

施設だより

茅野市養護老人ホーム 寿和寮

小・中学校、高校、桜の名所の運動公園も近く
自宅のように暮らせる、静かな住宅地の中のホーム



介護度の幅がある 利用者様に合わせて

養護老人ホームは、施設でありながら在宅のように生活できる所で、利用者様それぞれに合わせたケアを考えています。すべての利用者様が、半年間の目標を職員と一緒に考えて決め、達成を目指して日々暮らしています。

施設内でも外へ出ても 思い思いに過ごす毎日

デイサービスや通院などで外出する利用者様も多く、図書館へも出掛けます。自由に書く書道教室では、筆を持つと意外な一面を見せる方も。中庭の畑に自分の区画を持って野菜を育てるなど、過ごし方はさまざまです。



職員同士、相談し合える 関係を大切に

さまざまな利用者様の状態を把握するため、職員は声を掛け合いながら、密なコミュニケーションに努めています。人数に限りがある中でも、皆さんに安心して過ごしてもらえるよう、行き届いた丁寧なケアを心掛けています。



ケアマネジャーより

理学療法士の資格があり、茅野市から委託されている介護予防教室で講師も務めています。笑顔でいること、利用者様のお話を引き出せるような“聞く力”を持つことを心掛けています。



小林 愛香さん

話題

Pick Up

▶介護老人福祉施設 福寿苑

辰野町

日本語スピーチコンテスト 出場



介護老人福祉施設福寿苑では、外国人職員に向け、職場で日本語教室を開講しています。

教室で学ぶ5名が、辰野国際交流会主催の日本語スピーチコンテストに参加しました。インドネシア出身のヒロニムスさんは「成長のプロセス」をテーマに、聴衆の前で5分間原稿を見ずに見事にスピーチ。「来日当初は孤独との戦いで、涙が出た」と打ち明け、生活に慣れるまでの過程に触れたり、決意を発表したりと、流ちょうな日本語を披露しました。諦めずに日本語を学び、職場で多くの仲間ができたことに触れ、継続することの大切さを伝えました。

平成会通信 Vol.19

どんなつぶやきでもウエルカム!

誌面への
ご意見・ご感想
お待ちしています!

編集後記



なかはら

前号から新しいコーナー「シン・平成会スタイル」が加わりました。もうお読みいただけましたでしょうか。このコーナーでは、利用者様の毎日や職員の働き方をちょっとよくする新しい取り組みをご紹介します。皆様に介護のいま!をお届けします。ご感想などありましたら、QRコードよりお寄せください。

社会福祉法人 平成会

● ● ● 介護はこころ ● ● ●

真心と幸せ、そして心の豊かさを感じられる生活を送っていただけるよう、今日一日、その全てに一期一会の精神で臨み、「共に歩む」の法人理念を実践してまいります。



平成会通信

Heiseikai Magazine

Vol.19

2025
秋

今だけの味わい
秋のおたのしみ

発行：社会福祉法人 平成会 〒399-6461 長野県茅野市宗賀1298-92 TEL 0263-51-6610 FAX 0263-53-5828 <https://www.heisei-kai.jp/>



特集

平成会の障がい福祉サービス始動！

就労継続支援B型事業所
「あかつき辰野」OPEN!!

介護のいまを知り、みらいを創る

平成会の障がい福祉サービス始動！

新事業所！

就労継続支援B型事業所

「あかつき辰野」OPEN!!

この11月、平成会が新たに就労継続支援B型事業所「あかつき辰野」を開設、サービスを開始しました。身体障害者デイサービス事業 和楽、いほく相談支援事業所に続き、一步進んだ障がい福祉事業に取り組みます。障がいのある皆さんが一般就労を目指す新事業所をご紹介します。

「就労継続支援B型」とは？



一般企業などに雇用されることが困難な、就労経験のある障がいのある方に対し、生産活動などの機会の提供、知識および能力の向上のために必要な訓練などを行うサービスです。このサービスを通じて、生産活動や就労に必要な知識・能力が高まった方は、一般就労への移行を目指します。



事業の役割

Q 生産活動の機会の提供って？

A 就労継続支援B型事業で利用者様に行っていただく仕事を「生産活動」と呼びます。あかつき辰野では、クリーニングが主な生産活動ですが、今後さまざまな生産活動を行っていただく準備を進めています。

Q 必要な訓練って？

A 生産活動の作業スキルの向上だけではなく、健康な毎日が送れるよう規則正しい生活リズムを確立する支援を行います。また、生産活動を通して社会参加の意識を高めること、自分を信じる力を育むことなども目指します。さらに、作業を通じて仲間やスタッフとの交流を深めることにより、利用者様が人とのつながりを感じながら、社会の一員として関わられるよう支援します。

Q どんな人が利用できるの？

A 障がいや難病がある方や、年齢や体力の面で一般就労が難しくなった方などが対象です。詳細については上記までお問い合わせください。

Q 生産活動は給料が出るの？

A 「工賃」として支給します。利用者様の働きに応じて支払われる福祉的報酬です。働く体験を通じ、経済的な自立へのステップアップを支援する役割を果たします。

Q 週に1回だけ働くことはできるの？

A 利用者様一人ひとりの目標に応じた個別支援計画を作成し、利用者様が自分のペースで働ける環境を整えるため、週に1回からでも利用できます。



「あかつき辰野」基本方針

1

ご利用者の自己実現と、社会に参加することで享受されるべき自立の支援

2

住み慣れた地域における権利擁護、尊厳の尊重と信頼関係の構築された共生

3

ご利用者、ご家族ともにライフステージに応じた生活とケアの質の向上



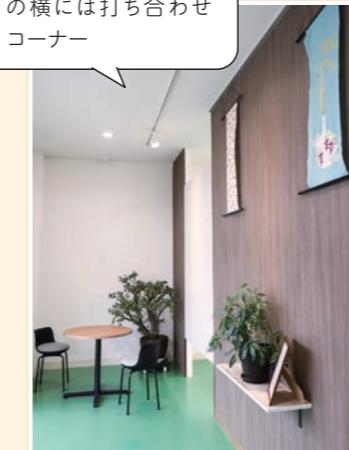
管理者の思い

このサービスを始めるにあたり、地域のニーズをどのような事業に展開すべきかを検討しました。新規事業を行うには責任と継続性が必須です。そこで、平成会の高齢者介護の実績を活かすことを考え、法人内で基幹となる生産活動を安定して創出できること、多職能専門職の力を利用者様に還元できることを事業展開の利点と考えました。将来的には就労移行支援等の多機能型事業所への移行、生活の場であるグループホームの開設を視野に入れ、まずは就労継続支援B型事業をスタートさせることとしました。利用者様の「自立」「共生」「支援の質の向上」を基本方針と定め、利用者様が孤立せず、住み慣れた場所でより良い生涯を送れる支援を、地域と共に提供できる事業所として存在し続けていきます。

あかつき辰野 管理者 河手 潤子



季節感のあるディスプレイが迎える出入口の横には打ち合わせコーナー



洗濯乾燥室では業務用の大型洗濯機・乾燥機が各3台稼働しています



独立した部屋となるいる相談室は、落ち着いて話ができる場所です



詳しくは
法人ホームページで！



障がい福祉への思いを参加者で共有した開所式

平成会の法人理事、関係スタッフ、関連法人、辰野町、協力企業などが参加し、11月3日(祝)、あかつき辰野の開所式が行われました。小松瑞樹理事長のあいさつでは、障がい福祉に取り組み始める歩みと思いが語られ、スタッフからは、事業に臨む自分たちの思いについてスライドを交えた発表がありました。



平成会の最新情報を
お届けします！

平成会タイムス

2025
Autumn

TOPICS

1

職員の権利を守り、信頼関係を高めよう ハラスメント・チームワーク研修を実施



9月22日(月)、日本女子大学教授の久田則夫先生を諒訪市にお招きし、対面で座学の講義をいただきました。

午前の部は「福祉現場におけるハラスメント対策を学ぶ」と題し、各種ハラスメントに関する知識を学びました。特に、利用者や家族から職員へのカスハラについて重点的に取り上げ、ハラスメント対策が不十分な職場のリスクと、対策の流れを説明いただきました。「対策を講じるだけではハラスメント防止にはならず、組織風土の改善が必須」と強調されました。



日本女子大学
人間社会学部
社会福祉学科 教授
久田 則夫先生

「福祉職場のチームワークとコミュニケーション講座」と題した午後の部では、職員同士の信頼関係とチームワークを高めるコミュニケーションについてお話し下さいました。「チームワーク」や「多職種連携」の本当の意味を理解し、チームワークが機能しない職場にならないためにチェックリストで現状を確認しました。

最後の質疑応答では、「職員間の関係性を築くにはプライベートな話題も有効だと思うが、ハラスメントにならないか気になる」との質問に対し、「関係を深めるきっかけとして雑談を。相手のことを聞き出す話から始めず、まず自分を表すこと。ペットや住まいなど、乗ってきもらいや話題で自分のことを話し、そこから相手に話してもらうように」と具体的なアドバイスをいただきました。

「その日初めて会うすべての人に笑顔でいさつを」という“出勤したら朝一番、15秒の法則”を実践するように心掛けている。

「自分を好きになることは難しい。だから、ありのままの自分を受け入れて、“愛して”みて」と先生の講義で聞き、その努力をしている。

学びを行動へ
職員の声

職員へ様子を伝える際には、今まで以上に相手の立場に立って考えたい。すべての人にわかりやすい伝え方ができるようマニュアルの見直しを行っている。

どのような内容であっても、ハラスメントを受けた職員が上長に報告・相談しやすい（我慢しない）職場づくりをしていきたい。

平成会スタイル
New Heiseikai Style

vol.
2

自分で選んで！自分で決める！ 有料老人ホーム せせらぎ

シン・スタイル その1
お好きなものを
選んでくださいね！



皆さんの“介護”的イメージは、もしかして古いかかもしれません。平成会は今、利用者様の毎日や職員の働き方をちょっとよくする、新しい取り組みを実践中です！



TOPICS

2

実践で学ぶ現場職員のための手引き 「シーティングガイドブック」が完成

平成会のシーティングアドバイザーを務める木之瀬隆先生に監修いただき、このほど、ケア従事者のシーティング入門書「シーティングガイドブック」を平成会で制作・発行しました。

ケア現場でも使いやすいコンパクトなA5サイズ、全32ページで、椅子編・車椅子編の2部構成。「シーティングとは何か」から始まり、評価やアセスメントの解説まで網羅しています。写真やイラストで読みやすく仕上げ、動画で見る事例も多数掲載。シーティングの基礎知識が

理解できる1冊となっています。

木之瀬先生には、原稿から動画の編集まで、限られた時間の中でご尽力いただきました。「平成会のアドバイザーとして10年ほど関わってきたが、ケーススターもわかりやすくまとめられるなど、取り組みを続けた職員の皆さんのがスキルを感じられる誌面となった」と言葉をいただきました。全職員への配布だけでなく、広く福祉関連従事者や一般市民の方にも手に取っていただけることを目指しています。



TOPICS

3

岡谷市の自衛消防隊消防操法大会 他企業含め、大会初の外国人職員が参加



10月5日(日)、「第45回自衛消防隊消防操法大会」が開催され、初期消火・通報訓練の部、屋内消火栓操法の部の2部門に、平成会より3チームが出場しました。

初期消火・通報訓練の部には、さわらびの外国人職員2名も出場しました。業務の間を縫って、真剣に練習を重ねました。

昨年に続き2回目の出場となった村上詩緒里さん(松風)は、エントリー全チームの総指揮者も務め、「前回より手際よく行え、成長できたと実感できる場になった。『すごかった。かっこよかった』との声をいただき、平成会の施設自衛消防は頼もしいと思っていただけるようなパフォーマンスができた。今後の自衛消防隊の活動については、自分だけではなく、周りの職員も巻き込んで組織全体の防火・防災への意識をよりよい方向へ改善していくたら」と話しました。



出場者

初期消火・通報訓練の部

松 風…村上 詩緒里・望月 和子
さわらび…ムハマド サイフディン プラヨギ・ジョンクレス プラゼティオ バンガラセン

屋内消火栓操法の部

岡谷和楽荘…田中 憲二郎
GHさわらび…藤村 剛
岡谷和楽荘…堀内 奈美江

シン・スタイル その2 仲間と集まる、毎日の楽しみ！

利用者様から「やりたい」と要望があった囲碁とマージャンは、メンバー集めから時間の約束まで、ご自分たちでされています。実は、利用者様が自分で考え、決めることが、今までなかなか実現できませんでした。利用者様自身が選択しやすく、毎日の楽しみをご自分で決める、そんな環境づくりをこれからも心掛けたいです。



せせらぎで初めて囲碁を覚えたよ。友だちが増えすぎて、せせらぎから出られなくなったり(笑)

最近よく眠れるようになった。点数を計算するのも勉強だしね



一緒にやる人の名前も覚えるし、知り合いも増えていいことばっかり

部屋でボーッとしている罪悪感がある。誰かと一緒に満足感がある



各施設からの
フォト絵日記!

PHOTO DIARY

フォトダイアリー

箕輪町

グループホーム わかな



やきそばパーティー

焼きそばパーティーを開催しました。皆さんで協力して、出来立ての焼きそばをおいしくいただきました。自然と笑顔が広がる、穏やかなひとときでした。

下諏訪町

グループホーム 縁

願い事、天まで届け！

今年も七夕に、それぞれの思いや願い事を短冊に書いて笹に吊るしました。そしてお屋には流しうめんを行うのが定番ですが、今年はできる方が少なく、趣向を変えて流しうめん風で提供しました。

岡谷市

介護老人福祉施設 さわらび

さわらび ヤングドライバー クラブ

地域の一員として交通安全を呼びかけました。後を絶たない交通事故が「少しでも減れば」との想いで参加しました。一人一人の交通安全への意識が交通事故抑制につながると感じています。



平成会の
管理栄養士がお届けする
あつたか
レシピ

vol.7

介護老人福祉施設 福寿苑

森 芽衣さん



しめじの生産が盛んな上伊那。福寿苑に近いファームテラスみのわから、地場産のしめじとさつま芋(紅あずま)を。りんご(秋映)は、お世話になっている辰野町の野澤フルーツ園から仕入れました。きのこの香り豊かに、だしをきかせた炊き込みごはんは食が進む人気メニュー。紅あずまはほくほく食感が特徴。秋映は甘みと酸味のバランスがいいりんごです。

今回の旬食材

しめじ

主な栄養素 カリウム、ビタミンD、ナイアシン、ビオチン
効能 便秘解消、大腸がん予防、コレステロール低下、骨の健康維持

地場産の秋の味覚が
いっぱいです!



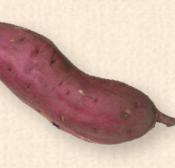
りんご

主な栄養素 食物繊維、ビタミンC、カリウム、ポリフェノール
効能 抗酸化作用、老化防止、むくみ予防、疲労回復
★ 野澤フルーツ園さんからは、梨も納品していただいています!



さつま芋

主な栄養素 食物繊維、ポリフェノール、葉酸、ビタミンC
効能 便秘予防、抗酸化作用、免疫力向上
★ 皮ごと調理するのがオススメです!



きのこたっぷり炊き込みごはん & さつま芋とりんごのヨーグルトサラダ

材料・作りかた(2人分)



きのこたっぷり炊き込みごはん

米 2合
しめじ 1パック(100g)
まいたけ 1パック(100g)
しいたけ 3個
にんじん 1/3本
油揚げ 1/2枚
しょうゆ 大さじ2
みりん・酒 各大さじ1
顆粒だし 小さじ1

1 しいたけは薄切り、まいたけ・しめじは一口大、にんじんは千切りに。
2 油揚げはキッチンペーパーで油を取り、ほどよい大きさに切る。

3 炊飯器に米、調味料、水(2合の目盛りまで)を入れて混ぜる。具材を広げてのせて炊く。

利用者様の声



炊き込みごはんをリクエストされた利用者様からは「子どもたちが好きでよく作ったよ」とのお話も。

さつま芋とりんごのヨーグルトサラダ

さつま芋 小1本(200g)
りんご 1個
にんじん 50g
レーズン 30g
★プレーンヨーグルト 75g
★マヨネーズ 大さじ1
★はちみつ 小さじ1
塩 ひとつまみ
こしょう 少々

1 さつま芋は皮付きの角切りにしてゆでる。りんごは食べやすい大きさに切る。
2 ★を合わせておく。
3 1、2、レーズンを混ぜ合わせ、塩・こしょうで味を調える。



利用者様の声



サラダは「初めて食べたけどおいしい」という声がありました。おしゃれな雰囲気で秋を感じていただけました。