



社会福祉法人むつみの里

就労継続支援 B 型

地域生活支援センター I 型

外部利用型共同生活援助

であい工房

自然房

里の房

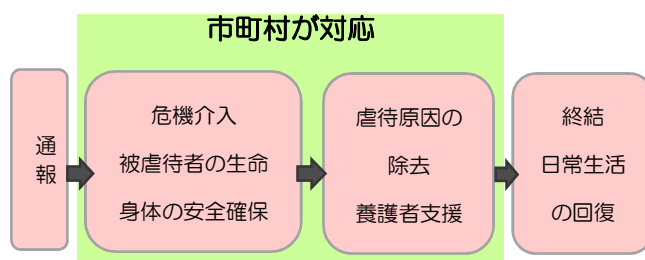
Zoom 研修報告 上市町高齢者・障害者虐待防止研修会

7月28日（木）に上市町主催の「上市町高齢者・障害者虐待防止研修会」へ Zoom で参加しました。寺本社会福祉事務所代表の寺本紀子氏より、虐待防止法の解説や、虐待が起こってしまった場合の対応と流れについて事例を交えながら講義していただきました。講義の中から虐待の種類と内容についてと虐待の通報から解決に向けての流れをピックアップしました。令和4年度より、施設については、従事者に対する研修を実施する等の措置が義務づけられています。

～障害者虐待の種類と内容～

- 《身体的虐待》 暴力によって身体に傷やあざ、痛みを与える行為。過剰な投薬によって動きを抑制する行為。
- 《性的虐待》 性的な行為やその強要。
- 《心理的虐待》 脅し、侮辱等の言葉や態度。無視、嫌がらせ等によって精神的苦痛を与える事。
- 《放棄・放置》 食事や排泄、入浴、洗濯等身の世話や介助をしない。必要な福祉サービスや医療や教育を受けさせない等によって障害者の身体・精神的状態を悪化、又は不当に保持しないこと。
- 《経済的虐待》 本人の同意なしに財産や年金、賃金を使ったり勝手に運用し、本人が希望する金銭の利用を理由なく制限すること。

《 虐待通報から解決への流れ 》



虐待をしてしまった人（養護者）をも支援する法律である事や、何が虐待に該当するのか分かり勉強になりました。（研修に参加した職員）



むつ子

～むつみの里のメンバーにアンケートをとりました～ あなたにとって大切なことは？

回答者数

であい 21名

自然房 7名



の素敵な言葉をご紹介します

- ・うそをつかないこと
- ・生きていくこと
- ・家族との思い出
- ・身だしなみに気をつける



今回は、「あなたにとって大切なものは何？」というテーマでアンケートを行いました。メンバーの大切な物、大切な事、大切な場所などたくさんの答えが出ていました。であい工房と自然房のメンバーでは、答えも様々で、共通していたことは、家族や家を大切に思っていたり、健康やお金、愛着のあるものに対して大切だと答える方が多かったです。

アンケートを集計してみて、現在の大切なことと、過去の大切なことで例えば、母子手帳、アルバムなどとそれぞれ答える方が多く、さらに深く聞いてみたいと感じる答えが多くありました。メンバーの思いや考え、新たな一面を知ることができました。



8月16日

ランチデー

メンバーが楽しみにしているランチデー。今回は、酷暑の夏にもピッタリ！おろし茄子天うどん弁当でした。優しい出し汁で、のど越しも滑らか、つるつるもちもちで大好評。「残りの作業も頑張るぞ！」と聞こえて来そうでした。

大好きなうどんでした。天ぷらも美味しかったです。(Y)



久しぶりに食べたうどんは、美味しかったです。また食べたいです。(優子)



ランチデーは楽しみの一つです。仕事がんばります！(宏樹)



8月17日

健康教室

骨密度測定

～骨粗しょう症予防について～



健康教室では、血圧測定後、骨密度測定を行いました。かかとの骨に超音波を当てると10秒ほどですぐに結果が出て簡単に測定できます。

測定後は、結果を見ながら、骨粗しょう症予防についてのお話を聞き、栄養バランスのとれた食事を心がけることやウォーキングなどの適度な運動、日光浴などで予防できると教わりました。今回、現在の骨の状態を知る事ができたので、「食生活や運動に気を遣っていきいたい」「3つの栄養素を積極的に取り入れていきいたい」との声が聞かれました。



結果は良かったので、食事にも気をつけていこうと思いました。(繁昭)



初めて自分の骨密度を測定しました。結果は、平均値と比べて低下していたので、気をつけて生活したいと思いました。(N)



超音波骨密度測定装置

健康な骨を保つための3つの栄養素



ビタミン

魚全般(サケ・カレイ・サンマ)

きくらげ・干しシイタケ

カルシウム

乳製品・豆類・小魚

ひじき・小松菜・チンゲン菜

ビタミンK

納豆・鶏もも肉・干しわかめ

モロヘイヤ・ほうれん草



ámie 通信



コンパクト

CO²濃度測定器を設置しています



換気のタイミングが目で分かるようにレジ前のカウンターに設置して測定しています。



不特定多数の方が触れる箇所のアルコール消毒を定期的を実施しています。

新型コロナウイルス感染症対策として、ámieでは、必要換気量を確認する目安としてCO²濃度測定器を設置しています。その場の換気状況を「見える化」し、状況に応じて換気を行っています。

店内入り口に手指消毒、検温、アクリル板(パーティション)、空気清浄機の設置などの対策を実施しています。そのため、お客様には黙食を、会話の際は、マスクの着用をお願いしています。食事、買い物を楽しんでいただけるようにできる限り、感染対策に取り組んでいます。

スタッフ一同、感染対策を徹底していきたいと思っています。安心してご来店ください。(武俊)



7月24日より開始となった「劔岳プレミアム商品(全店共通店・小規模店舗専用券)」がご利用できます。また、「とやまプレミアム食事券」も合わせてご利用ください。なお、取扱い出来ない商品もあります。スタッフへお尋ね下さい。



8月23日

健康教室



健康教室のテーマは骨密度でした。自然房では3カ月ごとに測定してもらっており、前回との違いに一喜一憂し、前回より低かった方は講師の先生へ改善策について質問攻めにしていました。今回は先生が毎回持参される「超音波骨評価装置」でどのような事が分かるのか、ご紹介したいと思います。

骨密度測定実施票

名前 自然 房雄 年齢 60歳

- ① あなたと同年齢、
同性の平均と比較して **85%**
- ② 骨密度が最大年齢（20歳代）の
同性の平均値と比較して **79%**

測定したデータを左の票に書いてもらいます。「超音波骨評価装置」には過去に測定した数万人分のデータが入っており、測定するとそのデータと比較したパーセンテージが分かります。

① は100%に近いほど同年齢・同性の平均値に近く、80%代だと少し骨粗鬆症が心配な値になります。

② は人生の中で一番骨密度高い年齢の平均値と比較したパーセンテージで、①よりも年齢が高いほど低くなる傾向にあります。

そのため自然房雄さんは少し骨粗鬆症の心配があるので、栄養指導や運動指導を受けましょうという判定結果になります。



プログラム紹介 ～古紙ビーズ作り

康雄さんは、週2回、新聞の折り込み広告等のカラフルな古紙を使ってビーズを作り、糸に通してのれんを作っています。

丸める事で広告の記事が何ともいえない味のある柄になり、他にはないビーズが出来上がります。そのビーズで作った玉のれんは、どこか懐かしさを感じさせる風合いになります。

綺麗に丸めるのは難しいので、集中して作っています。のれんは1年以上かけて作っています。(康雄)



「心の悩みや不安がある」
「生活リズムが乱れている」
「最近、家族の様子に変化がある」



ご本人やご家族に心の健康についての心配事はありますか？お気軽にご連絡下さい。
(予約優先です。)

※新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、変更、中止する可能性があります。
また、相談会に参加される場合には、マスクの着用をお願い致します。

【滑川市】…【日時】令和4年12月16日(金) 13:30~16:00

【場所】滑川市役所東別館1階 会議室

【立山町】…【日時】令和4年10月21日(金) 13:30~16:00

【場所】立山町元気交流ステーション 3階 相談室

【舟橋村】…【日時】令和4年11月18日(金) 13:30~16:00

【場所】舟橋村会館

予約・お問い合わせ

社会福祉法人むつみの里
中新川郡上市町柳町23

地域生活支援センター 自然房まで
☎(076) 473-1644 (担当: 佐野)

9年目の amie



一系電話一

交流サロン amie は、上市町まちなか交流プラザの2階にあります。2階フロアには、他にわんぱく広場やお休み処などがあり、子どもから学生、大人まで様々な客層で賑わっています。

amie は、緑色の看板が目印。店内は、大きな全面ガラス張りで太陽の日差しが差し込む明るい空間です。入ってすぐ、二人掛けのテーブル席を設けています。奥には、一人でゆっくりしたい人向けにカウンター、右手にメンバーが心を込めて作った焼き菓子やアクセサリ製品、関係施設などの委託販売品、駄菓子などを並べています。

今年で9年目を迎えた amie は、フランス語で「友達」という意味で、『「網」「編み」にも通じ、地域の暮らしを支える網の目になりたい、皆様の優しい心を編むサロンでありたい』という思いからオープンしました。

オープン当初の amie のスタッフだった私。メンバーもスタッフも慣れない仕事で厨房は大戦争！！午前中は、コーヒーを飲む人、お昼の時間には、うどんやカレーライスを食べる人、夕方には、部活帰りの男子中学生のグループがカウンターに並んでミニうどんを食べていくこともあり、次から次へと注文が入り、シンクは洗い物が溜まり、メンバーもスタッフも大忙し！！また、他のグループは駄菓子を買って、当たるとくじを持って何度も交換しに来られたりします。特に土曜日・祝日は、家族連れで賑わい、行列になる日もありました。

しかし、地域の人々に認知され、賑わいはじめた矢先、新型コロナウイルスの感染が拡大し、緊急事態宣言が発令され、休業せざるを得なくなり、その影響で私たちの生活は一変しました。飲食業そのものが厳しい状況下で、amie も感染対策を行いながら、時短営業で再開しました。今は、少しずつですが、賑わいが戻り始め、メンバーは、「お店を開けてお客さんが来てくれることがうれしい。働けることがうれしい」と話します。メンバーは、直接お礼を言われたり、商品を買ってもらえたりする事が達成感につながり、励みになっています。また、お客様の温かい言葉に支えられて笑顔で働くことができるのだと感じます。

これからも、誰もが買い物ついでや、ちょっと休憩したいときなど、気軽に立ち寄れる場所、憩いの場所となれるようメンバーと一緒に盛り上げていきたいと思っています。今後も気を緩めず、感染予防の徹底をして、安心してお客様が来店していただけるよう皆で協力していきたいと思っています。

綾野

善意感謝 (順不同)



富山県中部厚生センター 様
藤堂工業株式会社 様 シーピーシステム 様
酒井建設株式会社 様
株式会社エムテラランチ 様
堀内 様 平井 様 荒川 様 下村 様 池田 様
吉田 様 二川 様 匿名 1名様
ありがとうございました。

編集 人：社会福祉法人むつみの里
連絡 先：〒930-0326 富山県中新川郡上市町柳町 23
TEL 076-472-3607 FAX:076-472-3649
<https://www.mutuminosato.jp>
郵便振替<口座番号>00790-2-56015
<加入者名>むつみの里を支える会
年間購読料：1,500 円(カラー刷り 年6回 送料込み)
定 価：50 円
発 行 人：北陸障害者定期刊行物協会
〒939-8075 富山市今泉 312

行事&予定

■であい工房■

9月

10日・11日
ハーティとやま(ファボーレ)
未定 移動販売(立山町)

10月

未定 移動販売(未定)

■自然房■

9月

3日 DVD鑑賞&パソコン教室
10日 レクリエーション&ゲーム
17日 歌声喫茶&ゲーム
24日 パソコン教室
&ストレッチ・体操

10月

1日 DVD鑑賞&パソコン教室
8日 レクリエーション&ゲーム
15日 歌声喫茶&ゲーム
22日 パソコン教室
&ストレッチ・体操
29日 座談会&わいわいタイム

■ amie(あみ) ■

コロナウイルス感染拡大防止の観点
から臨時休業することがあります。
営業時間(時短営業中)
10:00 ~ 16:00
(ラストオーダー15:30)
土曜日 10:00 ~ 16:30
(ラストオーダー16:00)

■ 合同 ■

10月3日~7日 14歳の挑戦(上市中学校)