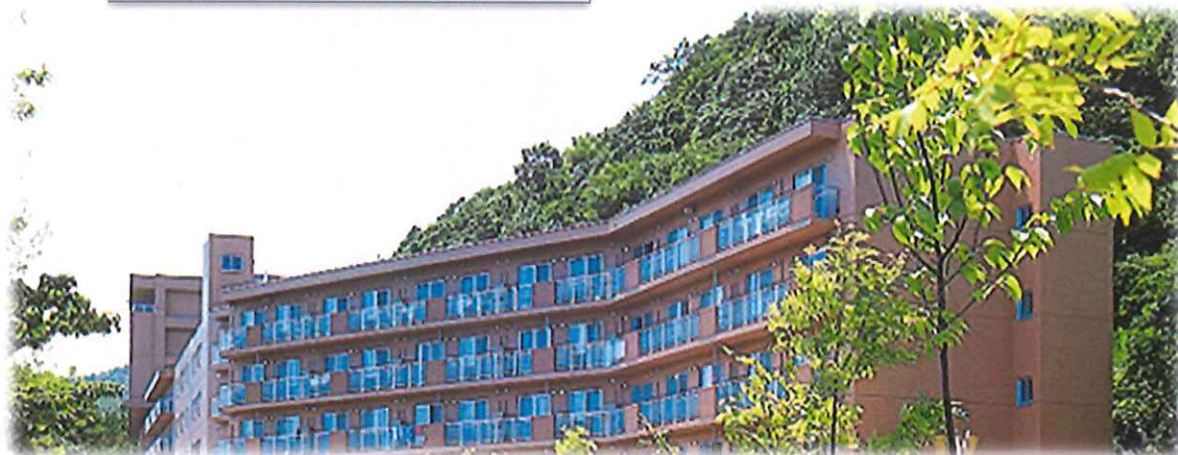




平成30年2月から4月のカームヒル行事アルバム

- カームヒル開設22周年を迎えて～三好 誠 施設長
- 介護保険制度改正にあたって～経営管理課 山田 努課長
- 新入職員紹介 ほか

おかげさまで今年、開設二十二年目。
これからもカームヒルはますます元気です。

転倒予防教室 開催

平成30年3月6日、カームヒル入居者の皆様を対象に「転倒予防教室」を開催、46名が参加しました。

講師として「介護予防センター円山」所長の南部さんをお招きし、参加者の皆様はセラバンド（ゴム製のバンド）を使った体操のレクチャーを受けながら一緒に体を動かしました。

バンドの巻き方やバンドの持ち方でバンドの力の強弱を調整することができ、参加者の皆様それぞれに効果を実感されている様子でした。

短時間でも毎日運動を継続する事が転倒予防の秘訣なのかもしれませんね。

※カーム事務所でのセラバンド購入申し込みの受付は既に終了致しました。



参加者に説明する南部さん（一番左端）

（一部、写真を加工しています）



皆さんが手に持っている赤い帯状のものが「セラバンド」です。（一部、写真を加工しています）



「伸ばした膝を戻す際、バンドが元に戻ろうとする力に負けないよう、しっかりとコントロールする事も大切です。」（一部、写真を加工しています）



セラバンドはゴムの強度によって色が違います。スポーツ用品店やホームセンターで販売しています。

<Editor's Note>

今年2月1日に当法人の障がい者相談支援事業所からカームヒル西円山に異動し、早3ヶ月。この間、あっという間に時間が過ぎていったような感じがしています。新たな仕事や環境に「慣れ」ていく事は大切な事ですが、それが「馴れ」になってしまわないよう、改めて気を引き締めて生活相談の業務に臨んでいきたいと思っています。（生活相談員 鬼頭誠一）

※記事の写真につきましては、入居者様より承頂いたものを掲載しています。

（本誌に関する問い合わせ等は…）

〒064-0944 札幌市中央区西円山町4丁目3-21

TEL:011-640-5500 FAX:011-640-5505（担当：鬼頭まで）

E-mail: calmhill@keijinkai.or.jp <http://www.keijinkai.com/calm-nishimaruyama/>

カームヒル西円山

検索

平成 30 年 4 月 「カームヒル開設記念式典」



開設記念御膳



入居者を代表して素敵なスピーチを頂きました。大役を快く引き受けて頂き、本当にありがとうございました。



おかげさまで開設から今年で二十二年目を迎えることができました。感謝。



食事の後はピアノ演奏と歌で素敵な時間を過ごしました。



特定レク(平成 30 年 3 月)

特定レク「調理レク」お好み焼き、たこ焼き、焼きそばを一緒に作って食べました。でき立てのアツアツは美味しいですね！



平成 30 年 2 月 「節分バイキング」



お昼は「おでんバイキングで楽しんで頂きました。



「節分の日」史上、最強の赤鬼・青鬼がカームヒル来襲！



「鬼は～外！」見事、鬼を退治しましたとき。めでたし、めでたし。
(一部、写真を加工しています)

平成 30 年 3 月 「ひなまつり」・「演芸交流会」



ひなまつり御膳(甘酒付き)



「第 30 回札幌きらく会演芸交流会」より。カームヒルからは「ザ・ノイズ」のバンド演奏と「虹の会」のコーラスを披露。



カームヒル開設 22 周年を迎えて

施設長
みよし まこと
三好 誠



どちらかをゴロで狙ってワンアウト一塁、三塁を創るのが理想ですがリスクも高い戦術です。しかし施設運営、人材開発、人材育成は「こつこつ」と送りバントを多用し、少しずつチャンスを広げていかなければなりません。開設 22 年を迎え、一層地域との関わりを深めながら、入居者様の自立支援の手助けを行なっていく所存です。

22 年＝「にこにこ」です。これからもいつも笑顔を忘れず入居者様に寄り添いながら敬愛の精神で努めてまいりたいと思っています。

今年 4 月より介護改定が行われ、様々な変化がありました。

その中でケアハウスに関わる事として「特定施設入居者生活介護」を利用している方々の利用料が 0～1 2 2 円ほど上がってしまう事を報告させて頂きます。また、今後の少子化や超高齢化に伴った対策が豊富であり、分かり易く解釈すると

- ★「体が動かなくならない様に予防しましょう」
- ★「認知症予防と認知症の進行を予防しましょう」
- ★「周りの方たちと協力して生活していきましょう」

という事をみんなで協力して実行しましょう、という事です。
キーワードは「予防」ですね。

※ここで地域の皆様向けにケアハウスについて説明をしたいと思います。
今回は「ケアハウスの利用料」に関してで（一番多い問い合わせ、相談内容です）、利用料は「前年（1 月～12 月）の収入」により、1 から 8 階層に分かれています。

●1 階層 73,090 円～8 階層 94,290 円+水道光熱費+冬季暖房費 9,060 円

さらに詳しく説明を受けたい方、入居問い合わせや相談がありましたら当施設までご連絡下さいませ
様お願い致します。

カームヒル西円山 ☎ 6 4 0 - 5 5 0 0（代表）

カームヒル西円山が開設してから 22 周年を迎える事ができました。
ひとえにカームヒル西円山に関わられた全ての皆様のおかげと感謝しております。本当にありがとうございました。これからも宜しくお願い致します。

人生 100 年時代を迎え、少子高齢化がピークを迎える 2025 年までのカウントダウンが始まっていますが、社会福祉施設の現場は人手不足の深刻さが増しています。最近では景気が良くなったとはいえ、どの企業も人手不足、人材育成は大きな課題となっています。幸いカームヒル西円山は概ね順調に運営されています。「企業は人なり」と言われて久しいですが、社会福祉施設も人を大事にする事で人の能力が活かされ、心身、収入、時間が安定し安心した生活ができ、施設の存続、成長を支えていくと考えています。

突然ですが、野球の作戦で「ヒット・エン・ドラン」と耳にした事がある方も多いと思いますが、基本的にはワンアウト一塁で行う作戦で一気に大量点を取りたい時に持ちこたえます。一塁ランナーが投球と同時にスタートを切り、打者はセカンドベースをカバーする二塁手、遊撃手の

介護保険制度改正 にあたって

経営管理課 課長

やまだ つとむ
山田 努



新入職員の紹介 new★face

平成 30 年 2 月に 2 名と 4 月に 1 名、カームヒル西円山に新しい職員が入職しました。すでに皆様と関わらせていただいておりますが、ここで改めて紹介致します。

①氏名 ②出身地 ③血液型 ④趣味・特技 ⑤ひとこと

①山際 恵美子
やまぎわ えみこ

②北海道岩見沢市

③A 型

④書道、羊毛フェルト作品作り、お菓子作り
野球観戦、旅行

⑤今は皆さんの顔と名前を覚えることで精一杯ですが
1 日でも早く仕事ができるよう頑張ります。
よろしくお願いします。



①堀部 則子
ほりべ のりこ

②北海道江別市

③A 型

④バドミントン、海外ドラマ・映画鑑賞
観葉植物育成

⑤カームヒル西円山での生活が、より一層楽しく快適
で健やかに暮らせる様、お手伝いさせて頂きたいと
思います。ご指導よろしくお願い致します。



①鬼頭 誠一
きとう せいいち

②北海道小樽市

③B 型

④キャンプ（行くのも、道具を集めるのも）
家の中の掃除（私のストレス発散法です）

⑤今年の 2 月からカームヒルの生活相談員として勤務
しています。皆様、どうぞ宜しくお願い致します。

