

ラ・パス職員がつくる地域のための情報メディア

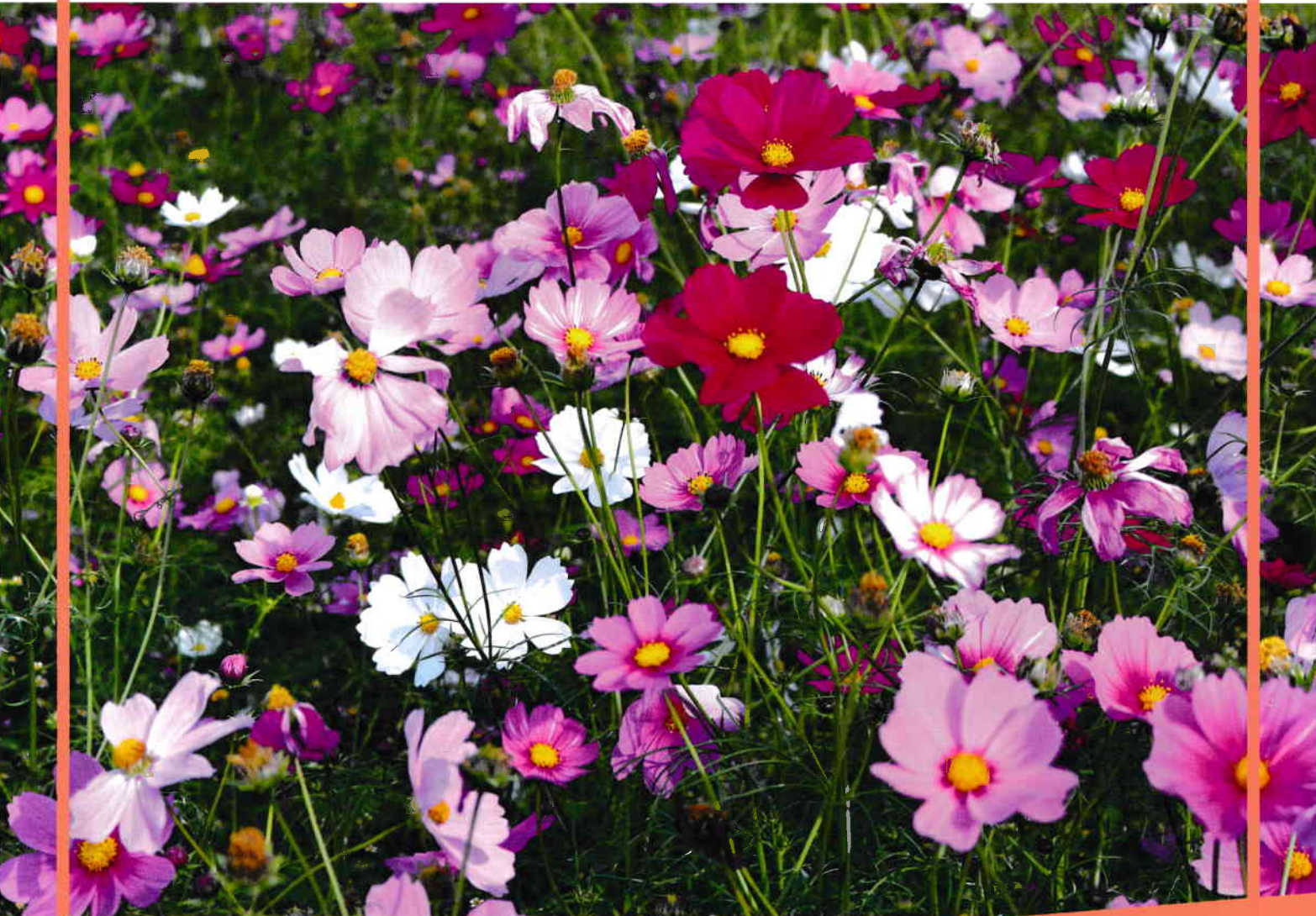
vol.8

2022/11/10

社会福祉法人寿泉会  
介護老人保健施設 ラ・パス

〒838-0061 福岡県朝倉市菩提寺183-53  
TEL0946-23-1322

# らぱすたいむず



秋も深まってきました。

小春日和のうららかな日が続いている今日この頃。秋風に揺れる濃淡のピンクや白、マーブル模様のコスモスが、気持ちを和らげてくれますね。気候のよい日が多いこの時期に秋の花々や紅葉など季節の絶景が楽しめる名所や、晩秋から始まる人気のイルミネーションスポットなど、地域のあちこちで見つけてみませんか？



当施設のホームページをスマートフォンやタブレット端末からもご覧いただけます。

## ラ・パスアルバム 令和4年 夏～秋

9/18に敬老会を実施しました。職員が、お一人おひとりに、長寿のお祝いの言葉を添えたフォトフレームを作成してお渡ししました。式典が終わり、テーブルに置かれたフォトフレームを手に取りメッセージを読まれるお姿はとても微笑ましく、周囲が和みました。これからも、ご利用者様からたくさんの学びをいただきながら、みなさんと一緒に楽しく笑顔で過ごしていきたいと思えます。



ご長寿お祝い敬老会



笑顔がいっぱい秋祭り



各地でさまざまなイベントがようやく再開されました。ラ・パスでも、入所様に楽しんでいただきたいと、秋祭りを開催しました。お菓子取り競争や職員による二人羽織、最後はおみこしも登場し、みなさんの笑顔があふれる時間となりました。その時に撮影した写真をアルバムにして、ご家族へお届けする準備にとりかかっています。

## 29年目のラ・パス

1993年10月に開設されたラ・パスは、今年で29周年を迎えました。開設当時から続いている年間行事のあれこれ。これからの季節は、お正月を迎える準備が始まります。餅つきや門松づくりなど、職員が力を合わせて楽しみながら行うイベントは、今ではすっかりラ・パスの伝統となりました。



平成6年4月発行の▶ラパスタイムズ創刊号を発見！



## 11月11日は介護の日

「いい日、いい日、毎日、あったか介護ありがとう」を念頭に、覚えやすく語呂の良い「いい日、いい日」の「11月11日」は介護の日とされています。

誰もが直面することになる介護の問題。一般の方々にも介護に関する知識や理解、認識を深めてもらいたいという思いから「介護の日」が制定されました。

この機会に一度、介護について身近な人と話し合ってみるのもいいかもしれませんね。



## 怒りのコントロール

アンガーマネジメントとは、「怒り」の感情を理解して上手にコントロールする方法です。「6秒数える！」これを身に着けることにより、一時の感情に流されず、平静を保つことができようになり、良好な人間関係が維持できるようになります。怒る必要のあることはうまく怒り、怒る必要のないことは怒らないようになりたいものですね。ラ・パスでも職員18名が研修会に参加し、怒りをコントロールする手法を学んできました。職場や家庭で生かしていきたいとの感想が聞かれました。

## からだの知恵袋

風が体にしみる季節になってきました。寒い時はほかほかお風呂に入って温まるのがいちばん！入浴には、リラックス効果があり、ストレスなどで疲れた体を休めてくれる効果があります。さらに、温浴効果によって手や足先などの末梢神経が拡張し、血行が促されたり、筋肉や関節が柔軟になったりすることで、体の疲れをとる効果があります。より疲労回復効果を高める入浴法をご紹介します。



- 湯につかり、手を握ったり、足をバタバタさせたりする。
- 手首からひじ、足首からひざに向けて手でマッサージする。水の中で手足を動かすことで、血液の巡りがよくなり、疲労物質の排せつが促されます。

## 職員紹介



40代女性

介護支援専門員(ケアマネージャー)

Q どんな仕事をしていますか？

A 居宅支援事業所のケアマネージャーとして、ご自宅で生活されている利用者の介護サービスの調整や、それに伴う計画書等を作成しています。利用者のご自宅を訪問し、ご本人やご家族の様子や困りごとをお聞きしたり、サービス利用の予定を説明したりしています。

Q これまでの経歴を教えてください。

A 大学の社会福祉学科を卒業後、知的障がい者の施設で働いた後、ラ・パスで介護職員として4年、施設相談員として11年勤務。R3年4月から現在の部署へ。産休・育休を3回取得しました。

Q 仕事のやりがいを教えてください。

A ちょっとした不安や困りごとを抱えていらっしゃる利用者様やご家族が、自分の提案したサービスで、安定した生活が送れるようになることがやりがいにつながります。

Q ひとこと

A 家族でユニバーサルスタジオジャパンに行くことを目指して、子供たちと一緒に節約、貯金を頑張っています。

## よかところ紹介



### ～筑前梨ノ木城～

筑前町弥永の住宅型有料老人ホーム筑前梨ノ木城では現在、入居者を募集しています。筑紫平野を一望できる窓からの景色は四季折々の表情を見せ、日々の暮らしに彩りを添えてくれます。施設内でのサービスも充実しており、安心してアクティブシニアライフをお楽しみいただけます。施設見学などのご希望がございましたら、お気軽にお問い合わせください。



☎ 0946-22-3939

### ホームページの紹介

社会福祉法人寿泉会のホームページにダイアリーのコーナーがあります。広報誌だけではお伝えすることが出来ない施設での取り組みや、日々の行事、職員の働く姿などを掲載しています。QRコードを読み取り、トップページのダイアリーからぜひご覧ください。Facebookともリンクしています。「社会福祉法人寿泉会」で検索してください。

ホームページはこちら▼



## タイ政府の視察団が来園されました。



高齢化が進んでいるタイでは、高齢者の多様な住宅の確保と高齢者福祉サービスの組み合わせ政策を推進しなければならない時代になっているそうです。今回、タイ政府から視察団の皆さまがラ・パスと筑前梨ノ木城にいらっしゃいました。高齢者に配慮した設計やデザイン、環境への配慮など、具体的な質問がなされ、興味深そうにメモをとったり、写真を撮影されていました。

## ワンポイント外国語講座

ラ・パスには、フィリピン、ミャンマー、日本の3つの国の職員が在籍しています。「こんにちは」を各国ではこう言います。



タガログ語

マガンダン アラウ



ミャンマー語

ミンガラバー

職場では、みんな日本語で会話をしています。

### 編集後記

1990年代を知る世代には懐かしい曲が、TikTokでヒットしているとか。若い世代に人気のバンドがカバーすると、それに合わせて「歌ってみた」や「踊ってみた」動画が多く投稿されているそうです。20代の職員に、「この曲知ってる?」と聞くと、「知ってます!」と返ってきます。来年の秋に30周年を迎えるラ・パスのイベントで、そんな彼女たちと一緒に、90年代のヒット曲で会場を沸かせたいと思っています月

私たち社会福祉法人寿泉会グループは5つの施設で構成されています。

介護老人保健施設 ラ・パス/介護老人福祉施設 甘木愛光園/住宅型有料老人ホーム 筑前梨ノ木城/グループホーム 愛らんど/軽費老人ホーム ケアハウス雅