施設便りに加え、シニアライフを豊かにする地域の情報をお届け♪

みかんの丘だより

第39号　河内福祉村

発行　社会福祉法人 陽光「みかんの丘」
・特別養護老人ホーム ・デイサービスセンター
・居宅介護支援事業所 ・ショートステイ
・地域交流センター「夢見館」

2019年8月

横島に広がる広大な干潟の開墾

横島町は熊本県でも有数の穀倉地帯となっていますが、平野部のほんどは江戸時代以降の干拓によって造成された土地になります。加藤清正が肥後藩に入国した翌1589年に干拓に着手し、以来、細川氏へと引き継がれ、1967年に潮止めを行ったのを最後に、現在に至っています。

～江戸期～

1624年から43年の間に小規模干拓が繰り返されましたが、その後は干潟の発達状況や農家などの干拓を行う権利を制限する等の理由により、164年間新地造成は行われませんでした。

～明治期～

明治に入ると民間による新地造成が認められたが、ほとんど行われず、後期では、富新開(とみしんびらき)を皮切りに、1914年まで、大規模な干拓が行われました。

～昭和期～

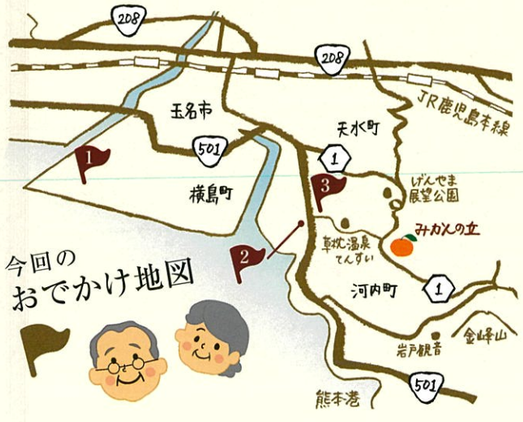
1946年に着工された国営横島干拓事業により、1967年に潮受け堤防が完成しました。その後も続けて様々な施設の整備が行われ、1975年3月、全ての工事が完了に至っています。

現在では、国指定の重要文化財に指定されています。人の手によって海から干拓地となった横島。現在私たちが立っている所が海だったとは驚きですよね!?

名所1

【重要文化財】旧玉名干拓施設

横島町は、かつては島だった。清正公の1589年の着手から、大規模な干拓工事が行われた。その遺構が旧玉名干拓施設である。



名所2

お腹もココロも満たされる

ハンバーグ&ステーキ ぎゅう黒庭

平成31年2月にオープン。牛100%のハンバーグは驚くほど柔らかくやみつきになること間違いなし!!夜は安くて美味しい居酒屋メニューも豊富♪地域密着型の落ち着いた雰囲気でお腹も心も満たされることでしょう。

所 熊本県玉名市天水町小天9250-1
営 昼 11:30～14:30　夜 17:30～23:30
☎ 0968-82-3144　休 不定休

名所3

暮らしに彩りを添える

FLOWERSHOP YOSHIDA

約30年前に自宅で咲いたバラの無人販売を始めたのがきっかけで今では地域の方々に愛されるお花屋さんに。仏花を中心に自家製トマトやみかん、地元で採れた新鮮な野菜などが販売されています。贈り物に喜ばれるフラワーアレンジメントも♪(※要予約)

所 熊本県玉名市天水町小天8752
営 配達などで不在の場合があります。詳しくはお電話ください。
☎ 090-5299-5553

私たちのビジョン

［法人全体］
・利用者獲得に努めるため、中重度者の受け入れを積極的に行い、稼働率・利用者増を目指す。
・職員の環境整備を行い、心身不調者を早期発見する。地域での健康教室などを受注し、公益的な役割を遂行する。
・河内地区・池上地区の職員が同法人として理解できるよう、各事業所間での体験研修を行う。
・新卒採用を強化し、職員に応じた面談を定期的に行う。

［みかんの花・木］
・新規利用者の獲得に努める。
・職員の環境整備を行う。健康教室などを行い地域の方々の健康寿命を延ばす。
・河内地区・池上地区の職員が同法人として理解できるよう、各事業所間での体験研修を行う。
・学校訪問を行い、新卒者獲得に努める。職員に応じた面談を定期的に行う。

［みかんの丘　特養］
・全職員で営業活動を行い、中重度者の受け入れを積極的に行う。
・職員の環境整備を行い、親睦会を２回／年実施する。
・法人職員として事業所の取り組みを理解し、スケジュール管理した上で業務に取り組む。
・職員に応じた面談を定期的に行う。

［みかんの丘　デイサービス］
・利用者の現状を把握すると伴に、各事業所へ営業活動を行う。
・職員間の風通しを良くする。親睦会を２回／年実施する。利用者家族、地域住民との信頼関係を構築する。
・カルテ、書類の不備が無いかチェックした上で業務に取り掛かるよう、整理整頓を行う。
・職員に応じた面談を定期的に行う。

［みかんの丘　居宅介護支援事業所］
・顧客獲得に努め、医療機関・包括・地域の方々との関係を築いていく。
・老人会・民生院定例会など地域行事に参加し、信頼関係を構築する。
・業務がスムーズに遂行できるよう、身近の整理整頓を行う。
・職員に応じた面談を定期的に行う。

平成30年度 決算

貸借対照表

資産の部		負債の部	
科目	当年度末	科目	当年度末
流動資産	170,443,811	流動負債	47,707,300
固定資産	797,933,105	固定負債	224,376,000
内)基本財産	734,019,797	負債の部合計	272,083,300
内)その他の固定資産	63,913,308	純資産の部	
		基本金	264,114,500
		国庫補助金特別積立金	187,788,356
		次期繰越活動増減差額	244,390,760
		純資産の部合計	696,293,616
資産の部合計	968,376,916	負債及び純資産の部合計	968,376,916

資金収支計算書	
介護保険事業収入	474,267,528
経常経費寄付金収入	46,000
受取利息配当金収入	107,605
その他の収入	1,443,795
事業活動収入計(1)	475,864,928
人件費支出	290,390,776
事業費支出	71,988,459
事務費支出	80,491,312
利用者負担軽減額	0
支払利息支出	2,093,114
その他の支出	1,222,188
事業活動支出計(2)	446,185,849
サービス活動増減差額(3)	29,679,079
設備資金借入金収入	292,000,000
施設整備等収入計(4)	292,000,000
設備資金借入金元金償還支出	128,572,000
固定資産取得支出他	197,006,391
施設整備等支出計(5)	325,578,391
施設整備等資金収支差額(6)	-33,578,391
拠点区分間繰入金収入	0
その他の活動による収入計(7)	0
長期運営資金借入金元金償還支出	0
その他の活動支出計(8)	0
その他の活動資金収支差額(9)	0
予備費支出(10)	0
当期資金収支差額合計(11)	-3,899,312
前期末支払資金残高(12)	
当期資金収支差額合計(13)	-3,899,312

事業活動計算書	
介護保険事業収益	474,267,528
経常経費寄付金収益	46,000
サービス活動収益(1)	474,313,528
人件費支出	290,390,776
事業費支出	71,988,459
事務費支出	81,204,112
利用者負担軽減額	0
減価償却費	23,687,494
国庫補助金等特別積立金取崩額	-6,554,176
サービス活動費用計(2)	460,716,665
サービス活動増減差額(3)	13,596,863
受取利息配当金収益	107,605
その他のサービス活動収益	1,443,795
サービス活動外収益計(4)	1,551,400
支払利息	2,093,114
その他のサービス活動外費用	1,222,188
サービス活動外費用計(5)	3,315,302
サービス活動外増減差額(6)	-1,763,902
経常増減差額(7)	11,832,961
拠点区分間繰入金収益	0
特別収益計(8)	0
固定資産売却損・処分損	1
特別費用計(9)	1
特別増減差額(10)	-1
当期活動増減差額(11)	11,832,960
前期繰越活動増減差額(12)	
当期末繰越活動増減差額(13)	11,832,960
次期繰越活動増減差額	11,832,960

みんなかたらんね イベントカレンダー

今年も開催決定 !!1年に1度のビッグイベント！
いつもお世話になっている皆様と一緒に大盛り上がりしたいと思っております！皆様お揃いでふるってご参加ください～！

地域の楽しいイベント

9/15(土)
『キタクマ × アウトドアフェス』(玉名会場)
第4回 鍋松原ウォーターサバイバルゲーム大会
場所：鍋松原海水浴場
熊本の県北、菊池川流域の4市町(菊池市、山鹿市、和水町、玉名市)からなるエリアごとに様々なイベントが行われます。応募締め切り：2019年9月4日(水)17:00まで

10/14(月)
『寺フェス』
場所：本妙寺　開催時間：10～17時
仏教やお寺をより身近に感じてもらい、気軽に楽しく体験できる他にはないイベントとなっています。

ご訪問します♪ 募集してます♪

みかんの丘では、老人会などの訪問先やボランティアを募集しています！ボランティア募集については、歌や踊りの発表会やみかんの丘での、入居者や利用者の見守りや移動のお手伝い等も大歓迎です！

お問合せは『社会福祉法人 陽光 みかんの丘』まで
〒861-5348 熊本市西区河内町白浜字堀切1440-2
TEL 096-278-4055　FAX 096-278-4056　担当 / 松嶋

「自分らしく」を応援

みかんの丘で芽吹く、自立支援の道

住み慣れたこの場所で、いつまでも自分らしくイキイキと暮らしたい。
それは、誰もが抱く想いです。その想いと夢に寄り添い、あきらめる
ことなく、いつまでも自分らしい自立した生活を送って
いただくために、みかんの丘では、自立支援に向けた
新しい介護の在り方に挑戦しています！

デイ

在宅でいつまでも元気に、生活していけるように、〝足〟を鍛える。〝体力〟をつける。

「身体機能も栄養もバランスが肝心」

デイでは、自立支援の取り組みとして、在宅でいつまでも生活していけるように、身体機能を維持する事を目標にしています。自宅で自由に動く為には、下肢機能（足）がしっかりしていなくてはいけません。食事・入浴・排泄・家事・趣味活動など、自分で目的の場所まで行って実行する事が大切です。下肢機能が良好でないと、色々な活動に制限が生じてしまいます。また、自分でも「転倒したら迷惑をかけるから…。」と、自分自身で制限してしまう方もいらっしゃいます。

現在、パワーリハビリ器具が、4種類あり皆さん意欲的に取り組まれています。私達は、立った状態・歩行時には、絶妙にバランスを取っています。それには筋肉が働いていますが、意識してバランスを取っているのではなく、無意識にバランスを取っているのです。普段、使わない筋肉も動かして転倒しにくい〝足〟を鍛えています。

また、鍛えただけでは、筋肉を維持できません。そのために、栄養を取ることを忘れてはいけません。栄養不足になると、体力低下や免疫力低下を起こしてしまいます。昼食をご利用者全員食べられていますが、5～6品目のバランスの取れた昼食が好評です。そこで、体重減や食欲不振の方に、どんな食品にどんな栄養があるのかを印刷してご本人やご家族（数名の方）にお渡ししました。毎日5品目のおかずは大変です。栄養摂取のヒントになればと思っています。身体機能を鍛え、しっかりと栄養を取り、身体も心も健康でいる事が、自立に繋がります。

これからも、ご利用の皆様が、健康でいきいきとした生活が送れるように、デイスタッフと一緒に取り組んでいきましょう。

特養

「同じ食事が食べたい。」そこから始まった日々の変化。そして、これから。

「意欲を大切に、共に少しずつ」

Aさんは、今年の5月に病院から「みかんの丘」に入所されました。入所当初は、一日中オムツを着用し、臀部（でんぶ）には褥瘡（じょくそう）ができている状態でした。車椅子に座っている時は、お尻の痛みを訴える事が多く、食事以外の時間は、ほとんどベッドで過ごされていました。食事はミキサー食を提供していました。最初は食事に集中出来ずに食べこぼしが多かったが、他利用者の食事を見て「同じ食事を食べたい」と食事に対しての意欲がでてきました。摂取状況を見ながら徐々に食事形態をアップし、今では御飯に副食は一口大にして提供。介助スプーンを使用して自力で食べられています。病院では1日のカロリーが1400カロリーで提供されていましたが、「みんなの丘」では1500カロリーで提供しています。その結果、栄養状態も改善でき体重も5月上旬は38・9kgから5月下旬39・6kg短期間で0・7kg増量。BMI（ボディマス指数）19・6から20・2にアップしました。褥瘡に関しては、まず排泄の際はトイレへ誘導し、オムツ交換からトイレ誘導に変更しました。ベッドで休まれる時は2時間おきに体位変換を行い、毎日、消毒、処置をして清潔を保ちました。食事もしっかり食べられるようになり、褥瘡も改善しました。褥瘡が治った事で、お尻の痛みの訴えも少なくなり離床の時間も増えて今では、午前・午後の集団体操にも参加されています。

今後は立位訓練も行ない、拘縮が進まない様支援していきます。

管理栄養士のお元氣レシピ

夏野菜の和え物

今が旬の野菜を使った和え物です。オクラといえば特徴的なのが、あのネバネバ。ネバネバには、整腸作用、認知症予防、動脈硬化予防、夏バテ予防、疲労回復などの作用があります。ミニトマトはがん予防、免疫力向上、老化抑制、整腸作用など多くの健康効果があります。きゅうりは95%が水分であり、エネルギー量はとても低いです。とげのあるものの方が新鮮ですので、選ぶときにはとげのあるものを選んでくださいね。旬野菜は意識的にとりたいですね。

材料　2人分

きゅうり……1本
オクラ……4本
大葉……3枚
ミニトマト……4個
しょうゆ…小さじ1/2
ごま油……適量
塩……ひとつまみ

作り方

❶オクラを沸騰したお湯でゆで、5㎜程度の幅に切る。
❷きゅうりはななめに薄切り（少し厚め）し、細切りする。
❸大葉は細切り、ミニトマトは1/4にカットし、大きければさらに半分に切る。
❹すべての材料を混ぜ、味付けする。

紹介した材料のほかにも、ミョウガなどを入れてもおいしいです。好みの野菜で作ってみてください。オクラをゆでる以外には火を使わないので簡単にできます。