

安心で豊かな福祉サービスをあなたに。

—号外—

For You 新聞

2017.January

Chief Director Message

『フレイル』予防に 立ち向かう

あけましておめでとうございます。

本年も恒例の事例検討発表会に向けて、法人全体が緊張の中、事業部別の予選が行われております。どの事例も甲乙つけがたい優秀なものも多く、選定審査員を惑わせていることでしょう。決戦の2月12日(日)が期待されております。

皆さん、近来注目されている高齢者における『フレイル』という言葉をご存知ですか。日本老年医学会は、高齢者が筋力や活動が低下している状態「虚弱」を「フレイル」と呼ぶことに位置づけております。高齢者の多くはこの「フレイル」の段階を経て、要介護状態になるので、早期発見をして対応することが大変重要とされております。フレイルの概念は比較的新しく、しかも一般の医療専門職の認知度が低いため、適切で必要な介入が行われていないこともあります。フレイルは加齢に加え、多面的な要因により発症します。ですから、多面的な専門職の介入が必要です。それは慢性疾患の管理、栄養管理・認知機能低下を含む、精神心理面の対応による機能低下への対応等と思います。

なお、いわゆる『サルコペニア』は筋肉量が減少し、筋力や身体機能が低下している状態であり、転倒・骨折・寝たきりなどの原因にもなります。その結果、自立性の喪失を招き、認知症にも陥るので、日常の健康維持活動がなによりも大切といわれています。

認知症・高齢者の専門医である、新田 國夫先生のご著書には、「栄養管理が、“必須ど真ん中”の要素だ!」それには歯の数がそろっているか、ご飯が美味しく見えるのか、お友達と一緒に楽しく食事を食べに行きたくなるのかなどメンタル面など、社会性という要素がたくさん入っているのが「栄養・食」の基本です。と、いわれておられます。

健康長寿のための3つの柱、「三位一体」として、より早期からのフレイル予防活動

- ①「栄養」
食欲・食事：タンパク質とバランスのよい食事内容
- ②「身体活動」
楽しく運動、社会活動など身体機能の活動量の維持
- ③「社会参加」
友人と一緒に食事をする、前向きに社会活動・参加に取り組む

〈食べて〉+〈動く〉ことで、身体も心も穏やかに毎日の生活を楽しむ。

以上のことを忘れずにご利用者への対応をお願いいたします。

日ごろよりご利用者の健康状態にはしっかり注目して、地域の専門職の方々とも交流し、高齢者間の多くの情報をお互いに共有することで、活動してください。

本年も皆様のご活躍と躍進にご期待申し上げます。



社会福祉法人 奉優会
理事長 香取 眞恵子

謹賀新年

明けましておめでとうございます。今年もよろしく申し上げます！

01 優っくり村池尻

お正月ということで書き初めを行いました。皆さん真剣に取り組まれており、達筆な方が多くて素敵な作品がたくさんできました。



02 総合ケアコミュニティ・せせらぎ

近くの神社へ初詣に出かけました。天気にも恵まれ皆さん思い思いの願いをされていました。今年も皆様が健康に過ごせますように！



03 高輪いきいきプラザ

1月3日、毎年恒例の「箱根駅伝応援カフェ」が高輪いきいきプラザ1階のコミュニティカフェで開催されました！ご利用者様はもちろんのこと多数の方にお集まりいただきました。



04 白金の森

白金の森では、毎年恒例になっている餅つき大会。ご利用者様自ら、お餅をついていただき、みんなで美味しくいただきました。自分でついたお餅は最高だったようです。



優っくり村中央湊が開所しました！

平成28年11月18日(金)優っくり村中央湊の開所式が行われました。中央区矢田区長はじめ区議会議長押田様、委員長様、町会長様、再開発組合理事長様、そのほか多くのご来賓の方々から温かいお言葉をいただきました。そして平成29年1月5日、無事開所を迎えました。職員一同、力を合わせご利用・ご入居される皆様に快適な生活をして頂ける様、お待ちしております。



2017年度新卒内定式と懇親会が開催されました

平成28年12月21日(水) 平成29年4月入職予定の内定者39名(今年度EPA職員としてインドネシア・ベトナムからの19名を含む)が参加し、29年度内定式が開催されました。その後、フォーユカフェにて昼食をいただき、奉優の家、優っくり村新宿西落合、優っくり村中央湊を見学。大崎ブライツコアホールにて、先輩職員たちと懇親を深めました。内定者の皆さん！4月から一緒にお仕事できるのを楽しみにしております！



お知らせ

第9回事例研究発表会

日時 平成29年2月12日(日)
10:00~17:00

会場 大崎ブライツコアホール
品川区北品川5丁目5-15

本選発表事例(14事例発表予定)



- ・「IOTを活かして～とどろき繋げよう計画～リスクマネジメント委員会」等々力の家
- ・『『スーパービジョンの実践を学ぶ』～社会福祉士の実習受入からの学び～』 弥生の園居宅
- ・「かめいどふれあい食堂」 亀戸ふれあいセンター
- ・「いきいきプログラム 地域に広げよう 続・イングループ」 笹幡デイ他10事例

編集後記

新年明けましておめでとうございます！

今年は、さっそく新年1月5日より中央区に新たにグループホームと小規模多機能を併設した「優っくり村中央湊」がオープンしました。

今年も皆さんにとって素晴らしい1年となりますように…。

企画事業推進室 熊野