

# まめなかな 新聞

2016年 新春号

<編集・発行>  
特定非営利活動法人まめなかな  
高山市上切町80  
TEL 0577-37-3200  
FAX 0577-37-3201

理事長 長瀬純子 より 一言二言三言

あけましておめでとうございます。  
今年もどうぞよろしくお願い致します。

昨年は、三月一日より小規模多機能事業所さくらそうを定員29名で立ち上げました。  
八月に家主さんより移譲して頂きました蔵を改築して、喫茶「まめなカフェ」を毎週金曜日の午後の二時間を  
コーヒーや昆布茶を飲みながらゆったりと過ごして頂いております。  
また、昨年4月より介護報酬が大幅に下げられ、私共の小さい事業所は経済的に大変な思いをしております。  
幸いにグループホームは入院される方も少なく、どうか皆様の期待に答えられました。  
今年も、体制を整えつつ地域に根ざした「まめなかな」にしていくよう努力していきたいと思っておりますのでどうぞ  
よろしくお願い致します。  
今後ともご支援ご協力よろしくお願い致します。

平成28年 元旦  
特定非営利活動法人まめなかな 理事長 長瀬 純子

## パソコン手習い公民館

概ね、60歳以上の方を対象としたパソコン教室を実施しています。

それぞれのレベル、やりたい事に応じ、利用者同士がふれあい、助け合いながらパソコンに取り組んでみえます。

年賀状作りや案内文作成等、自分の題材を決めて取り組んでいただく事ができます。

- ご利用対象者 概ね60歳以上の方
- 営業時間 毎週火、水曜日 13:00~15:00
- 所在地 高山市松本町402-2
- 申込先 (有)M・Eトーク(協力事業者)  
TEL (0577)35-1011  
高山市三福寺町 236-2



## NPO 法人まめなかな会員の募集

まめなかなは、会員の皆様の力で運営しています。  
会費で協力して下さる方、ボランティアに来て下さる方、  
寄附金・寄附物品で協力して下さる方、そんな皆様の協力で運営しています。  
ご協力お願い致します。

- |                               |
|-------------------------------|
| 正会員(総会に出席し運営に参加して下さる方)        |
| 個人3,000円×( )口 団体10,000円×( )口  |
| 協力会員(運営に参加しないが主旨に賛同し協力して下さる方) |
| 個人3,000円×( )口 団体5,000円×( )口   |
| 地域活動協力者                       |
| 個人1,000円×( )口 団体3,000円×( )口   |

郵便振込口座 00820-7-132143  
口座名義人:まめなかな

## まめなカフェ《回想の館》

地主さんより譲渡して頂いた古い蔵を改築して「まめなカフェ」を八月にオープン致しました。  
毎週金曜日の一時から三時まで行っております。  
コーヒー、昆布茶、ココアなどを手作りのお菓子と共に飲んで頂きゆったりと過ごして頂いております。  
内部は古い赤ダンスや昔の道具などを展示し、落ち着いた雰囲気になっております。  
富山の入れ葉の箱を見ながら昔話に花が咲いておりました。  
地域の方にも来て頂き、中には朝日町から来て頂いた方もあります。  
喫茶が終わると隣のコミュニティハウスに行き、カラオケを楽しんでいらっしゃいました。



## 膝腰元気体操

社会福祉協議会が行っている膝腰元気体操をシェアハウスの二階で場所提供をして行いました。  
平成27年6月～12月(毎週火曜日)の午後の二時間を「まめなかな」で20回行いました。12名の参加がありました。  
行っていくうちに、仲間意識も生まれお互いに協力し合って楽しく行う事ができ、皆さんと健康について一緒に考えることも出来るようになりました。  
自分の健康は食べる事の大切さや身体を動かしてみんなと話し合ったり、笑いあったりして自分で守ろうとの意識も出てきました。  
ストレッチ体操をした後の休憩では、お茶を飲みながら世間話に花が咲き笑いが常にあり、とても楽しい元気体操でした。  
今後、地域の方々と共にどのように発展させていくか考えていきたいと思っております。

# グループホームまめなかな便利

新年あけましておめでとうございます。

昨年は、ご利用者様ご家族、地域の皆様には「グループホームまめなかな・なごみ」の運営にご理解・ご協力いただき、ありがとうございました。

介護報酬が改定され、これからの動向に不安気な情報も聞かれますが、職員一同、入居者様の思いや暮らし方を尊重し、自分らしく、安心して生活をして頂けるよう取り組んで参りたいと思います。

また、介護職員の確保、待遇など職員の仕事へのやりがいに応じられる環境作りにも努力を続けていきたいと思ひます。

まだ、いたらない事があるかと思ひますが、皆様のご指導ご意見等いただきながら、頑張りたいと思ひますので、今年もどうぞよろしくお願い致します。

グループホームなごみ 施設長 講神和臣  
グループホームまめなかな 施設長 和仁弓子

## グループホームでの様子



バーベキュー



紅葉狩り



まめなかな感謝祭



花見



掃除



# 小規模多機能事業所さくらそう便利

## 小規模多機能型住宅とは？

高齢者の方が増加する中で、在宅で中重度になっても小規模多機能でのサービスを利用することによって在宅で最後まで住み続けることができる様にする制度です。

1年365日「通い」を中心として、要介護者の状態や希望に応じて随時「訪問」や「泊り」を組み合わせてサービスを提供できます。

月額定額制なので、登録をしていただき在宅での生活が継続できるようにする介護サービスです。

そのため、他のサービスを利用することはできません。

スタッフ全員が3つのサービス「通い」「宿泊」「訪問」を行うので、いつも顔なじみの人が支援するので、安心していただけます。

少人数制なので、利用者さんに合わせた、ゆったりとした時間を過ごして頂けます。

## ●通いサービス(旧デイサービス)

日中、都合の良い日に通っていただき、その人の暮らしに合わせて生活に必要な活動ができるように食事(調理)、排泄、入浴等の介護をしたり、他の利用者さんと散歩、ゲームやカラオケ又、昔懐かしい話や歌を通して楽しく過ごせるように支援します。

## ●宿泊サービス(旧ショートステイ)

施設内に宿泊して頂き、食事、排泄等見守りを通して夜間も安心して休めるように支援します。

## ●訪問サービス(旧訪問介護)

ご自宅にスタッフが伺いして、生活の支援、簡単な調理、排泄や話し相手をしたり、服薬の見守り等の支援をします。



ステンドグラス作り



ほう葉寿司作り



鉢植えに花を植えよう！



魚釣り大会に参加

# デイサービスセンターまめなかな便利

新年あけましておめでとうございます。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。

さて、昨年の「今年の漢字」は「安」でした。

はじめ聞いた時は、やすらぎの「安」と思い、「そんなに平和な一年だったのかな？」と思いましたが、選定理由は、「不安」とか、「安保関連法案」または、「安心してください 穿いてますよ」等だった様です。

今年は、世の中や「まめなかな」が、やすらぎや安心の「安」となる事を、お祈り申しあげます。

デイサービスセンターまめなかな 管理者 藤井 健一

## デイサービスセンターでの様子

昨年9月に、アンケートを実施させていただきましたが、「デイサービスセンターまめなかなの昼食は、とてもおいしくて楽しみにしています。」との意見が多数ありました。

そうです。な、なんと、現在のデイサービスセンターの料理長は、超一流の料亭やレストランで料理長として長年働いてみえました。

さらに趣味は多いようで、最近デイサービスで好評のカラオケや麻雀のほか、「何でもござれ。」との事なので、今後は、レクレーション等さまざまな場面で活躍していただきたいと思っています。

さて、デイサービスでやりたい事について質問した所、「できる限り体を動かし、身体機能の低下を予防して欲しい。」とか「日常的な作業に参加して、自分のできる事を続けていきたい。」という希望が多くみられました。

体操や作業等に楽しみながら参加していただける様に工夫して、続けていきたいと思います。

今回は、毎日やっていたいいる作業の様子と、季節の行事の様子を紹介させていただきます。



## 作業

利用者の皆さん、「自分にもやらせて欲しい。」等と言われて、どんな作業も一生懸命やって下さいます。



洗濯物干し



茶碗拭き



たこ焼き作り



畑仕事

## 季節の行事

初春から冬にかけて、いろいろな行事に参加していただきましたが、その中から1年の総決算として実施した「花餅づくり」と「まめなかな紅白歌合戦」の様子を紹介します。

今年もいろいろと計画しますので、楽しみにしておいて下さい。

まめなかな紅白歌合戦 in 音楽療法

花餅づくり



熱唱する利用者さんと応援にかけつけた白鳥