

社会福祉法人 日本原荘

福祉だより

vol.123

令和7年1月1日

編集発行

社会福祉法人 日本原荘

〒708-1205 岡山県津山市新野東1797

TEL (0868) 36-3838

<https://www.nihonbara.or.jp>

理事長あいさつ

2025年 年男・年女

きのとみ

乙巳2025年はどんな年か？

『いつの間にか骨折』を予防するために

シリーズ 日本原荘施設紹介③

総合ケアサービスセンター かつた

TOPICS 近況報告

あけましておめでとうございます!

今年もよろしく お願いいたします!



謹んで初春のお慶び申し上げます。

新しい試みや変化に対して前向きな姿勢を示す年といわれる巳年を迎えました。国民の4人に1人が75歳以上になる超高齢社会になるなか、地域において必要な介護サービスを維持しながら、皆様の安心に寄り添えるよう事業の推進に努めますので、本年もより一層のご指導、ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

皆様にとりまして、この新たな年がより良き年でありますようお願い申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。



ささやま かつこ
篠山 克子様

あけましておめでとうございます。
私の望みは100歳のお祝いで県知事様のお言葉を拝聴したいことです。



ひたに まさこ
日谷 政子様

あけましておめでとうございます。
長生きができるようにがんばります。



まえばら ひでこ
前原 英子様

あけましておめでとうございます。
これからも笑顔でたいです。



はるな たまちこ
春名多町子様

あけましておめでとうございます。
みんなのために、長生きできるようにがんばります。



もりもと ゆきこ
森本 幸子様

若い頃は商売もしており、健康には細心の注意を払っていました。現在でも、自分自身の健康を守れるようがんばっています。娘たちにも感謝しています。これからも大切にしてください。



あんどう きえこ
安藤規江子様



リハビリをがんばって、自分自身の健康を維持したいと考えています。今と変わらず安定した毎日を送っていきたいです。家族にはとても感謝しています。身体を大切に温かくして過ごしてほしいです。

ほりえ はなよ
堀江花代様



年女になるので、脳トレや体操等をがんばろうと思います。自分自身で健康が保てるよう、無理をせず、前向きにがんばりたいと思います。子どもたち家族には心から感謝しています。『ありがとう』

きのした はるえ
木下春枝様



通所リハビリに来て歩行訓練したり絵を描いたりすることが楽しみです。健康を維持するため歩くこと、日光を浴びることを大切にしています。いつも支えてくれる家族に感謝しています。みんなが元気でいられるようがんばりたいです。

いほりももこ
井堀百々子様



最初は日本原荘での生活に慣れてなくて大変なことが多かったけど、今では生活にも慣れ、100歳を目指して生きていこうと思っています。

みづもとちかえ
水本千加恵様



昨年は体調が悪くて入院しましたが、今年は元気に過ごせて、前のようになんでも一人でできるように戻りたいです。皆様よろしくお願ひいたします。

うつみまさこ
内海マサ子様



新年あけましておめでとうございます。今年一年も一日一日を大切に笑顔で過ごしたいと思います。体調に気をつけてできることをがんばります。今年もよろしくお願ひします。

こばやしえみこ
小林エミ子様



新年あけましておめでとうございます。今年一年間も体調を崩さず、できることを一生懸命がんばります。元気に過ごしたいと思います。今年もよろしくお願ひします。

あんどう かずえ
安東計枝様



新年あけましておめでとうございます。できることは少なくなってきましたが、ご飯をしっかり食べて、体調を崩さないように過ごしたいです。一日一日を健康に過ごせるようがんばります。今年もよろしくお願ひします。

あさの さよこ
浅野サヨ子様



職員の皆様にお世話になりながら、曾孫の成長楽しみに「生」のつくまでがんばります。

しんめん さとこ
新免佐登子様



今年は年女となりました。皆さんと笑顔で健やかにぼちぼちがんばりたいです。

てらさわ たえこ
寺澤妙子様



おめでとうございます。一日一日を大切におだやかな毎日をすごしたいです。今年もよろしくお願ひします。

やまもと あきひろ
山本 岐弘様



趣味の読書でリフレッシュ！今年も笑顔で健やかにすごしたいです。よろしくお願ひします。



かわばた あつこ
川端 温子様

あけましておめでとうございます。
長生きの秘訣は自分でできることはがんばってやること。
好き嫌いせずに何でもかんでも食べて寝るのが大事。



かはら ひろこ
加原 弘子様

明けましておめでとうございます。
今年の抱負は好き嫌いなく何でも食べることに。



はやせ はるめ
早瀬 春女様

明けましておめでとうございます。
皆さんに長生きするためのアドバイスをします。
ご飯を食べて、忘れずにしっかり薬を飲むこと。



すえだ あきこ
末田 秋子様

令和7年、1年元気で過ごせますように95歳まで元気で過ごせてうれしいです。



おじま きよこ
尾島 きよ子様

今年も元気でデイに来れますように、日々気をつけてがんばります。



うちだ ちえこ
内田 智恵子様

孫2人の結婚が終わるまで生きたい。歩けるようになるのを願っている。

きのとみ 2025年は乙巳 どんな年か?

「乙」は「軋(きしむ)」を意味し植物が成長し、広がっていく意味合いを持ち、「巳」は古来より豊穡と金運を司る神聖な生き物とされ、脱皮のたびに表面の傷が治癒していくことから医療・治療・再生のシンボルともされている。

2025年は多くの人にとって成長と結実の時期、努力や準備が身を結び始める時期を示唆しています。

◆巳年について

巳年とは十二支のひとつ「巳(み)」の年。十二支の先頭から数えて6つ目。「巳」は胎児の形から派生した文字で「産まれてくる」「将来・未来がある」などといった意味があります。

脱皮をする蛇のイメージから巳年は「復活と再生」を意味します。植物に種子がではじめる時期、次の生命が誕生する時期など、新しいことが始まる年になると言われています。

す。また、「巳」を「美」にかけて「美を結ぶ」年とも言われるようです。

◆巳年生まれの性格

巳年生まれの人、知的で直感的、冷静で慎重、内向的で神秘的、計画的で戦略的な性格を持ち、他人との関係を大切にしながらも深い感受性と共感力を兼ね備えています。自己成長への探求心もあり、常に自分を高めようとする姿勢が見られます。これらの特性が組み合わさることで、周囲とのバランスを取りながら、自分の目標に向かって着実に歩んでいくことができるのです。

◆ご存じですか? 巳の日

巳の日は金運・財運アップの日、お金にまつわる願いごと、財布の新調、弁財天にお参りし銭洗弁天でお金を洗うと金運や財運のご利益があるとされています。「己」と「巳」が重なった「己巳の日」は金運・財運が最強で縁起の良い日です。

◆2025年の己巳の日

3月1日 4月30日 6月29日
8月28日 10月27日 12月26日

近隣でお金を洗える神社

●金持神社

金運を引き寄せそうな、縁起のいい社名。

☎0859-72-0481 (金持神社札所)
鳥取県日野郡日野町金持74
[参拝時間] 自由 (札所は10時~16時)
[参拝料金] 無料
[アクセス]
米子道江府ICより車で20分

●【香川県・高松市】

讃岐國一宮 田村神社
龍神伝説が残る古社で小判に託す金運UP。

☎087-885-1541
香川県高松市一宮町286
[参拝時間]
散策自由、祈祷・授与所8時~17時
[参拝料金] 無料
[アクセス] 高松道高松西ICより車で10分、または高松中央ICより車で20分



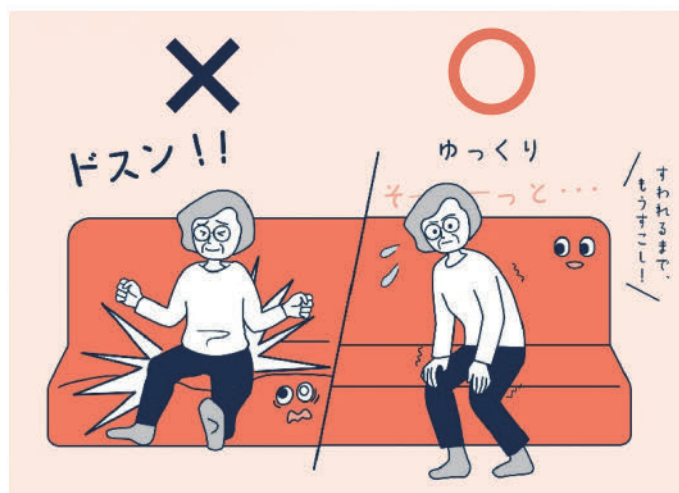
『いつの間にか骨折』を 予防するために

最近、ご利用者の中に腰椎圧迫骨折を起こす方がいらっしゃいました。決して明らかな転倒など骨折を引き起こすような事象がなく、急に痛くなり受診したら発覚…ということです。こうした骨折は「いつの間にか骨折」と呼ばれますがどうして起こるのでしょうか。要因はいくつかあり、まず大きな要因は骨粗鬆症（骨がもろくなる病気）が挙げられますが、他の大きな要因としては座り方も挙げられます。決して明らかな転倒など…と書きましたが、実は普段の生活の中で脊椎（胸椎や腰椎）に負担がかかっているのかもしれない。下の図の左側の「ドスン！」という座り方はされていませんか？

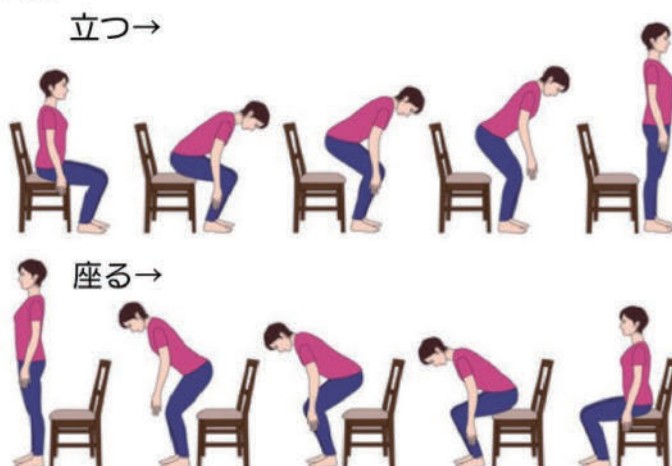
図①はソファなので座面がやわらかく脊椎へのダメージは軽減されますが、これがトイレの便座など座面が固いとダメージが大きくなります。些細なことではありますが、ダメージも塵も積もれば山になってしまうため、普段の生活の中で気をつけることが大切です。単純なことですが次の図②をご覧ください。

ゆっくり立ったり座ったりすることは、「いつの間にか骨折」を予防するだけでなく、立ち座りに必要な大腿部（太もも）の重要な筋肉を鍛えることにもなります。反対に言えば大腿部の筋肉が落ちてくると、「ドスン！」と座ってしまいやすくなるとも言えます。1人でも「いつの間にか骨折」で痛い思いをされる方が少なくなるようご自身や周りの方の座り方を確認してみてくださいと幸いです。

図①



図②



今回は、

総合ケアサービスセンター

かつた

について

ご紹介します。

地域密着型介護老人福祉施設

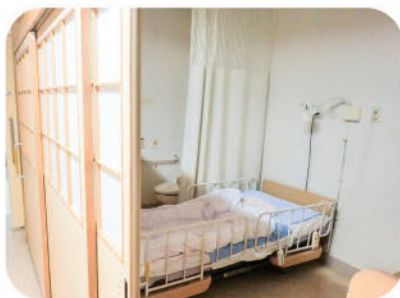


定員29名の小規模な特別養護老人ホームです。普通の特別養護老人ホームと変わりないですが、美作市に住所のある高齢者の方が対象となります。短期入所生活介護はこの特別養護老人ホームに併設して12名の定員で一体的に運営しています。

- 【居室】 多床室（4人部屋） 5室
多床室（2人部屋） 1室
従来型個室 7室
- 【設備】 食堂兼機能訓練室 厨房（自営）
- 【入浴】 共用／個室・チェアインバス・ストレッチャー浴 各1台
- 【その他】 通信カラオケ



多床室四人部屋



仕切りの中の様子



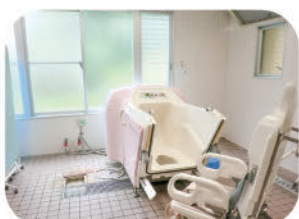
個室

※短期入所生活介護（ショートステイ）とは、対象者は要介護の認定を受けている方であり、利用者の心身の状況や病状が悪い場合、介護者である家族の疾病、冠婚葬祭、出張や介護者である家族の身体的・精神的負担の軽減などが条件となります。なお、要支援者の方は、「介護予防短期入所生活介護」のサービスが受けられます。ショートステイの対象者は美作市外の方も利用できます。

- 【居室】 多床室（4人部屋） 3室



多床室四人部屋



チェアインバス



ストレッチャー浴



食堂兼機能訓練室

総合ケアサービスセンターかつたは…

総合ケアサービスセンターかつたは、旧勝田町には福祉施設がないため、福祉施設を作りたいとの旧勝田町からの要請により、平成12年6月に社会福祉法人日本原荘が開設した施設となります。

介護保険制度開始に合わせ、短期入所生活介護37名、軽費老人ホームケアハウス20名（一般型）、居宅介護支援事業所、在宅介護支援センター、通所介護10名、訪問看護といった複合型の施設として開始しました。

現在は翌年認可された介護老人福祉施設と短期入所生活介護および軽費老人ホームケアハウス（一般型および特定施設入居者生活介護）の3事業に集約しています。

ケアハウスかつた



軽費老人ホームは、A型、B型、ケアハウスがあり、ケアハウスは車いすの方でも生活ができる建物となります。（軽費老人ホームについては前号第2日本原荘のページで説明していますのでご参照ください）お元気な方も利用されています（一般型）が、当施設では20名の定員のうち、現在14名の方が特定施設入居者生活介護の契約により生活されています。

特定施設入居者生活介護の方には、ケアプランに基づき、食事介助や入浴介助、排泄介助などのほか、生活全般にかかわる身体的介護サービス等が受けられます。施設内で提供される介護サービスのほとんどを「介護度別定額制（包括報酬）」で提供し、費用が一定額でわかりやすく、24時間切れ目のないサポートを安心して受けられるのが特徴です。

- 【居室】 個室20室
- 【設備】 トイレ・ミニキッチン
- 【入浴】 共用／個浴・チェアインバス・ストレッチャー浴 各1台
- 【洗濯】 共用／全自動洗濯機2台
乾燥機1台（有料）
- 【その他】 通信カラオケ



入口から見た様子



居室内トイレ



居室内の様子

※「特定施設入居者生活介護」とは、介護サービス（ソフト）そのものを言います。施設（ハード）のことではありません。 「特定施設入居者生活介護」のサービスを提供して良いという指定を受けた施設（有料老人ホーム、サービス付高齢者住宅、ケアハウスなど）が、介護度別定額制で介護サービスを提供できます。

お問い合わせ先・ご不明な点は

総合ケアサービスセンターかつた ☎0868-77-7111 まで

軽費老人ホーム 第2日本原荘

岡山県知事および衆議員議員選挙期日前投票

2024
10/22

投票の希望のあった入居者18名の方が、第2日本原荘3階クラブ室において期日前投票をされました。

思い思いの候補者の名前を書かれ、投票箱に投票用紙を投入されました。



日本原荘 在宅部門・学童保育

子どもみこし

2024
10/30

子どもたちの大好きなハロウィンと秋祭りを併せて、ハロウィンお神輿を作り日本原荘施設を練り歩きました。行事を通して、本来のお祭りの意味を知ることができました。

子どもたちの元気な「わっしょい」の声で活気ある1日となりました。



特別養護老人ホーム 第3日本原荘

焼き芋

2024
11月

毎年行っている焼き芋を今年も行いました。

ご利用者の皆さんで育てた、自施設栽培のサツマイモとすくもを使って、昔ながらの焼き芋を作りました。皆さんでテーブルを囲みできたての焼き芋を職員も一緒に美味しくいただきました。本当に楽しい時間が過ごせたと思います。笑顔も笑い声も絶えないよい時間でした。



介護老人保健施設 津山ナーシングホーム

旭日双光章 授章お祝い 西下明先生

2024
11/6

栄えある旭日双光章ご受章、誠にありがとうございます。

職員一同心からお喜び申し上げますとともに、今後ますますのご活躍をお祈りいたします。



西下明先生

総合ケアサービスセンター かつた

防災訓練・通報訓練

2024
11/7

防災訓練を実施しました。夜間想定避難誘導と消火器使用訓練を行い、通報訓練では通報設備の説明と点検業者の指導のもと実地訓練を行いました。



社会福祉法人 日本原荘

津山中央看護専門学校学生見学

2024
11/28

数年ぶりに津山中央看護専門学校の学生20名の施設見学がありました。

まず法人のこれまでの軌跡と社会の移り変わりとの関係や福祉施設の看護職員の仕事について法人職員より説明をさせていただいた後、特別養護老人ホーム3施設の見学をしていただきました。



かつたご利用者作品



津山ナーシングホーム壁画



デイサービスセンターご利用者作品

※各施設の行事は、新型コロナウイルス対策を行って実施しております。