

広報誌

Carehouse CALMHILL West-MARUYAMA PR brochure

POCKET

Vol.61 2019.January

ポケット

私たちのステージを観て、喜んでくれる人が目の前にいる。
だから一生懸命になれるんだ。



文化祭にて コーラスグループ「虹の会」と谷内理事長

☞平成30年9月～12月のカームヒル行事アルバム

(敬老祝賀会・どこでもラーメン・出張寿司・カームヒル文化祭・クリスマス会)

☞夜間想定避難訓練

☞『収入申告』について

社会福祉法人 溪仁会
ik カームヒル西円山

喜びを皆で一緒に分かち合いました…

【9月】カームヒル西円山 敬老祝賀会

平成30年9月15日(土)、カームヒル5階レストランにて「敬老祝賀会」を開催しました。米寿の7名様にはお祝い状、白寿の2名様にお祝い状と記念の花束、入居者の皆様には日頃の感謝の意を込めて「紅白饅頭」を贈呈させて頂きました。その後、ボランティアの竹石様によるピアノのミニコンサートを行ない素敵なひと時を過ごして頂きました。

尚、例年では式典後に入居者様の昼食として「敬老お祝い御膳」を提供して参りましたが、同月6日未明に発生しました「胆振東部地震」の影響により、食材料の調達が祝賀会当日まで見通しが立てられないという事情により、残念ながら今回はお祝い御膳の提供を見送らせて頂きましたが、暖かい雰囲気にも包まれた祝賀会となりました。



平成30年にめでたく「米寿」、「白寿」を迎えられた方々です。

三好施設長からお祝いメッセージ。皆様、おめでとうございます。

米寿の皆様にお祝い状を贈呈しました。



合わせて、白寿を迎えられたお二方には、お祝い状と記念の花束を贈呈しました。

カームヒル入居者代表より挨拶のスピーチを頂きました。

ご家族様にもご出席頂き、ピアノの調べで素敵なひと時を過ごして頂きました。



閉会後にパネル前で記念撮影をバチリ。

後日、お祝いの食事会を行いました。

読書、芸術もいいけれど…カームヒルは食欲の秋も大好きです！(笑)

【10月】どこでもラーメン(特定)



平成30年10月12日、今年も「どこでもラーメン」さんの協力のもと、「味噌」「塩」「醤油」等からお好みの味を選んで頂きました。この季節、熱々のラーメンはやっぱり美味しかった！皆さんは何味のラーメンが好きですか？



【11月】出張寿司

平成30年10月29日、カームヒルの人気企画「出張寿司」を開店！「寿司なかにし」さんの大将が今年も美味しい寿司を握ってくれました。とにかくネタが豪華！皆さんはお寿司、一番初めは何のネタから食べますか？

カームヒル 行事

Album
2018
autumn~winter

平成30年

【9月】
・敬老祝賀会

【10月】
・どこでもラーメン(特定)
・出張寿司

【11月】
・カームヒル文化祭
・(夜間想定)避難訓練

【12月】
・軽運動教室
・クリスマス会
・変わり湯(ゆず湯)

【11月】カームヒル文化祭 演芸発表&作品展示

平成 30 年 11 月 3 日(土)、文化の日に「カームヒル文化祭演芸発表」を開催しました。元気くらぶの皆さんによる「サンバおてもやん」で元気いっぱい幕開けし、カラオケ会、楽器バンド「ザ・ノイズ」、朗読「かすみ草の会」、合唱「虹の会」の皆さんが、それぞれ素敵なステージを披露しました。



開演前のステージ。出演前の演者の皆さんからほど良い緊張感が伝わってきます！

社会福祉法人溪仁会 谷内理事長から開会の挨拶を頂きます。

オープニングは「元気くらぶ」によるダンス『サンバおてもやん』。元気に ole !



続いてカラオケの会。それぞれに素敵な歌声を披露！

ここで、プログラムには載っていない、職員によるスペシャルステージ！

後半一発目は、楽器バンド『ザ・ノイズ』による生演奏です。



『ザ・ノイズ』のバンドマスター。雰囲気のある表情ですね！

『ザ・ノイズ』スペシャルヴォーカルによるステージ。

次は『かすみ草の会』による朗読です。



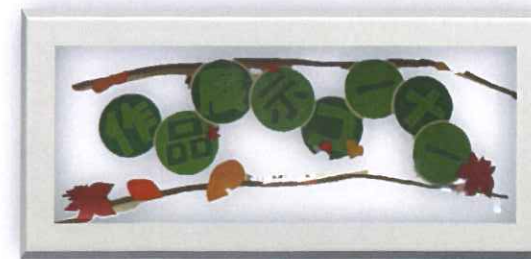
最後はコーラス『虹の会』によるステージです。

会場の皆さんと一緒に『ふるさと』を合唱しました。

三好施設長より閉会の挨拶。皆様、お疲れ様でした！

作品展示会

11月1日～11月5日の5日間、カームヒル1階と5階のスペースを使って作品展示コーナーを設け、入居者様がこれまでに製作された墨彩画や絵画、様々な手芸作品等を展示しました。



カームヒル行事 Album2018

【11月】(特定)調理レク

11月9、14、16日の3日間、調理レクを行いました。季節柄、今回は鍋料理『鱈ちり』をチョイス！この料理レクは食べるだけではなく、参加者と一緒に調理を行います。



この一時間が大事



真剣な眼差しです。



慣れた手つきの包丁捌き



煮えてきたかしら？



完成！山田鍋奉行(課長)も箸を持ってスタンバイ、オッケー！



©孤独のグルメ 原作・久住昌之、作画・谷ロジロー



完

デザートはミニソフトで頂きました。

カームヒル行事 Album2018



2018.12.22 (土)
カームヒルのクリスマス

X'mas PARTY



今年もやってきましたカームヒルのクリスマス会！まずは施設長の音頭で皆さん一緒に「メリークリスマス！」



カームヒル特製クリスマスランチ。ガーリックライス、サイコロステーキなどのメニューにミニケーキ！



職員もクリスマスにちなんだコスプレ(仮装)で会場の雰囲気盛り上げました♪



ダンディ・フォー クリスマスステージ DANDY・FOUR X'mas STAGE



特製ランチで食事を楽しんだ後は、札幌を拠点に活動している男性コーラスグループ『ダンディ・フォー』によるスペシャルステージ。素敵なハーモニーと軽妙なトークで会場は大盛り上がり！



軽運動教室、開催 ～運動不足解消しませんか～



平成30年12月7日、カームヒル5階レストランにて『軽運動教室』を開催、46名の入居者様にご参加いただきました。

今回のテーマは『運動不足を解消しませんか』とし、講師として『札幌市中央区介護予防センター円山』所長の南部広司さんをお招きし、イスに座った状態でも行なえる軽運動を行ないました。単に運動不足を解消するだけではなく、リズムに合わせたり、左右の手足で違った動きをする事で、脳の活性化を促すことが期待できる内容でした。



(レク)折り紙 ～こんな活動しています～



毎月最終金曜日の午後2時から行なっている、レク活動『折り紙』の様子をご紹介します。その時々、季節に合わせた作品を職員と一緒に和気藹々としながら制作しています。



夜間想定避難訓練 実施

訓練から見えてきた課題

平成三十年十一月二十日(火)に『夜間想定火災避難訓練』を実施しました。当日は七十四名の入居者様が訓練に参加され、避難経路の確認などを行いました。火災報知機作動後館内非常放送で避難終了まで、所要時間八分三十一秒という結果でした。

過去、これまでの避難訓練では、入居者様の居室、もしくはその付近での火災発生を想定して訓練を行なってきましたが、今回は火災発生場所を『四階ボイラー室』に設定しました。カームヒルの避難訓練では初めて『連絡通路を越えた箇所』の設定となります。

連絡通路を越えた区域の設備として、四階『ボイラー室』の他に五階には『レストラン厨房』もあり、その性質上、火災発生の可能性が高い区域である、と言えます。

今回の避難訓練では火災避難時の原則の一つである『火元から出るだけ遠く離れる』という事を念頭において行いましたが実際に避難経路に混乱が生じるという場面もありました。

火元はどこなのか、火元から見て自分の居室はどの位置かによって中央階段を避難経路に使用する場合や、反対に中央階段を使用しない避難も当施設では想定されます。

火災発生箇所により、各居室ごとの避難経路と避難先をどのように設定するのか、今一度整理して皆様に周知を図っていく必要性が高い事を改めて実感しました。



各階の避難誘導係を割り振り

実際の避難、人手は足りる？

実際に火災が発生した場合には、『職員が避難誘導を実施する事』になり、火災発生場所に依りて適切な避難経路へ誘導するという手順になります。この手順にカームヒルの職員体制を照らし合わせると、日中は複数の職員が勤務していますので、各階の避難誘導に必要な人数を充てる事ができます。

しかしながら夜間帯は宿直者1名体制となるため、夜間帯における火災発生時の各階の避難誘導は、隣接する西円山敬樹園の職員の協力を仰ぐ事になります。ただ、どうしても隣からカームヒルまで移動して来るには時間を要します。一刻を争うような状況に陥った場合、カームヒル内である程度の避難が始まっているようなところまでの動きが必要になってくるかもしれません。そのためには、例えば入居者様の中でも元気な方々を中心に『避難誘導の補助』の役割を担って頂くという事が必要になるかもしれません。

この課題に対して具体的な解決策を明示するのは現段階では難しいですが、これは火災だけに留まらず、台風や地震、土砂災害など私たちに襲い掛かってくる自然災害にも、どのように対応していくのか、という事と、相互に何ができるのか、施設職員だけではなく、入居者の皆様も一緒に考えて行動していく段階に来ているのかもしれない。



避難後、待機場所で次の指示を待つ方々



施設長による講評

軽費老人ホームにおける収入申告について

ケアハウスも含まれる軽費老人ホームでは、各入居者様の入居利用料を決定する為に、毎年2月から3月の間に『収入申告』を行なっています。具体的には前年1月から12月までの間に得た収入から医療費や社会保険料等の必要経費を差し引いた『対象収入額』によって毎月の利用料を決定するものです。カームヒルでは8階層（特定施設入居者生活介護は3階層）に分かれており、年間の対象収入額が150万円以下の方は『1階層』、210万1円以上の方が『8階層』となります。

収入の対象として主なものは各種年金になりますが、家賃収入などの財産収入や動産・不動産を処分して得た収入、公社債の利子、家族からの定期的な仕送りも収入として認定する場合があります。

【収入申告で主に必要になるもの】

①前年（平成30年1月～12月）の収入状況が解かるもの

- ・公的年金等の源泉徴収票、各種年金振込通知書、確定申告（コピー可）、振込金融機関の通帳
- ・財産収入（地代、家賃、使用料等）があった場合は課税証明証
- ・動産、不動産処分による収入があった場合も課税証明証

②必要経費としての証明となるもの

- ・納税通知書（所得税、道市民税）※固定資産税、都市計画税は除く。
- ・社会保険料に関する通知書（後期高齢者医療、国民健康保険料、その他の保険料、介護保険料）
- ・医療費（医療機関の領収証、薬局の領収証、マッサージの領収証）
- ※入院期間中の光熱費等雑費、おむつ代、テレビ貸出料は必要経費に含まれません。
- ・介護保険サービス利用料の領収証
- ・仕送りの動きが分かる金融機関口座の通帳

カームヒルの利用料についてのお問い合わせはカームヒル事務所（下記参照）までご連絡下さい。

<Editor's Note～あとがき～>

かなりご挨拶が遅くなりましたが、皆様新年明けましておめでとうございます。昨年リニューアルしたカームヒル西円山広報誌『ポケット』ですが、より読みやすく、より楽しく、皆様の手に取って頂けるような紙面作りを目指していきますので本年もどうぞ宜しくお願い致します。

さて、「平成」の年号が今年で終わります。子供の頃、テレビで初めて「へいせい」と聞いた時、まだ耳に馴染んでいなかった事もあってか、『『しょうわ』の方が馴染んで良かったのになあ』なんて当時は思っていました。成人を迎えて社会人となり、結婚し、家建て、子供を授かったのが「平成」と真ん中の時期だったので、『平成の終わり』に何か言葉で表せないような寂しさを感じています。（鬼頭）

（本誌に関する問い合わせ等は・・・）

〒064-0944 札幌市中央区円山西町4丁目3-21

TEL:011-640-5500 FAX:011-640-5505（担当：生活相談員 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