



きめこま 介護報 vol.15

平成22年3月発行

発行元 ■ 有限会社伊豆介護センター
[静岡県指定介護保険事業所・障害者自立支援事業所]

〒414-0012 静岡県伊東市宝町1-7

電話 0557-36-9069

FAX 0557-36-1646

ホームページ <http://www.izukaigo.com>

Eメール care@izukaigo.com

～介護のこと、弊社サービスのこと等お気軽にご相談下さい～
～きめこま介護に対してのご意見・ご感想等もお寄せ下さい～

『若者に未来はあるか?!』

先日、このようなテーマで討論をするテレビ番組を見ました。そこでは、比較的高齢の世代の代表数人と、若い世代の代表数人（20代～30代）とが向き合い、“世代間対決”の装いで、社会に対する、或いは他の世代に対する、意見、不満等がしばしば激しく論じられました。若い世代の現状、社会の格差、将来への不安、政治的課題、選挙システム、社会保障問題等、様々な側面から番組は進んだのですが、若い世代の主張（意識）の中に、全体を通じて気になった点があります。

それは、若い世代が「少子高齢化の日本において、高齢世代に掛かる年金、医療、介護等の社会コストが増えていることにより、若い世代の負担（支出）が増大するのであり、そのために生活が圧迫されるなど、割が合わないと感じている。」ことです。

ところで、戦中・戦後の時代では、娯楽や社会保障が乏しいどころか、衣食住の確保も簡単ではなく、生命の危険も身近にあり、多くの掛けがえのない仲間の生命が失われてきた中で、人々は前を向き、必死に『努力』をし、今日の日本の基盤を築いてくれたのでしょ

う。そうして繁栄した日本の恩恵を、私たちは生まれながらにして受け、衣食住の心配がないばかりか、教育ももれなく受けられ、娯楽と便利性にあふれたこの環境で、生命の危険をさほど身近に感じることなく日常を送っています。

決して『いつも高齢世代が得をして、若い世代が損をする』という一方的な構図ではないのです。

勿論、若い世代の皆が必ずしも同様の考えとは思いませんが、このような被害者意識先行で社会への不満を表すタイプの若者群には、一定の理解は示せても、やはり『甘い』のではないかと思わざるを得ません。

さらに広い視野と共感的理解を持った上で、先輩世代に、社会の課題に、向き合って頂きたいと期待します。

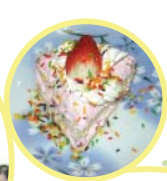
代表取締役 稲葉 雅之



クラシオンライフ



2009.12~2010.2



キャンドルサービスで
お出迎え！ご利用者の仮装や
お化粧、スタッフによるマジック
ショー、おやつにはケーキのデコ
レーションなど、皆さんと和気
あいあいと行えました。

クリスマス クラシオンカフェ熱海

遠藤



『ヨイショ!』の大きな
掛け声で次々とお餅がつき
あがり、あじい餅、おろし餅へと
姿を変え、あっという間に20kg
のお餅が参加者のお腹の中
に消えていきました。

もちつき クラシオン

今西

日本民謡協会 真声会の方々
をお迎えして、気迫に満ちた
津軽三味線の演奏をしていた
だきました。三味線の美しく力強い
音色が心に響き、素敵な時間
を過ごすことができました。

山口



三味線 クラシオン伊豆の国

鬼が登場すると、ニゴ
とばかりに豆を投げつける方
、可愛そうだからと豆を握った
ままの方など様々でした。
日本に伝わる季節の行事を皆
さんで楽しく行えました。

西川



節分 クラシオン富士見

旬な食材でおもてなし クラシオンの びるごはん

牧野(栄養士)

今日のレシピは...



鶏にら炒め

3/2(火)の各デイサービスの
献立から一品です!!

- ・ごはん
- ・ごまポテトサラダ
- ★鶏にら炒め
- ・酢の物
- ・味噌汁



材料

(4人分)

鶏もも肉	320g	酒(蒸し焼き用)	8cc	にら	80g
もやし	160g	赤唐辛子	少々	白いりごま	2g
塩	2g	黒こしょう	少々	ごま油	4cc
合わせ調味料	にんにく(すりおろし) 2g	酒	12cc	醤油	8cc
	オイスターソース 12cc	砂糖	4g	片栗粉	8g

※写真と材料が異なる場合がございます。

手順

- ①鶏肉に黒こしょう、塩をふり、なじませる。
- ②にらは4~5cm位に切る。
- ③フライパンにごま油を引き、鶏肉と赤唐辛子を入れて炒める。
- ④鶏肉に焼き色がついたら酒をふり、ふたをして2~3分蒸し焼きにする。
- ⑤合わせ調味料を全体にがらめ、にら、もやしを加えて1~2分炒める。
- ⑥仕上げに白いりごまをふり、出来上がり♪♪♪



【にら】

- 疲労回復
- カゼ予防
- 冷感性
- 食欲増進

3~9月が旬。

カロテン、ビタミンB1、B2、C
などのビタミン類や、鉄分、カリウム
、カルシウムなどのミネラル類が
豊富に含まれています。
にらには、独特の強い香気成分である硫ヒア
リルという成分によって疲労回復
の働きがあるビタミンB1の吸収を
高め、また体内に長く留める作用
から、スタミナがつくと言われて
います。

社長とたまにケーション。
月1 研修会レポート!!



>>> 過去5回分(第33回~第37回)の報告です <<<

第33回 講義&グループワーク
在宅系 施設系

開催日：2009年 9月25日、28日ほか
 会場：観光会館 第2会議室、クラシオン熱海ほか

「ホームヘルパー キャリアアップ～フ口意識を高めよう!～」

在宅介護事業部では、接遇について事例を交えて意見を出し合いました。訪問の際は、「サービスに入る側でなく、受ける側の尺度を大切にする」ことを再認識しました。

※ 施設系は各施設ごとに実施しました。

第34回 外部講師 合同 研修会

開催日：2009年10月28日
 会場：観光会館 第2会議室

「介護職が知っておきたい口腔ケア」

講師：下村歯科医院 下村院長 様
 森田歯科衛生士 様

口腔ケアは大切な介護の一つであり、知識と実践により、ご利用者の健康をお守りすることができ、また高齢者だけでなく、すべての人に大切であることを学びました。

第35回 講習
在宅系 施設系

開催日：2009年11月26日、27日ほか
 会場：観光会館 第2会議室、クラシオンデポルテ熱海ほか

「介護職員のためのケアボックス（体操）・他」

介護職員向けの腰痛原因の解説と、その予防のためのストレッチ法を学びました。自分に負担をかけない介助動作が、ご利用者にとっても安全で安心できる介護につながります。

※ 施設系はデイサービスチームは各施設ごとに実施、グループホームチームは他社主催の講演会に参加しました。

第37回 新年会
合同

開催日：2010年 1月29日
 会場：ハトヤホテル

「社長年頭挨拶 & 新年会」

社長より「高齢者が安心してこの町に住んで、夢を持てるように支援していかなければならない。」とのお話がありました。新年会では美味しい食事とチーム対抗戦レクなどで大いに盛り上がりました。



第36回は、2009年12月18日観光会館 第1会議室にて、外部講師をお招きして『認知症勉強会』を開催予定でしたが、その前日から発生した伊豆半島東方沖での地震の影響により、ご利用者・スタッフの安全を考慮して延期となりました。

新成人 おめでとう ございます!!



今年も日本各地で行われた成人式ですが、当社でも1名施設介護事業部所属)のスタッフがめでたく成人を迎えられました。おめでとうございます。これからも若い力を大いに発揮して、活躍を積み重ねながら充実した人生を歩まれることを期待しています。

★はたちの抱負★

入社してからの2年間は毎日が勉強の日々で辛いこともたくさんありましたが、周りのスタッフの方にも恵まれ良かったと思います。成人になり、3年目を迎えるにあたり、今年はいよいよ上のレベルに自分をもっていかれたらと思います。 片桐



ホームページリニューアルのお知らせ

いつも伊豆介護センターのホームページをご利用いただきまして、誠にありがとうございます。

このたび弊社では、ホームページをお客様により見やすく、分かりやすくご利用いただくため全面リニューアルをいたします。

地域に根ざし、地域に開いた福祉サービス等を目指す私たちにとりまして、地域で暮らす方々への情報発信源の一つとして、お役に立てる情報を提供してまいりたいと思っております。

…現在製作中…

今しばらくお待ち下さい。



ユニバーサルスポーツの紹介

子どもも大人も、
みんなが一緒になって
楽しめるユニバーサル
スポーツ「ポッチャ」とは...

ポッチャ

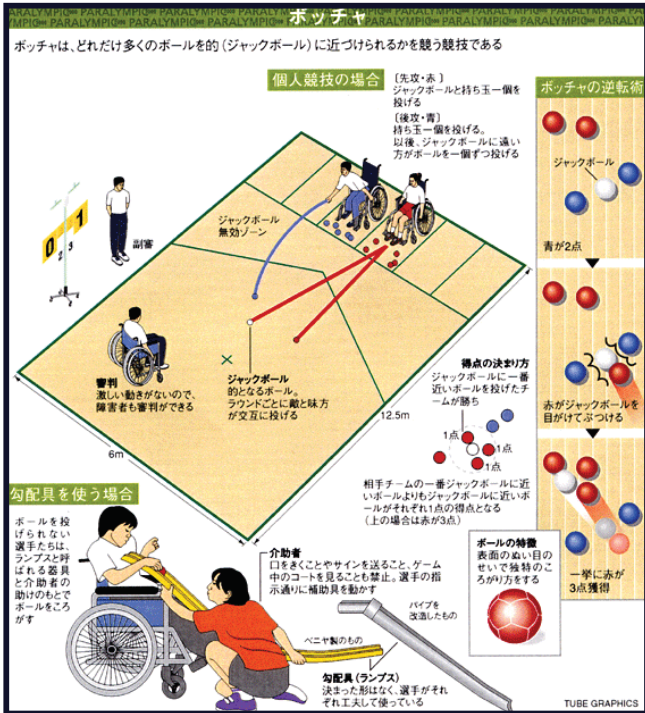
boccia

みなさんは『ポッチャ』をご存知ですか？『ポッチャ』は、ヨーロッパで生まれた重度脳性麻痺や同程度の四肢重度機能障害の方のために考案されたスポーツで、パラリンピックの正式種目にもなっています。この冬、カナダ・バンクーバーで開催された冬季オリンピックで日本でも注目された競技のカーリングやペタンクなどにも似た競技です。

日本では1997年に日本ポッチャ協会の発足後、全国各地で講習会や大会等が実施され、近年では、2008年の北京パラリンピックに初出場するなど、各地域で重度障害者のスポーツとして普及し、盛んに行われています。



ボールは皮革製、又は合皮革製。直径270±4mm、重さは275±2g。縫い目や硬さの違いで転がりが微妙に変化することも競技をより面白くする要素になっています。



(図解提供：日本ポッチャ協会)
日本ポッチャ協会ホームページ：http://boccia.gr.jp/

ゲーム概略

12.5m×6mのコート内で行われ、プレーヤーはスローイングボックスから、ジャックボールと呼ばれる白いターゲットボールに、赤・青のカラーボール6球ずつをそれぞれ投げたり、転がしたり、相手のボールに当たったりして、どれだけ多くのボールを近づけられるかを競う競技です。男女の区別なく、障害の程度により4つにクラス分けされていて、1対1の個人戦、2対2のペア戦、3対3の団体戦で行われます。障害によりボールを投げたりできなくても、ランプスという傾斜した補助具を使って参加することができます。

見どころ・魅力

『ポッチャ』は、その分かりやすい簡単なルールと、作戦次第で劇的に変わるゲーム展開や相手との駆け引きなど頭脳的な要素を含んだゲーム性の面白さを合わせ持ちます。また、身体に大きな負担のかからない軽レクリエーションとして、障害の有無や年齢に関わらず、子どもから高齢者、健常者や障害を持った人と一緒になって参加し、楽しむことができます。

2010 JAPAN CUPに出場

当社経営企画室所属の杉村さんが先日横浜で開催された大会で第3位になりました。
by経営企画室：山口

さあ、あなたもポッチャに
チャレンジしてみませんか？
ご興味のある方は杉村まで
ご連絡下さい。

伊豆介護センターの 運営施設と事業内容



●クラシオン/クラシオンカフェ 〒414-0015 伊東市末広町6-1	●グループホーム ●デイサービス 電話番号 0557-36-7478
●クラシオンテポルテ 〒414-0044 伊東市川奈1220-1	●デイサービス 電話番号 0557-44-5110
●クラシオン富士見 〒414-0045 伊東市玖須美元和田722-677	●小規模多機能型居宅介護 ●デイサービス 電話番号 0557-44-5500
●クラシオン熱海/クラシオンカフェ熱海 〒413-0102 熱海市下多賀804-2	●グループホーム ●デイサービス ●バリアフリー住宅 電話番号 0557-67-2360
●クラシオンテポルテ熱海 〒413-0102 熱海市下多賀804-9	●デイサービス 電話番号 0557-67-2360
●クラシオン伊豆の国/クラシオンカフェ伊豆の国 〒410-2202 伊豆の国市天野6-3	●グループホーム ●デイサービス 電話番号 055-947-5570
●有限会社伊豆介護センター(本社) 〒414-0012 伊東市宝町1-7	ケアマネジメント ●ホームヘルプサービス ●福祉用具貸与・販売 障害者自立支援サービス ●福祉サービス(ケアワン) ●保険外サービス 電話番号 0557-36-9069

※各事業内容の頭に●赤点がついているものは、介護予防サービスも提供しています。

編集 後記

四季を楽しむ。
四季のある国に暮らす日本人にとって贅沢なことのひとつ。
四季折々の美しい自然やその移り変わり、季節ごとの行事や伝統的な祭事、美味しい旬な食材・料理など…四季を感じる瞬間や楽しみ方は人それぞれにあると思います。また、四季は日々の暮らしに喜びやゆとりも与えてくれます。
しかし、今日の生活環境の変化等により少しずつ失われようとしているのもまた事実で、四季を大事にしてきた昔の方の思いを大切にしていかなければとも思います。
いよいよ春本番！！春の楽しみ方は、やはり「桜・お花見」が一番ですかね。 杉村