

いつまでも自分らしく過ごすために・・・  
地域で取り組む「いきいき体操」♪

宮領ワークセンターあおぞらばん屋さんでは、これまでにもパン作り体験、バランスボール体操教室など、地域の方々に対象にイベントを企画してきました。そして、新たに1月から「いきいき体操教室」を開催しています。

高齢化が進む現代、いつまでも自分らしく過ごすために、筋力低下予防が重要です。特にコロナ禍の今、自粛生活が長引くことにより、日々の活動量は低下する傾向にあります。今回は地域の方々10名（60代〜80代）にご参加いただき、体力測定、体操教室を行いました。

体力測定では、バランス能力や歩行能力の検査を行い、転倒リスクの評価を行いました。

体操教室では全身のストレッチ、筋力強化を目標に参加者全員で汗を流しました。現病歴、既往歴から各個人に合わせたアドバイスを加えつつ、下半身の筋力トレーニングを中心に行いました。



「ぜひ、また参加したい」との声も多くいただき、今後も月1回程度開催していく予定です。運動の目標にするために体力測定も継続して行っていきます。

理学療法士 須賀 真希

弁当販売を始めて

昨年9月から、あおぞらばん屋さん本店で、「手作り弁当」の販売を始めました。管理栄養士が栄養バランスを考え、全て手作りの体に優しい弁当となっています。

弁当の盛り付けや品出しを利用者と一緒に行っているのですが、最初は決められた量を入れることができなかったり、弁当箱の枠から食材がはみ出たりすることがありました。そこで、量を記載した見本を掲示し、目で見て理解できるようにしました。また、量が多い時は、もう一度表で確認してもらい、自分で判断して修正ができるような支援を行いました。

利用者と一緒に作業を重ねることで、出来ることもたくさん増え、利用者の可能性を身近で感じることもできています。

また、お客様からの声にも迅速に対応することを心掛けて取り組んでいます。その一つが、ご飯の大量です。ご予約の方に限るのですが、プラス100円で通常の1.5倍の量で提供しています。こちらも大好評で、今までの倍以上のご予約を頂けるようになりました。

これからも、お客様からの感想や気づき、問い合わせなどに随時対応し、メニューの改善を行ってきたいと考えています。



今後は食数を増やし、地域の方々へ配達も行えるような仕組みも考え、たくさんのお客様に喜んで頂ける弁当を作っていきたいと思っております。

管理栄養士 川崎 穂果

資格取得に向けて

私は、福祉とは全く縁のない業種から転職してきました。右も左も分からないまま働き始め早6年。いつの間にか後輩も増え指導する機会が増えたこと、またスキルアップを図るためにも、今年度の介護福祉士資格試験の受験を決めました。

とは言え、勉強は仕事を終えてからなので、疲れから眠気に襲われたり、集中力が続かなかつたりと大変な事が多くありました。勉強内容は、私たちが普段支援で行っていることに始まり、日常で意識することのない法律まで様々で、特に私は法律等が中々覚えられず投げ出したくなることもありました。一方で、今後業務に携わる上で避けて通れない認知症の理解や、その他の支援に関わる知識は新鮮なものもあり、何故そうするのかと言った根拠の再確認もありました。途中何度も「今年は無理だ。落ちる」と思う事がありました。今年度は西の池学園だけで5名、その他事業所でも複数名の受験者がいたため、お互いに進捗状況を話し合ったり、時に勉強の愚痴などを吐き出したりして、モチベーションを保ちながら取り組んできました。

そして、1月末日受験に臨みましたが、1問目から「過去問の形式と違う！」と軽いパニックを起こしつつ、どうか試験を乗り越えました。今は、色よい便りが届くことを祈りつつ、発表の日を待っています。

支援員 倉本 陽香

西の池学園

法人事務所移転にあたって

グループホーム・デイセンター・ワークセンター・保育園等々、一連の高屋町宮領拠点整備が完了し1年余りが経ちました。新型コロナウイルス感染症防止を優先し、集うことや触れ合うことを制限せざるを得ない状況でしたが、無事に新年度を迎えることができてほっとしています。

新年度早々、4月には7つの大学から8名の精鋭を迎えました。こうしたこともあって、法人内は何となく明るさを取り戻しています。当面は、防止対策を講じながらになりますが、感染終息後を見据え、人材育成をはじめ課題解決に積極的に取り組みたいと考えています。

さて、この度、社会福祉法人平成会法人本部事務所を西の池学園から宮領ワークセンターへ移転いたしました。7年前に、宮領拠点整備を計画した当初から法人本部事務所の移転を想定し、中期経営計画の中で具体的に準備を進め今日に至りました。事業開始以来50年の節目を迎え、これから次のステージに踏み出すという想い、職員数が250名を超え効率的な法人運営が求められること等、大きな転換期にあることと併せ、関連法制度の改正に沿って一層地域に目を向け、根を張り、時代の変化に対応していく必要があると考えた次第です。

本部事務所移転を機に、組織がより効率的に機能し、地域貢献を含め、社会福祉法人としての役割がしっかりと果たせるよう役員一丸となって真摯に取り組んでまいります。引き続きご理解ご協力を賜りますよう、よろしくお願いいたします。

理事長 赤坂 秀則

社会福祉法人 平成会

住所 東広島市高屋町宮領 178-2

TEL : (082) 434-0405

FAX : (082) 434-5599

Mail : heiseikai@nishinoike.or.jp

編集 (社福) 平成会 広報部

発行者 (社福) 平成会理事長 赤坂 秀則



第96号 (令和3年4月1日)



あおぞらばん屋さんでの弁当作り

(4面に紹介記事)