなり、体内に水分が維持された状態が続くそうです。健康な成人の場合、体重1kgにつき約35mlが1日に必要な水分量と言われています。つまり、体重が50kgの人は1.7ℓ、60kgの人は2.1ℓ、70kgの人は2.4ℓ。運動をしたり、サウナで汗をかいたりしたら、これにプラスアルファで水分を摂ると良いようです。当施設でも毎食時、午前・午後の休憩、夜の余暇時と時間を決めて1,000〜1,500mlを目安に摂ってもらっています。利用者さんの中には喉の渇きを訴え

る事が難しい方や、嚥下機能の低下により水分をそのまま摂取出来ない方、水分をなかなか摂ろうとされない方などおられ、個別での支援が必要です。嚥下機能が低下された方には、飲み物（お茶やジュースなど）にとろみを付け提供していますが、とろみの付け方も様々で緩く付ける方、硬めにとろみを付ける方など利用者さんそれぞれにに応じた対応を行っています。冷たいお茶を好まれる方には冷たい物を提供したり、お茶をなかなか飲もうとされない方にはコップの色や形を替えたり、汁椀で提供するなど工夫し勧める事で飲むようになった方もいらっしゃいます。喉の渇きを訴えられない方や夜、早めに休まれる方などは毎食時の水分量を増やしマグカップで提供するなど、1日に摂って欲しい水分量を計算しながら多めに勧めています。夏になると汗も掻き脱水症状も考えられますので、水分量も普段より多く摂ってもらう為に午前・午後水分摂取回数を2回から4回に増やし、活動前と休憩時間にレモン水・お茶と勧めております。

今後暑くなりますので皆さんも体調管理には十分気を付け、こまめな水分補給を行ってください。

食事満足度の

向上を目指して

調理員 田中 弘美

食事は、生活をする中で大きな楽しみになります。毎日の食事を、利用者の方が一層喜んで頂けるよう嗜好調査を行い、意見を頂きました。

嗜好調査とは、利用者の方の好みや、食事に対する意見を聞くことで、献立内容や調理の仕方等、食事に関する様々なことを見直し、利用者の方に満足して頂ける食事を提供することを目的とする調査です。今年度の嗜好調査内容は

- ①ご飯の固さ
- ②食事の量
- ③食事の味付け
- ④副食(肉・魚・野菜・卵)、主食(パン・麺・ご飯)の好み
- ⑤食べたい物

この5つの内容をお聞きし、全体的に良いとの回答が多かったです。食べたい物では、魚・肉・麺類の料理が多くあげられ、たくさんのご意見を頂きました。

6月に昼食でハンバーガーを提供

した際、利用者の皆さんに雰囲気づくりや喜んで頂きたいと思い、試行錯誤し、ハンバーガーを包む紙も手作りで作成しました。利用者の皆さんが喜んで食べられる様子を見て、とても嬉しい気持ちになりました。

今回、嗜好調査を行うことで利用者さんの声を聞くことができ献立作成や調理時のヒントをもらえました。

今後も利用者さんにより満足して頂ける食事を提供できるよう、調理員一同努めていきます。



5/2 創立記念食事会

今年で 49 周年
これからも楽しく健康な毎日が送れますように。



6/4 東向寺保育園交流会

園児の皆さんの可愛い歌や踊りにみんなでにっこり。



6/11 ひらやま・マツヤスポーツ夏の衣類販売会

お似合いの服を真剣に選ばれています。



外出 (ドライブ・花しょうぶ祭り・カラオケ・買い物・外食 etc)



日中活動の様子 (学習・クラブ活動・運動・外気浴 etc)



Youは何処から南海寮へ？

～ What is your previous job ～

今回は異業種から転職された南海寮スタッフにインタビューをしましたのでご紹介します。

①以前の仕事は？

④南海寮ではどんな仕事を？

②持っている資格は？

⑤以前の仕事が活かせる時は？

③転職のきっかけは？



生活支援員
22年目

金子 史

Kaneko Fumi

- ① 美容師
- ② 美容師免許、介護福祉士
- ③ 出産し、前職は休みが不定期だった為転職しました。
- ④ 生産活動では、8月の文化展に向けて利用者さんと一緒に貼り絵壁面作りに楽しく取り組んでいます。
- ⑤ 外出が難しい方や、入院等で散髪のタイミングを逃した方の髪を切る事で、心身ともにスッキリされ喜んでいただける事にやりがいを感じています。

中尾 豊

Nakao Yutaka

- ① 公共設備関係の仕事
- ② 介護福祉士
- ③ 地元天草で仕事をしたいと思い転職しました。
- ④ 生活全般の支援をする中で、利用者さんの話をよく聞いて支援する様に心掛けています。また、笑顔で利用者さんに挨拶するようにしています。
- ⑤ 水漏れやトイレのトラブルなど水回りの事にすぐに対応できます。
なおした時に利用者さんから感謝の言葉をいただいた時、やりがいを感じます。



生活支援員
6年目



相談支援専門員
3年目

原田 幸真

Harada Koshin

- ① 家電、電気設備の販売・工事、病院と高齢者施設の相談員
- ② 社会福祉士、介護福祉士、第二種電気工事士
- ③ 子どもの成長で気になる事があり、家族との時間を増やす為に転職しました。
- ④ 利用者さんやご家族の困り事、悩み事の相談に応じたり、福祉サービス利用に関わる計画書の作成を行ったりしています。
- ⑤ 施設にある電化製品の修理をお願いされます。(なおせない事が多いですが…)職場としては南海寮が4か所目になります。これまでの経験をフルに活かしていきたいと思っています。

あいむだより



Let's! ゴミ拾い! ~ 地域も心もぴかぴか ~

事業所周辺を歩いているとゴミがちらほら…。これまでは、ゴミ拾いしましょうか。と気付いた時にやってきましたが、月に1回ゴミ拾いの日を決めて取り組んでみよう!という事になりました。

取り組むにあたり、ネーミングも大事!という事で、皆でなんというネーミングで頑張ろうかと話し合いました。たくさんの候補名が出ましたが、その中でも「にこにこ」「ぴかぴか」の多数決で決める事になり、

1票差で **ぴかぴかうんどう** に決定しました!

普段何気なく通っている道でも「ゴミが落ちていないか」と意識しながら歩くことで、ポイ捨てされたタバコの吸い殻、食べ物の包装(プラスチック)、空き缶やペットボトルなど、たくさんのゴミがありました。

メジャーリーガーの大谷翔平選手も自ら意識的にグラウンドのゴミを拾っており、自身でその行動を「人が捨てた **運** を拾っている」と表現しているそうです。ゴミ拾い(運拾い)をすることは、集中して何か「気づく」ことの訓練にもなり、普段は気づかないような小さな幸せにも気付けるようになったり、誰かに感謝されることで優しい気持ちになれる気がしました。

今後も皆で協力しながら、地域も心も **ぴかぴか** にしていきたいです!



社会福祉法人啓友会 財務諸表等の電子情報開示について

最新の財務諸表等については、以下のホームページでご覧いただけます。

▶ 自法人HP…<http://nankairyou.or.jp/disclosure/>

▶ WAM-NET…<https://www.wam.go.jp/wamnet/zaihyoukaiji/pub/PUB0200000E00.do>



なんかい

南海寮広報委員会

■ ご高覧いただき、ご意見・ご感想などありましたら keiyukai@cup.ocn.ne.jp までお寄せください。

■ 広報誌「なんかい」はホームページ <http://www.nankairyou.or.jp/> からご覧いただけます。