

# OH! 美事通信

2014年(平成26年)5月1日発行

第1号

発行所 **デイサービス美事**  
〒390-0828  
長野県松本市庄内3丁目4番41号  
TEL. 0263-31-6677

**エアウォーターグループ**  
生活アシストセンター松本 1階  
FAX. 0263-31-6786

## 旬 ~Now~

### OH! 美事通信発行にあたって

ケアマネジャーの皆様をはじめとする松本地区の介護を支える関係者の皆様へ、デイサービス美事の取り組みを紹介させていただきたく、当通信を定期的に発行する運びとなりました。

美事のはじまりは・・・

**男性が行きたくなるデイサービスを創りたい・・・**でした。

でもそれってどんなデイ？

そこで、私たちは、男性利用者の多い東京都杉並区の「松溪ふれあいの家」やプログラムの豊富な山口県防府市の「夢のみずうみ村」に学び、さらに松本大学根本賢一先生にご指導をいただき、「デイサービス美事」の運営基本方針を築きました。

それは、

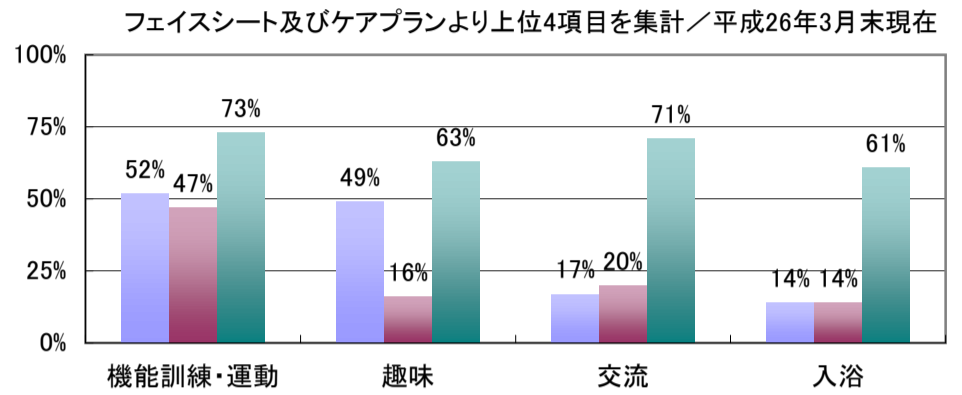
1. 一日の過ごし方は自己選択、自己決定
  2. できることから手を引く引き算の介護
  3. 施設内通貨でリハビリの動機付け
- ↓  
そして、独自に
4. 健康運動指導士による運動プログラム



## 知 ~Data~

### 美事の利用目的

■ 本人 ■ 家族 ■ ケアマネジャー

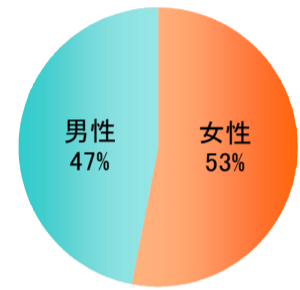


いずれの方々も「機能訓練・運動」を一番の利用目的としています。

### 美事の利用者男女比率

平成26年3月の利用者は、  
男性47%、女性53%でした。

この男性比率は、私たちの思いが  
伝わってきていると感じています。



美事の利用者  
(平成26年3月)

## 活 ~Program~

### 施設内通貨「ずーら」って何？

美事では、施設内通貨「ずーら」を使っています。  
各プログラムに参加する時は「ずーら」を支払い、リハビリを行ったり、  
職員の仕事を手伝って「ずーら」を稼ぎます。

なぜ「ずーら」を使うの？

施設内通貨を使う理由は大きく分けて3つあります。

- ① リハビリの仕掛け
- ② 心と身体を動かす動機付け
- ③ 社会性の継続

今回はその中の一つ「リハビリ」について説明します。

#### ① リハビリの仕掛け

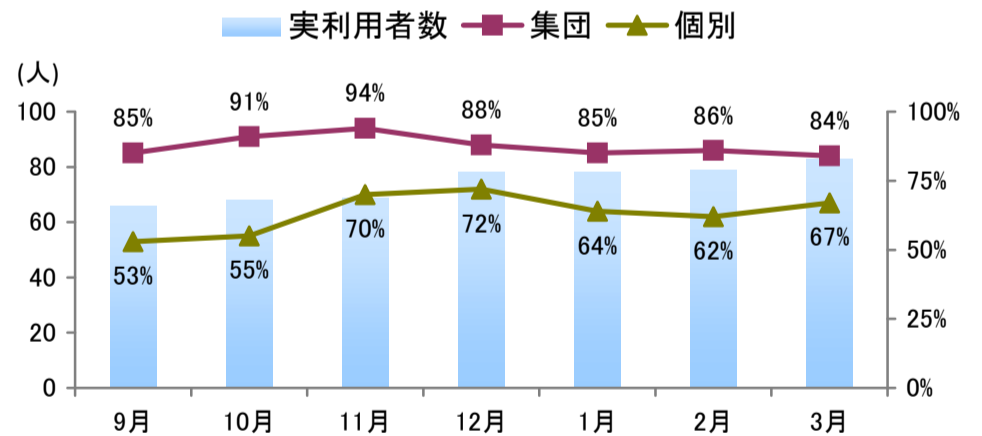
- ・お金が必要なことに気付く  
～注意力、理解力～
- ・代金いくら払うかを理解する  
～理解力、数・桁の認知力～
- ・財布からお金を取り出せる  
～つまむ、握る、お金の認知、理解力、認知力～
- ・所定の箱にお金を入れる(支払う)  
～場所の認知、手指・上肢の運動能力～
- ・手持ち金が足りるかどうか心配できる  
～推測力、予測力、理解力、計算能力～
- ・足りなければ稼いで貯めることができる  
～計画性、企画力、行動力、決断力～



知らぬ間にとっても有効なりハビリとなっています。

## 動 ~Fitness~

### 運動プログラムの参加・実施状況



集団体操は利用者の9割近くの方々が参加し、個別運動は利用者の  
7割近くの方々が個々人のペースで励んでいます。

その運動プログラムとは・・・

#### 「小集団体操」



ストレッチからボール体操  
を中心に午前2回、午後1回  
実施しています。

#### 「個別運動」



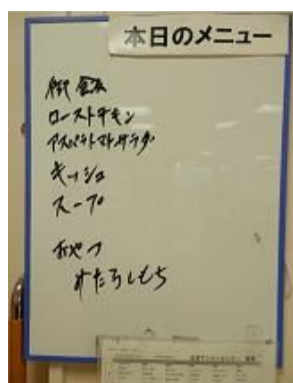
・フィットネスマシン指導  
・立ち上がり練習や歩行練習  
も個別対応しています。

食 ～Lunch～

美事の昼食

美事の昼食は、併設の厨房でファインフーズ株式会社(AWグループ会社)の専任スタッフが昼食時間に合わせて調理しています。

食べていただく皆様の「美味しいね」と言うつぶやきが聞きたくて、真心を込めて作っています。



本日のメニューを書く手伝いをして「10ずーら」獲得します。



My箸、My茶碗



美事の昼食は、大皿から利用者さま自身で食べる分を取り分けていただきます。できることから職員は手を引く～引き算の介護～の一環です。もちろん、できないことは、すぐにサポートします。

備 ～Tool～

美事の施設概要

開設月：2013年(平成25年)5月

建物所有：エア・ウォーター株式会社

施設運営：株式会社AWあんじゅり

利用定員：35人/日

機能訓練スペース：290㎡ (設備基準上は105㎡以上で可)

廊下の壁も機能訓練スペースとして活用

主要設備：全館冷暖房(床暖房)、スプリンクラー、業務用加湿装置



気 ～Interview～

“生き返る”～ 自分を取り戻した～



中島 宇多子 様

利用者さまの声をインタビュー形式でお届けします。今回は、毎週火曜日の午後に、美事の「松本手まり教室」で手まりづくりの指導をされている中島宇多子様にお聞きしました。

松本手まりとの出会いは？

55歳の時に“松本手まり”の指導資格を取得し、平成20年までの約30年間、手まりづくりの指導をしてきました。

美事を知ったきっかけは？

手まり教室を辞めてから家にいる時間が増え、心身共に意欲が低下して「自分がダメになる」と思っていたところ、新聞で美事を知りました。今思えば、美事で手まり教室を再び始めていなかったら、今頃、寝たきりになっていたかもしれません。皆さんは介護のプロ。私は手まりのプロであり、絶対の自信があります。手まり教室を再び始めたことで、自分を取り戻し、生き返りました。美事での手まり教室は、人生の楽しみであり、幸せです。

自分でできることは自分で行うことについてはどう思いますか？

体が弱っていくことは仕方ありません。しかし、寝たきりにならないように維持をしていくのは自分次第。ピンピンころりとなるためには、できることはやらなくてははいけません。

美事に一言お願いいたします。

人間歳をとることは止められません。それは私も同じです。私がいなくなってもこの美事で「手まり教室」を続けて、利用者の皆さんに伝えていってほしいです。そのお手伝いをするのが今の自分の仕事です。



誠 ～Staff～



きよさわ ひでひこ  
氏名：清澤 秀彦  
担当：管理者 兼 生活相談員  
美事での得意技：麻雀。メンバーが足りない時に一緒に楽しんでいます。  
尊敬する人：学生時代のバイト先のマスター。仕事について、厳しく教わりました。  
カラオケ18番：チャンピオン  
苦手な食べ物：特になし。人間が食べるものなら何でも食べます。

<ひとこと>

“わたしらしく、いつまでも”の理念のもと、利用者の皆様の笑顔と感動を励みに日々奮闘しています。美事は自由な空間。右を見れば運動している方、左を見れば趣味をしている方、奥を覗けばマッサージ機にかかる方と人それぞれ。見学は自由ですので、いつでもお気軽にお越しください。お待ちしております。

【編集後記】

スタッフみんなの意気込みで、「OH！美事通信」第1号がなんとか発行できました。

美事がオープンして早一年。二度目の端午の節句を迎えました。端午の節句は、もともと中国の風習で、健康を願って菖蒲酒を飲んでいましたが、日本では菖蒲湯に変じたそうです。

「OH！美事通信」が末永く続くことと皆様の健康を祈念して、今宵は菖蒲酒ではないけど紹興酒でも乾杯しましょう。

立身出世を願う鯉のぼり。小さな鯉が一匹ですが、美事でも元気に泳いでいます。

皆様の感想、ご意見、ご要望をお聞かせいただければ幸いです。

