ひだまり通信

創刊号
令和３年７月
いつもを いつまでも 老蘇会
011-676-3131

ひだまりエッセイ

「静明館診療所開設二十周年にあたって」

今年は静明館診療所開設二十周年にあたります。

実は現在のような地域交流空間の構想は診療所設立初期からありました。

当初は診療所の待合室のあった旧円山静明館９階に訪問診療先で介護にあたっているご家族を集めて介護者の集いをやる、というものでした。実際に訪問診療を始めてみると、介護にあたっているご家族は毎月決まった時間に診療所に集まれるほど暇ではないことがわかり、この計画は頓挫しました。

その次はデイサービスつるかめの場所を土日に地域開放するというアイデアがあって、つるかめコンサートとして結実しました。

食堂を地域の人に利用してもらおう、というアイデアも比較的初期からあり、亀の歩みながら着々と進んでいます。CD の栗山コレクションの地域開放も寄贈を受けた当初からの構想でした。そして４年前、現在位置に移転するにあたって、本格的な地域開放に使えるスペースを、という考えで建物一階の一番いい場所に地域交流空間を設けることが決まったのです。この空間をどのように目的にかなった形で活用していくかが現在の課題です。

医療法人財団　老蘇会
静明館診療所　院長　矢﨑一雄

今月の話題

「ひだまり通信」始まります!!

この度、静明館をご利用の皆様とコミュニケーションを深める目的で、「ひだまり通信」を創刊することとなりました。

「ひだまり通信」には、職員が書いたコラムと法人の情報を載せ、定期的にお手元にお届けする予定です。

地域の皆様にお役に立つ情報をはじめとして、静明館ってどんな事業所があるの?何をしているの?などをお伝えしていきたいと思っております。よろしくお願いいたします。

「ひだまり通信」編集担当
静明館ささえあう地域委員会

静明館からのお知らせ

〈認知症サポーター養成講座〉

「いつまでも住み慣れた地域で生活していきたい。」

認知症の方やその家族が地域で安心して暮らせるように、認知症についての正しい知識を持った理解者支援者である「認知症サポーター」を養成する講座を開催します。

令和3年8月24日(火)午後2時～3時30分
場所:静明館地域交流空間ひだまり(静明館1階)

まだ若干名の空きがあります。
ご参加をご希望の方はお問い合わせください。
静明館地域交流空間　☎011-688-6627

ひだまり通信

第７号

令和３年９月

いつもを いつまでも 老蘇会
011-676-3131

ひだまりエッセイ

〈小多機つるかめ避難訓練〉

８月２３日午後二時から通いの利用者様と共に避難訓練を実施しました。

救助袋の使い方の確認と火事の時の通報訓練、外に避難して水の入った消火器で消火訓練をしました。

静明館が円山から幌西地区に引っ越して3年、避難訓練も3回目となり、手際も良くなり利用者さんにも消火の練習をしていただきました。皆さん上手に火の的に放水されていました。私も毎年のように消火訓練を体験し、今では不安なく消火器も使いこなせるようになってきました。災害にあわないように祈りつつ、いざという時にはこの学びを活かせることでしょう。感謝です。

〈認知症サポーター養成講座〉

８月２４日に札幌市中央区第３地域包括支援センターから講師をお招きして認知症サポーター養成講座が行われ、ボランティア、町内の方、職員が参加しました。

認知症サポーターは何か特別なことをする人ではなく、認知症を正しく理解し、ご本人ご家族を温かく見守る応援団だと教えていただきました。認知症の方は何も分からない人ではなく、今まで知っていたことを忘れてしまい不安で悩んでいる人なので、認知症を正しく理解し気にかけてくれることが安心につながるからです。

孤独が社会問題となっている中、笑顔で気にかけてくれる人が増えることは安心して暮らすことができる町づくりとなることでしょう。

ささえあう地域委員会
小規模多機能型居宅介護つるかめ　丹野

静明館からのお知らせ①

〈第８回　チャリティコンサート in つるかめ〉

タイ北部山岳民族の子供たちが学校に通えるように支援するチャリティコンサートです。毎年このコンサートの寄付金で中学生5～6名を支援しています。

今年はタイとオンラインで繋ぎ子供たちの様子や近況を聞き、演奏を共に楽しみたいと思います。YouTubeで生配信いたします。皆様のご参加と心温まる寄付をお待ちしております。詳しい内容は裏面のチラシをご覧ください。

お問い合わせ
静明館地域交流空間　☎011-688-6627

静明館からのお知らせ②

〈第８回　いっしょにね！文化祭〉

西区にある三角山ラジオさん主催のイベントで、おかげさまで第８回目の開催となります。このイベントに演奏という形で当法人のスタッフも参加させていただいています。

障害のある人もない人も分け隔てなく楽しめる文化祭なので、このご時世の中ではありますが、できる限りの感染対策を行いオンライン等で開催する予定です。詳細は裏面のチラシをご覧いただき、是非配信を見ていただければと思います。

いっしょにね文化祭実行委員会　☎011-676-3955

ひだまり通信

第７号
令和３年11月

いつもを いつまでも 老蘇会
011-676-3131

ひだまりエッセイ

〈入職のご挨拶〉

7月に入職させていただきました医師、稲葉和紀子です。どうぞよろしくお願いいたします。

目の前で人がばったり倒れたときに、麻酔科の知識と技術があれば人のお役に立てるかもしれないと、卒業後は麻酔科をしておりました。その後主人の都合で海外に二十年近くいることになり、8年前に戻ってきてもやはり麻酔科を継続していました。ざっくりとおなかを切られても、足をゴリゴリ切られても、ぐっすり眠って、終わったらにっこり目を覚まし、「痛くないよ。ありがとう。」といってもらえる麻酔科はとてもやりがいのあるお仕事です。麻酔科のお仕事が好きでした。それと同時に心身に痛みを持つ患者さんの訴えを伺って、つらい痛みと一緒に戦うことの重要さも感じていました。痛みがあれば、心も暗くなり、人生に希望が無くなっていく方がとても多くいるのです。

すぐに良くなくならない痛みもいっぱいあります。ひどくなっていく痛みもあります。痛みまたは他の症状があっても、せっかくの一度きりの人生の大切な時間を有意義に過ごすことができるように一緒に考えていく。それができるなら、それは私にとって患者さんの人生という宝ものを共有することとなると思います。

患者さんの痛みだけではなく、身体も心もじっくりと診ていくことができるのが在宅医療です。静明館で患者様の大切な人生の一こまを医療の介入ということでご一緒させていただけることは本当に感謝なことであり、身の引き締まる思いがしています。患者様一人一人に合った適切な治療を行っていくことができるように、他の医療機関の方々、周りの皆様、また患者様から多くのことを学びつつ働かせていただきたいと思っております。

どうぞよろしくお願いいたします。

静明館診療所　医師　稲葉和紀子

北海道新聞に掲載されました

職員の体験が、新聞に掲載されました。

新型コロナウイルス感染症は、医療や介護の現場に様々な課題を投げかけています。私たちも常に悩みながら、できる限りの注意をし利用者様のケアを行っています。

記事を裏面に掲載しております。ご一読いただければと思います。

お問い合わせ
静明館地域交流空間　☎011-688-6627

静明館からのご報告

≪いっしょにね文化祭報告≫

北翔大学のホールにて、第8回「いっしょにね文化祭」が開催され、法人として3回目の出演をしました。来場された方への検温や手指消毒、入場者数を減らす、換気などの対策を行いながら、無事に終了することができました。障害を持つ人もそうでない人も、共に同じステージに立ち、日ごろの研鑽の成果を発表しあう。今後もその活動へ少しでも協力し、地域活動に貢献できればと思っています。

≪チャリティコンサートin つるかめ≫

タイの子供たちを支援する年1回のチャリティコンサートを今年もオンラインで開催しました。タイの子供達とタイムリーに同じ時間を共有できるのも、コロナ禍での副産物でした。視聴していただいた皆様、募金していただいた皆様、本当にありがとうございました。

ささえあう地域委員会

在宅で高齢者を介護する家族が、新型コロナウイルスに感染した際の対応が道内で課題となっている。介護のため自宅療養を続け、症状が悪化したケースもある。道は民間施設に高齢者を受け入れてもらう制度を設けているが、適用条件が厳しく、周知もされていない。介護関係者は「介護者が療養に専念できるよう、高齢者の受け入れ態勢の整備が急務だ」と訴えている。（阿部里子）

同居家族がコロナ陽性

高齢者介護 足りぬ支援

受け入れ態勢整備急務

自宅療養で悪化

「高校生の息子におむつ交換を任せるわけにはいかず、親を置いて入院することはできなかった」。札幌市豊平区の団体職員の女性（47）は、脳梗塞で半身不随の母親（71）と、高校3年と1年の息子2人との4人暮らしで、3月末に陽性が判明。保健所からは介護を息子に頼んで入院するよう指示されたが、自宅療養しながら、保健所を通じて母親を受け入れてくれる病院を探すことにした。

息子たちと接触しないよう2階の部屋で寝起きし、1日4回は1階の母親のおむつを交換。2重マスクと手袋を付け、飛沫（ひまつ）を防ぐためできるだけ息を止めた。陽性判明から3日後には熱が39度近くまで上がり、食欲も減退。息子たちはスマートフォンで何度も「早く病院に行って」と訴えたが、介護を続けた。

8日目に母親の受け入れ先が見つかり、自身も入院した。幸い母親と息子たちは感染しなかった。

女性は2週間で退院したが、症状が悪化して再入院。エックス線検査で肺の下半分が真っ白になり、肺炎が進んでいた。「医師や看護師から『死んじゃうところだったよ』と言われて怖かった」。6月に仕事復帰してからも息苦しさなどが続いた。「母を早く預けられれば、早く入院できて、症状も軽かったのかも」と嘆く。

脳梗塞の後遺症で体が不自由な母親を支える札幌市豊平区の女性。今春に新型コロナウイルスに感染した際も自宅療養をしながら母親の介護を続けた

制度周知されず

道は今年2月、在宅介護する家族が感染した際に、民間施設に高齢者を受け入れてもらう事業を始めた。ただ、介護者以外の家族がいる場合は利用できないなど条件が厳しく、道のホームページなどに事業の説明はない。女性も「受け入れ事業があることは保健所から知らされなかった」という。

道高齢福祉課は、積極的に周知しない理由を「感染者と同居する高齢者を受け入れることで施設側のリスクが高まり、負担になる」と説明。「調整は各保健所が行っている」として、利用実績も明らかにしていない。

札幌市保健所は「介護者が感染すると高齢者は濃厚接触者になるため、病院や施設で受け入れてもらえない場合もある」といい、介護のため自宅療養せざるを得ないケースはほかにもあるという。市内で特別養護老人ホームを運営する社会福祉法人職員も「家族の面会も断っている中、外部の人を預かって感染を広げるわけにいかない」と打ち明ける。

高齢者に対するワクチン接種が進む一方、親を介護する世代への接種は進まず、感染力の強い変異株「デルタ株」が拡大。在宅介護中の感染リスクは依然として高い。高齢者介護に詳しい淑徳大の結城康博教授（社会福祉学）は「行政はホテルなどに高齢者を介護できる施設を設けて、既存施設への負担がかからない態勢を整え、介護者も安心して療養できる仕組みをつくるべきだ」と指摘している。

ひだまり通信

第４号

令和４年１月

いつもを いつまでも 老蘇会
011-676-3131

ひだまりエッセイ

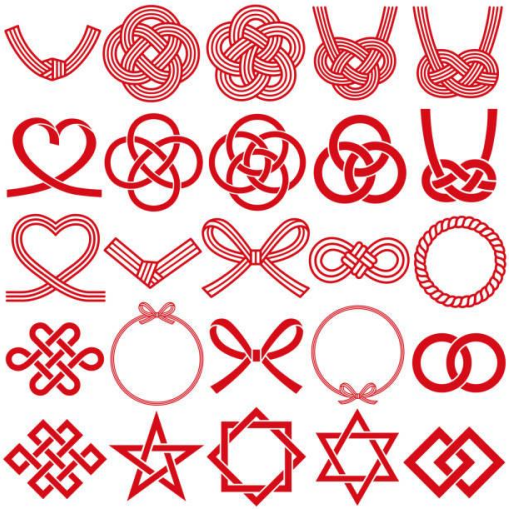
この通信を読んで下さる中で、静明館の訪問診療を受けられている患者さん・ご家族に「初めまして」と最初にお会いしているのが私たち医療ソーシャルワーカーです。

私たちが担う業務は、訪問診療の説明と同意・契約、訪問看護・介護やケアマネジャーを探したり、市役所の保健師や施設職員から医療相談を受けたり、訪問患者さんの入退院の調整、医療費や制度の相談などに関わっています。

患者さんやご家族と医療・介護のサービスや制度を探し結ぶ役割を担うことから「地域連携部むすびめ」と名付けました。患者さんの希望と提供されるサービスが『蝶々結び』のように相似形になり…羽は大きく、結び目は固くなるように…人と人を結んで繋げていけたらいいなと思いながら、日々の業務にあたっています。

医療や介護に関し困っていることがあったら一度相談してみて下さい。一緒に考えて解決に向かう糸口を探します。

地域連携部むすびめ
医療ソーシャルワーカー
田上・渡邊



幌西地区連合町内会50周年プロジェクト

≪第1回　意見交換会に参加してきました≫

静明館は、幌西地区連合町内会内の幌西第3分区町内会に属しています。幌西地区連合町内会は令和4年に50周年を迎えるとのことで、記念プロジェクトの意見交換会にお声がけいただき参加してきました。

第1回は、「幌西地区の思い出・いま・未来」をテーマにこの地区の歴史を振り返り、その後5つのグループに分かれて意見交換をしました。

幌西地区は教育環境が充実した「文教地区」として子供たちを大切にし、個性のある住宅や店舗が魅力的な地域であることがわかりました。また、この地区の未来への夢として、交流の場をひろげることや古きをつなぎ新しいことにも取り組む、暮らしやすい町でありつづけたいとの意見が出ました。

意見交換会は第2回、第3回と続き、話し合われた事柄は50周年事業に向けて活かされるそうです。第2回は令和4年1月19日に開催、第3回は2月に予定されています。幌西地区連合町内会に所属されている方はぜひご参加ください。

ささえあう地域委員会
『幌西地区連合町内会50周年プロジェクト』
札幌市幌西まちつくりセンター
札幌市中央区南十一条西十四丁目
電話　011-561-3256

ひだまり通信

第５号
令和４年３月

老蘇会
011-676-3131

ひだまりエッセイ

「あいのて」という住宅の愛称は移転前の円山静明館時代に職員の公募にて決まった名称です。

診療所からの医療をはじめ、看護・介護など併設された事業所から多彩なサービスを受けることができ、ご希望によりお食事を提供しています。

「あいのて」は、職員家族や職員が「将来入居したい終の棲家をつくろう」の思いで始まり、みんなが共存してここで生活をしながら支えあっていく事を目的として発展してきました。他にはあまりない高齢者住宅としての役割を果たし、移転を機に今のサービス付き高齢者向け住宅へ変わっていきました。

静明館診療所も二十周年を迎えますます発展をしていく中で、老蘇会らしいサービス付き高齢者向け住宅はどうあるべきかをいつも考えながら、住宅の皆様が安心して「その人らしい生活」をしていく事をめざし日々支援をしています。

「いつでも遊びにきてくださいね。困ったことがあったら相談してくださいね。」

気軽に皆様がここに来ることができるような開かれた場所になれればと思っています。

サービス付き
高齢者向け住宅　あいのて
相談員　小泉雪絵

ひだまり通信からのお知らせ

「俳句・川柳」募集します!!

「ひだまり通信」で、俳句・川柳を発表しませんか。

日々の暮らしのひとコマ、うれしかったこと、楽しかったこと、心に残ったことなどテーマは様々です。毎号1～2句を掲載し、年末にその年の最優秀賞を選びたいと思います。

作品は静明館職員に渡していただくか、左記の連絡先までご応募ください。

あなたのとっておきの一句をお待ちしております。

《送付先》
〒064-0914
札幌市中央区南14条西18丁目5-33
FAX　011　676　3132
メールアドレス　seimeikan.community@gmail.com

静明館ささえあう地域委員会
ひだまり通信編集担当　中村明子

編集後記

今年の冬は、かつてないほどの大雪でした。雪が全て溶けてなくなるまで例年より時間がかかるかもしれないと思いつつ、きたる桜の季節を楽しみに過ごしています。

ひだまり通信

第６号
令和４年５月

いつもを いつまでも 老蘇会
011-676-3131

ひだまりエッセイ

令和3年度介護報酬改定ですべての介護サービス事業者を対象にＢＣＰ（事業継続計画）策定が義務化されました。

突然ＢＣＰと言われてもなんのことかわからない方もいらっしゃるかと思い、今回はＢＣＰについてのご紹介させていただきます。

ＢＣＰとは感染症の発生やまん延、災害等が発生し、事業継続が困難、または中断した場合でも、できるだけ早期に事業を再開させるための計画のことです。法人の職員全員が意見を出し合って計画を立てる過程がとても大切だと考えています。

老蘇会では昨年度からＢＣＰ策定を進めております。

今後は関連事業所の方々や地域の方々と、災害等の発生時に地域で「どのような対策がとれるか」「どのような備えが必要か」などを検討できるよう、地域の中心的な役割を担えればと考えております。ご協力いただけると幸いです。

老蘇会　災害対策委員会
委員長　長田慎吾

「ボランティアさんにきいてみた」

老蘇会は、多くのボランティアさんに支えられています。「ボランティアをはじめたきっかけ」はどんなことだったのでしょう。今回は小規模多機能型居宅介護つるかめで活動中のボランティアさんに教えていただきました。

「ボランティアを始めたきっかけ」

私が介護の事を考えるようになったのは、父が住む実家への帰省がきっかけです。二十年前に脳梗塞を患い、介護認定にならずとも明らかに人の助けがないと日常生活が送れない状態、それを世話する母の姿をみて「これは誰にでも起こりえることだ」と実感をしました。

私もサラリーマン生活も残り十年を切り、退職後にどうしたいか、又世話になった両親の力になりたいという気持ちから介護職員初任者研修を受けました。驚いたのは受講生が二十～三十代と、若い年代の方が関心を持っていることです。

そこで半年学んだことを少しでも生かしたい気持ちから、ボランティアを探していたところ老蘇会さんとのご縁がありました。コロナ禍における回数が限られた中でしたが、貴重な体験をさせて頂いたことに感謝をしています。

この経験を生かしつつ、いつかこの業界に携わっていければと考えております。

つるかめボランティア　柴山

ひだまり通信

第7号

令和４年７月

老蘇会
011-676-3131

ひだまりエッセイ

「小規模多機能型居宅介護支援事業所つるかめ」この長い名称になったのは法人が移転した平成30年11月からです。「通い」「訪問」「泊り」と多機能の介護サービスを行える介護事業所として、併設しているサ高住あいのてや中央区にお住いの利用者さんにサービスを提供しています。

昨年のコロナクラスター発生時は地域利用者さんのサービス提供ができなくなったり、ボランティアさんの活動を制限せざるを得なかったりと厳しい状況が続きました。また、事業所として職員、利用者さん、他のサービスの事業所の方、ボランティアさんなど、いかに周りの方々にささえられているかをあらためて知ることとなりました。

そして強く感じたのは「集まる場所の大切さ」です。「少しずつみんなが戻ってきているね。うれしいね。」これはある利用者さんの一言です。その人その人利用の目的は異なりますが、その人らしく楽しい時間を、そして安心して過ごす場所がある。その場所は、職員も利用者さんもボランティアさんにとっても大切だと、コロナが明けてきて少しずつ日常生活が戻ってきている中で改めて感じています。これからも地域の介護に貢献していく上で大切にしていきたいと考えています。

小規模多機能型居宅介護
つるかめ
管理者　板橋直之

「いっしょにね！ 文化祭」

こんにちは。札幌市西区のコミュニティFMラジオ局・三角山放送局スタッフの山形です。今回は、私たちが事務局を務める「いっしょにね！文化祭」についてご紹介します。

いっしょにね！文化祭は、障がいのある人、ない人が、みんな一緒に参加し、お互いの日々の研鑽の成果を披露しあう生涯学習発表会。歌やダンス、バンド演奏などのステージは発表や絵画、工芸品の作品展示など、出演者も出展者も観客の皆さんも、誰もがいっしょに楽しむ文化祭として、平成26年から毎年開催しています。

9回目となる今年は、10月1日(土)12時から北翔大学　札幌円山キャンパスで開催します。入場無料ですので、皆さまお気軽にご参加いただき、「いっしょに」楽しみましょう。

※当日会場の様子をユーチューブでライブ配信します。「いっしょにね！文化祭」チャンネル登録、よろしくお願いします！

矢崎院長率いるタートルズが今年も参加します。ぜひ配信をご覧ください！

文化祭
QRコード

紙芝居ボランティア

不定期で、紙芝居ボランティアさんが読み聞かせに来てくれています。

どの紙芝居を読んでもらうかは、利用者さんのリクエストです。昔話や子供の頃の記憶などを思い返しながら楽しい時間をすごしました。

小規模多機能型居宅介護つるかめ

ひだまり通信

第８号
令和４年９月

いつもを いつまでも 老蘇会
011-676-3131

ひだまりエッセイ

平成30年に円山から現在の場所に移転してきた時、静明館1階に「静明館地域交流空間ひだまり」ができました。

その名の通り、地域の方と静明館の交流の場、地域づくりの場として活用しよう！と始まりました。どうしたら地域の方に来てもらえるか。（新型コロナウイルス流行前は）クラシックコンサートやビアガーデン、医療介護職の皆様との勉強会、介護食の調理実習、など少しずつ活動を広げてきました。

「訪問診療とは何だろう」「訪問看護ではどのようなサービスを受けられるのだろう」「小規模多機能型居宅介護って？」「介護保険を使いたいと思うけれど、ケアマネージャーはどこにいるのかしら」「一人暮らしが心細くなってきたので、高齢者住宅を考え始めた」など、住み慣れた場所で可能な限り生活していきたいという思いを支えていくために、地域の方の相談窓口になれればと思っています。

介護予防のための「シニア健康教室ひだまりの会」も月に1回開催中です。こちらは現在定員満杯ですが、近場の健康教室のご案内もできます。ご希望の方はお声掛けください。

新型コロナウイルスの流行が落ちついたら、「静明館食堂いつもの」のランチも食べに来てもらいたいと野望を抱きつつ、日々活動しています。

静明館地域交流空間ひだまり
保健師　中村明子

老蘇会のホームページが新しくなりました！

医療法人財団老蘇会のホームページが新しくなりました。「見やすく、シンプルで、温かみのある」をコンセプトに、老蘇会の活動が伝わるようなホームページができたと思っています。みどころは「老蘇会のヘンテコ」です。医療介護サービスだけではない様々な活動を載せていきます。ご覧いただけると嬉しいです。

≪連絡・お問い合わせ先≫
老蘇会ホームページ委員会　中村
☎ 011-688-6627

ホームページを見るには「老蘇会」で検索してください。
QRコード

いっしょにね！文化祭

ひだまり通信7月号で紹介しました10月1日(土)開催の「いっしょにね！文化祭」のチラシができました。この通信の裏面に印刷しています。お時間のある方は是非オンラインでご視聴、応援していただけると嬉しいです！

ささえあう地域委員会　板橋

HOKKAIDO ARTS FOUNDATION
公益財団法人 北海道文化財団

第9回

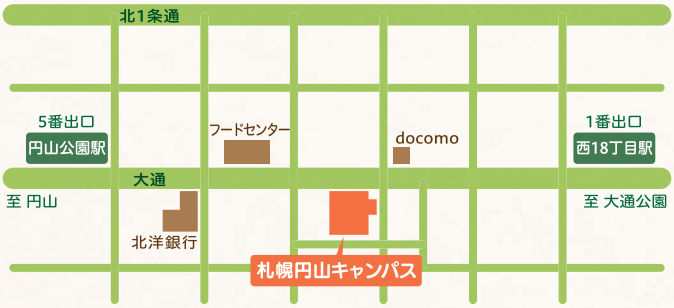
いっしょにね！文化祭

障がいのあるひと ないひと いっしょに楽しむ発表会

ダンス、歌、バンド演奏などのステージ発表
絵画、工芸品などの作品展示
日々の研鑽の成果を発表しあう場

日時 令和4年 **10月1日(土)**
12:00～15:30(11:30開場)

会場 **北翔大学 札幌円山キャンパス**
札幌市中央区南1条西22丁目1-1
(地下鉄東西線「西18丁目」駅下車徒歩5分)



※会場には駐車場がございません。公共の交通機関をご利用いただくか、周辺のコインパーキングなどをご利用下さい。
※新型コロナウイルスの感染状況によっては、開催中止もしくは会場が変更となる場合がございます。ご了承下さい。

画：社会福祉法人　ともに福祉会　阿部祐士

YouTube

当日、会場の様子をYouTube Liveで配信します！

●主催　特定非営利活動法人三角山
(「いっしょにね！文化祭」実行委員会)／北翔大学
●共催　公益財団法人北海道文化財団
●後援　北海道／札幌市

●助成　公益財団法人あすなろ福祉財団／札幌市 さぽーとほっと基金 助成事業
●協力　札幌市身体障害者福祉協会／ＮＰＯ北のユニバーサルデザイン協議会ＮＵＤＡ／北海道手をつなぐ育成会／札幌市手をつなぐ育成会／さっされん（元気ショップ）／北海道共同募金会／札幌市共同募金委員会／三角山放送局

●お問い合わせ
いっしょにね！文化祭実行委員会事務局
〒063-0841　札幌市西区八軒1条西1丁目
1-26-402　NPO三角山 内
TEL 011-676-3955　FAX 011-621-9458

ブログ　Facebook

ご来場の皆様へ
・マスクの着用や手指消毒の徹底、会場での検温にご協力をお願いします。
・検温の結果37.5度以上の発熱が確認された場合や、息苦しさ、強い倦怠感など体調がすぐれない方はご入場をご遠慮いただきます。
・感染拡大防止対策として入館名簿（名前・住所・電話番号）へのご記入をお願いします。

ひだまり通信

第９号
令和４年11月

いつもをいつまでも 医療法人財団 老蘇会
南14条西18丁目
011-676-3131

ひだまりエッセイ

新型コロナとスーパーマリオ

新型コロナウイルス感染症が流行しています。高齢者にとってはまだまだ大変な病気です。

静明館診療所では発熱外来をしていて、新型コロナウイルス感染症患者の診療をしています。よく罹患してから10日以上が経過して、隔離期間が終了してから外出などして良いのか、人に感染させる危険はないのかと質問があります。

10日以上経過して発熱などの症状がなければ感染させないと言われています。また、罹患後はしばらく（1～2ヶ月くらいのようです）は、新型コロナウイルスに罹患することもありません。隔離期間が終了した頃は新型コロナウイルス感染症には感染もしないし、感染もさせない無敵状態になります（もちろん他の感染症には罹る可能性はありますヨ）。

テレビゲームのスーパーマリオがスターをゲットしたら、全身が光り出し敵を寄せ付けない「無敵マリオ」になります。もちろん新型コロナに罹患しない方が良いのですが、これだけ流行しているときっと罹患することもあります。「無敵マリオ」の間は外出を多くして、隔離期間で鈍った体をリフレッシュしてみることをおすすめします。チャラッラ、ラララッラーン

静明館診療所　医師　大友 宣

無敵マリオ

「ひだまりギャラリー」

静明館の1階、入り口からエレベーターまでのスペースで地域の皆様のアート作品を展示しています。10月は、高齢者住宅に入居されている方の「書」を、11月は北区にある障がい者デイサービスの「ダイタイ染め」を展示しています。展示は不定期ですが、高齢者住宅に住んでいる方々やご家族様、通いサービスで施設にくる方々、何より職員が楽しんでいます。

〈デイサービスムーチョさんから〉

令和元年に開所した当時から行ってきた活動の1つがタイダイ染めです。ムーチョのメンバーがボトルに入った染料を白い布にかけ、色付けていきます。色が混ざり合い、仕上がった時はいつも驚きがあります。

みんなで楽しむ事を大切に活動しています。

発行：医療法人財団 老蘇会
静明館診療所
サービス付き高齢者向け住宅あいのて
静明館訪問看護ステーションののはな・そらいろ
小規模多機能型居宅介護つるかめ
老蘇訪問介護事業所
静明館居宅介護支援事業所はれのひ

ひだまり通信

第10号
令和５年１月

011-676-3131

ひだまりエッセイ

訪問看護というサービスをご存知ですか？自宅など生活を送っている場に看護師などが訪問するサービスです。老蘇会には中央区に静明館訪問看護ステーションのはな、西区にそらいろサテライトという事業所があり、16名の看護師と３名の理学療法士が訪問看護サービスを提供しています。

看護師が来てなにをしてくれるの？入院すると病院で看護ケアを受けますが、それを家でしてもらうとイメージしてもらって構いません。病気や症状の状態を把握して必要な対処をしたり、自宅で点滴をしたりなどの医療行為も可能です。大きく違うのは生活の中に入らせていただきますので、よりその方の生活や考えなどに寄り添った看護ケアを提供できるという点です。退院したがひとり暮らし、体調になにかあったときのことが心配、いろいろな病院から薬をたくさんもらっており忘れずに内服するのが大変、最近母親の元気がなく食べる量が減ってきた、どうしたらいいのだろうと不安…そんなときには訪問看護を利用すると、一緒に考え解決することができるかもしれません。

利用できるのは病気や障がいがあって主治医に訪問看護が必要と判断された方になります。看護師に相談できたらいいなと思うことがあれば、まずはお話しをお聞かせください。

静明館訪問看護ステーション
のののはな
管理者　畠中千文

「オンラインでクリスマス会」

昨年末の話となりますが、サービス付き高齢者向け住宅「あいのて」の入居者さんたちとクリスマスコンサートを企画していました。ところが新型コロナウイルス第８波が始まり、感染の予防も考えて今回は事前に録画をしたタートルズ演奏を動画で見ていただきました。※タートルズは当法人と繋がりのあるメンバーで結成され、活動している多楽器演奏グループです。

写真はクリスマス会で演奏動画を見ている入居者さんと当日に感染対策を講じながら行ったケーキ作りの様子です。

なかなか終息の見えない新型コロナウイルスの状況ですが、コロナ禍で身近になったオンラインなどを活かしながら、季節を感じる行事をこれからも行っていきたいと思います。

ささえあう地域委員会
委員長　板橋直之

クリスマスケーキつくり

動画で楽しみました！

タートルズ演奏の様子

発行：医療法人財団 老蘇会
静明館診療所　静明館訪問看護ステーションのののはな・そらいろサテライト　サービス付き高齢者向け住宅あいのて
小規模多機能型居宅介護事業所つるがめ　老蘇訪問介護事業所　静明館居宅介護支援事業所はれのひ

ひだまり通信

第11号
令和５年３月

011-676-3131

ひだまりエッセイ

「静明館食堂いつもの」は、あいのて入居者さん、つるかめ利用者さん、職員の食事を担っている部署です。

始まりは、円山静明館の住宅にあった普通のキッチンでした。その時から一貫して思うことは、食べる人に喜んでもらえることが作る私達の幸せということです。

施設の給食でも、家庭で食べているような食事を用意したい。お母さんのように、食べる一人ひとりの状態や好みを理解して、そこに沿って用意していくという心を大切にやってきました。

メニューを考えるときや実際調理するときには常に食べる人を思い浮かべ、盛りつけるときにも単にお皿に盛り付けるのではなく、その先の食べてくれる人まで思いを届ける。そんな気持ちを大切に、これからも食べた人が幸せな気持ちになってくれることを願って用意していきたいと思っています。

静明館食堂いつもの
給食特殊料理専門調理師
若原　英子

「つるかめで楽しくボランティア」

小規模多機能型居宅介護事業所つるかめでは、日々の活動にボランティアさんのお力を借りています。その縁を結んでくれている札幌市中央区社会福祉協議会の芳賀さんに一言いただきました。

＊＊＊＊　＊＊＊＊　＊＊＊＊

２月のある日、小規模多機能型居宅介護事業所つるかめで、なごやかにマージャン卓を囲む男女４人の姿がありました。そのうちの男性一人は、「マージャン相手のボランティア」として週1回、つるかめに通っている方です。

札幌市中央区社会福祉協議会では、区内の施設・団体等からボランティア募集情報を提供して頂き、ボランティア活動を希望する方へ活動先を紹介しています。コロナ禍で、活動制限された時期もありましたが、つるかめさんには、これまでも趣味活動の相手やお茶出し等のボランティアを多数受け入れていただき感謝しています。

いつもあたたかく迎え入れくださる利用者さんとスタッフの皆さん。ボランティアさんにとっても楽しい大切なひとときとなっています。これからもよろしくお願いいたします。

札幌市中央区
社会福祉協議会
芳賀　浩子

発行：医療法人財団 老蘇会
静明館診療所　静明館訪問看護ステーションののはな・そらいろサテライト　サービス付き高齢者向け住宅あいのて
小規模多機能型居宅介護事業所つるかめ　老蘇訪問介護事業所　静明館居宅介護支援事業所はれのひ

ひだまり通信

第17号
令和５年５月

いつもを いつまでも 社会福祉法人 月寒 老蘇会
011-676-3131

ひだまりエッセイ

医療法人財団老蘇会のホームページを令和４年５月にリニューアルしました。

ホームページを作る時に「誰が見るのか」を考えて、①患者・家族 ②医療と介護の関係事業所の方々 ③老蘇会で働きたい方 ④地域住民の４つを想定しました。

全体のイメージを「柔らかくほんわかした」ものになるように色味を考えて、余白を取り入れて見やすいことを大切にしています。法人が創業当時から大切にしている変わらない思いや老蘇の意味、めざすことや大切にしている価値観、使命などが見ている方に伝わるように表現できていれば幸いです。

老蘇会の特徴を知ってもらうために医療・介護事業という本業以外の活動を「老蘇会のヘンテコ」として紹介しています。

採用の情報も随時更新しています。私たちと一緒に働きたい方がいらっしゃいましたらホームページの問い合わせよりご連絡ください。

これからは地域の住民の皆様が求めている情報をどのように発信していくかを考えていく予定です。是非見に来てください。

ホームページ委員会
委員長　中村明子

老蘇会ホームページ

「ボランティア活動所感 Nさんとの206局の囲碁対決」

囲碁の相手ボランティアとして札幌市中央区社協の担当者と「つるかめ」を訪れたのは2016年5月のことでした。当時の管理者との面接後に囲碁のお相手となるNさんとも対面し、週1回のボランティア活動が始まる事となりました。

Nさんと1年半にわたっての206回もの対局は、50年あまり5万回ほどの対局をこなしてきた私にとっても楽しく充実した一時期であったことは忘れることができません。Nさんが時々昼食時に話してくれた人生訓は、私の知らない経営者感覚の話もあり興味深く有意義に聴かせてもらい「この人に逢えて本当に良かった」と思う日々でした。

つるかめではレクリエーションのサポートなど職員の補助的(介護以外)な事のお手伝いをさせてもらうこともあります。他の施設ではレクリエーションがある日は「ボランティアさんはお休みです」と言われることもありますが、つるかめでは「レクリエーションがあるので予定を空けておいてください」と言われます。平等に扱われているなと感じます。

人の話の聞き方、明るく優しくできることの大切さ、笑顔を絶やさずに利用者さんに安心してもらうことの大切さ、「ありがとう」の感謝の気持ちを忘れないことを学ばせてもらっています。

小規模多機能型居宅介護事業所つるかめ
ボランティア　川上　恒雄

発行：医療法人財団 老蘇会
静明館診療所　静明館訪問看護ステーション　ののはな・そらいろサテライト　サービス付き高齢者向け住宅あいのて
小規模多機能型居宅介護事業所つるかめ　老蘇訪問介護事業所　静明館居宅介護支援事業所はれのひ

ひだまり通信

第17号
令和5年7月

011-676-3131

ひだまりエッセイ

今回、ひだまりエッセイを書くという話をいただき総務とはなんだろう?と改めて思い、調べてみました。ざっくりというと「会社や法人を運営していく上で欠かせないなんでも屋」ということでした。

確かに、私たち総務は老蘇会のなんでも屋だなと感じます。人事労務や経理、施設管理や物品・OA機器の保守といった法人の事務はもちろんのこと、このひだまり通信が同封されている請求書や領収書の作成も総務で行なっております。

なんでも屋ということもあり、デスクワークだけにとどまらず走り回っていることも老蘇会総務の特徴かもしれません。あれが足りない、ここの調子が悪いとなれば出向いて確認を行ったり、不足分を補充したり。時には館内のカーテンを洗濯したり、つるかめの娯楽にしれっと参加していたりとなんでも屋の名前通りなんでもします。

大変なことも多々ありますが総務が頼られている証拠だなと嬉しい気持ちや充実感を味わえるのも老蘇会総務の醍醐味かなと思います。そんな私たち総務は今日も老蘇会のなんでも屋として走り回っています。

医療法人財団 老蘇会
総務部 晴山 弘子

3年ぶり! つるかめ なんでも寿司

目の前でどんどん握られるお寿司。まぐろ、エビ、サーモン、玉子、稲荷寿司、かっぱ巻きと皆さんが好きなネタを揃えてみました。

ご都合のつくご家族にも参加してもらい賑やかに開催。コロナ禍で食事のレクリエーションは出来ずにいましたので3年ぶりの開催です。

今後は利用者さんのみならず、ご家族も含めた様々な催しを行っていきたいと思っています。

つるかめコンサート

静明館診療所院長 矢崎が率いるごちゃまぜ音楽隊「タートルズ」のコンサートが5月20日(日)にありました。あいのての入居者の皆様をお招きして1時間ほどの演奏会でした。

フルートやトランペットの管楽器、ギターの弦楽器、ドラムの打楽器とまさにごちゃまぜの音がひとつのハーモニーを奏でる日曜のひと時を皆で楽しみました。

演奏の一部はこちらのQRコードを読み込むとご覧になれます。

発行: 医療法人財団 老蘇会
静明館診療所　静明館訪問看護ステーションのはな・そらいろサテライト　サービス付き高齢者向け住宅あいのて
小規模多機能型居宅介護事業所つるかめ　老蘇訪問介護事業所　静明館居宅介護支援事業所はれのひ

ひだまり通信

第14号
令和５年９月

011-676-3131

ひだまりエッセイ

ひだまり通信第10号でも紹介させていただきましたが、老蘇会の中には中央区に『ののはな』、西区に『そらいろサテライト』の２か所の訪問看護ステーションがあります。ののはなが本店、そらいろが支店のようなイメージです。今回はそらいろのお話をさせていただきます。

そらいろは琴似にあり、看護師６名、理学療法士１名の計７名のスタッフがいます。

西区を中心に、西区に隣接する中央区、北区、手稲区の一部に訪問しています。地域の病院・クリニックや在宅サービスの方々と連携しながら、住み慣れた地域で安心して暮らせるように看護サービスを提供しています。

仕事上、車での移動が多いので、駐車場の草むしりや雪かきが大変ですが、力を合わせて行っています。

スタッフは食べる事と楽しむ事が大好きなので、お誕生会や季節の行事を開催し、笑顔の多い職場です。

静明館訪問看護ステーション
ののはな　そらいろサテライト
所長　佐藤　歩

小さな花火をひっそりやる会

過ぎゆく夏を惜しみ、つるかめ・あいのて利用者さんと納涼花火大会をしました。ご近所のことも考えて鳴り物の花火は控えて、手持ちの花火やドラゴン花火など楽しみました。

ご利用者さんのリクエストもあってシャボン玉もしました。皆さんやってみたいことが沢山あるのだなと感じます。

便乗して、職員も一緒になり子供の頃を思い出してはしゃいでしまいました。

季節を楽しむ行事はこれからも大切にしたいと思っています。

つるかめコンサート

2019年以来３年ぶりに、元札響のヴァイオリニスト大森潤子さんをお招きして11月５日(日)にコンサートを行います。

場所は静明館地域交流空間ひだまりです。入場料は1,000円で、観覧ご希望の方は事前申し込みが必要となります。詳しくは別紙のチラシをご覧ください。素敵な演奏を一緒に楽しみませんか。

発行：医療法人財団 老蘇会
静明館診療所　静明館訪問看護ステーションののはな・そらいろサテライト　サービス付き高齢者向け住宅あいのて
小規模多機能型居宅介護事業所つるかめ　老蘇訪問介護事業所　静明館居宅介護支援事業所はれのひ