

第73号



琴清苑だより

発行：社会福祉法人 双葉会
 介護老人福祉施設 琴清苑
 編集：広報委員会

〒198-0212 東京都西多摩郡奥多摩町氷川1099
 TEL 0428-83-3932 FAX 0428-83-3706
 URL <http://web.futabakai.or.jp>
 e-mail kinseien@futabakai.or.jp



介護老人福祉施設琴清苑 苑長 大野 尚

第41回琴清苑敬老感謝祭

ごあいさつ

介護老人福祉施設 琴清苑
 事務長 岡部隆一

9月16日(土)、第41回の敬老感謝祭が開催されました。

式典において、白寿・米寿・卒寿・傘寿・喜寿・古希を迎えた合計15名の利用者の方々
 に施設より記念品が贈呈され、奥多摩町長をはじめ来賓の方々からお祝いの言葉をいただきました。

演芸では、西川寛之祐・小林富士江社中による日舞、羽黒三田神社雑子振興会のお雑子を披露していただきました。また、双葉ダーナの会・寿楽荘のボランティアの皆様
 に焼きそば・やきとり等の販売をしていただき、敬老感謝祭を大いに盛り上げていただきました。台風18号の心配もありましたが、数多くのご家族・来賓関係者及び地域の皆様に参加していただき、賑やかに開催できましたことを、心より感謝申し上げます。

さて、今年には東京都、山梨県、埼玉県にまたがる標高二〇一七メートルの雲取山が西暦と一致していることから、記念の年となります。雲取山は、東京都の最高峰であり日本百名山にも選定されていることから、数多くの登山者が登山口のある奥多摩町にいられています。

琴清苑の周りの山々も秋の色が深いに深さを増す季節になります。ぜひ、ご面会にお出かけ下さい。



第41回琴清苑敬老感謝祭



第四十一回琴清苑敬老感謝祭にあたりご挨拶を申し上げます。

本日、奥多摩町長 河村文夫様、奥多摩町議会議長 須崎 眞様、奥多摩町社会福祉協議会会長 小澤春義様をはじめ、ご臨席を賜りました関係者の皆様、また、第二部の演芸の部で、花を添えていただきます団体の皆様、模擬店にたずさわっていただいております「双葉ダーナの会」の皆様のご協力により、感謝祭を開催できますことを心から感謝申し上げます。

本日、お祝いを、お受けになられる「白寿」をお迎えの坂村リン様をはじめ、全てのご利用者のみなさま、大変おめでとうございます。

さて、お配りいたしました式典資料のご利用者さまの状況ですが、8月1日現在83名となっております。平均介護度は4.0となり、前年が3.95となっておりますので若干上がりました。詳細は、のちほど資料をご覧くださいいただければと存じます。また、職員の状況ですが、食事業務を委託していた事業者が本年5月末をもって撤退したことにより、6月から直営方式へと移行したため、非常勤職員を8名増員し、常勤・非常勤を含め総勢62名で、ご利用者さまの更なる処遇の改善に向け努力を行っています。また、28年度の決算状況等につきましては、施設利用率は97.79%と前年度より1.14%アップしましたが、事業活動の経常増減差額比率はマイナス4%（▲14,517千円）と、平成24年度から恒常的にマイナスの決算となっております。

このことから、時期繰越活動増減差額の値をプラス処理を行うため、双葉会診療所から資金を繰入れ、決算を行ったところです。本来なら、従前から積み立ててきた、改築のための「積立て金」として積み立てる「資金」であり、今後この「積立て金」も取り崩して繰入れ、処理する状況にあります。

平成30年度に改定される「介護報酬」が改善されることを切望するところです。このような状況ですが、手をこまねいているのではなく（傍観することなく）介護給付費の「栄養マネジメント加算」や「日常生活継続支援加算」など新たな加算を取得し、職員が一丸となり、少しでも収入を増やす努力を行っています。

琴清苑のご利用者定員85人規模の経営の収支を改善することは大変難しいと言われ、東京都高齢者福祉施設協議会の会員施設の50人規模の特養も同様と伺っており、施設長の確保にも苦慮している状況にあるとのことでした。

終わりに、琴清苑の改築計画につきまして現状を報告させていただきます。なかなか、具体的な改築計画をご報告、お示しできず、ご利用者の皆様方、また、琴清苑OB会の皆様にはご不便、ご心配をおかけしております。改築等を行うには、奥多摩町長の「意見書」が必要となることから、現在、奥多摩町へ琴清苑の改築計画規模等をお示しし、また、奥多摩町のご意向等をお伺いし、両者間で検討を始めております。先ほども触れましたが、法人双葉会としては、今後、計画する施設の定員規模は、現況より若干、増やした定員とし、国が推進する「ユニット型」ではなく、生活保護者や国民年金受給者等が利用しやすい「従来型」で計画し、経営が成り立つ規模としたいと考えています。いずれにしても、改築に当たっては、改築積立金も計画どおりに積み立てられない状況にあるため、また、借入金を最小限にとどめるよう資金計画等を精査し、引き続き、奥多摩町と検討・協議を行ってまいりますのでご理解を賜りたいと存じます。

今後も介護分野の深刻な人材不足とご利用待機者の減少に職員は「さいなまれる」状況にありますが、ご臨席賜りました行政機関の関係者をはじめ、皆様方のさらなる、ご支援、ご指導を賜りますようお願い申し上げます。

本日は、ありがとうございました。

[平成29年9月16日(土)敬老感謝祭 施設長 挨拶]



盆踊り

平成29年8月8日

恒例の琴清苑盆踊り大会が行われました。今年度は36名の利用者様に参加していただきました。毎年盆踊りに来てくださる小林先生の踊りに合わせて職員が踊りました。先生や職員の踊りに合わせて、手を動かしたり、太鼓を叩いて盛り上げてくれる利用者様もあり、楽しい盆踊りができました。来年も多くの利用者様に参加していただきます。

ホーム喫茶

平成29年8月15日

毎年8月のホーム喫茶は職員が趣味で行っている鮎釣りで取れた鮎を塩焼きにして無料で提供しています。今年も無料で鮎を提供させていただきました利用者様が大変喜ばれていました。また、カップ麺も販売していましたが、今回は職員が焼きそばを作り販売したところ大盛況で完売してしまっ程の人気でした。5月末より厨房の委託業者が撤退してしまい自前での食事提供で忙しい管理栄養士にも協力していただきデザートも販売することができました。次回も利用者様に喜んでいただけるものを提供していきたいと思っております。



睡眠について

柚木 雅至

私も年とともにぐっすり眠れなくなり、朝も5時頃には目が覚めてしまうことが多くなりました。最近では睡眠不足に代わって、睡眠負債という言葉が良く耳にします。まるで負債（借金）が積み重なっていくように、睡眠不足が身体に悪影響を蓄積するというイメージでしょうか。そこで熟眠するための最近の知見を参考に、私なりに、いろいろ実行してみようと思いい立ちました。

具体的には

- ① 朝、午前中に太陽の光りを浴びる（このことで睡眠をうながすホルモンであるメラトニンが夜間分泌されやすくなるそうです）
 - ② 朝食はちゃんと食べる（朝食を抜くと昼間に体温が上昇しにくい）
 - ③ 日中は出来るだけ活動的に過ごす。
 - ④ 昼寝は20分以内で止める（長時間の昼寝は夜間の覚醒を招きやすい）
 - ⑤ 夕方以降はカフェインを摂らない
 - ⑥ 夕食後は水分を摂り過ぎない（夜に水分を摂りすぎると夜中にトイレのために何回も起きてしまいます）
 - ⑦ 就寝の約2時間前に入浴する（入浴によって一旦上昇した深部体温はその後だんだん下降し、入浴終了後約90分で元に戻り、その後も下降を続け夜間の熟眠につながる）
 - ⑧ 寝酒は出来るだけ少量に止める（多量のアルコールは睡眠の質を低下させます）
 - ⑨ 睡眠中の環境を整える（快適な室温、暗さ・静かさの確保。特に朝方は僅かな物音や光でも起きてしまいがちなので、遮光カーテンをしっかり閉じて、耳栓をして寝ることにしました）
- まだ始めたばかりですが、以前よりは睡眠不足感が減ったように感じています。「寝る子は育つ」と言いますが、大人になっても良い睡眠をとることは、日中の生活を充実させ、ひいてはより良い人生につながっていくのではないかと思います。

行事予定

10月6日	誕生会
11月13日	運動会
11月19日	誕生会
12月5日	被服販売
12月8日	ホーム喫茶
12月21日	誕生会
12月23日	ゆず湯



《入苑された利用者》

7月	練馬区	1名
8月	練馬区	1名
8月	昭島市	1名
8月	小菅村	1名

平成29年7月～9月

《ボランティア状況》

（敬称略）

- トミヨ会
- 奥多摩指圧奉仕会
- おくたま傾聴ボランティア
- 敬老感謝祭
- 羽黒三田神社囃子振興会
- 西川寛之祐
- 小林富士江
- 双葉ターナの会
- 寿楽荘職員



◆編集後記◆

秋の装いを感じる季節となってきました。山の高いところでは木々が色づき始めました。

吉井