

HAKUYU

はくゆう

特集

1年の締めくくり。
昨年一番輝いたのは、
あなたです。



Model: 雪うさぎ
Photo: 織田さん



Hakuyu Recipe

#004 鶏のワイン煮込み



材料(1人前)

- ・鶏もも 80g
 - ・赤ワイン 15ml
 - ・デミグラスソース 30ml
 - ・にんじん 30g
 - ・セロリ 15g
 - ・たまねぎ 30g
 - ・にんにく ひとかけ
- ★添え(お好みで) マッシュポテト、ブロッコリーなど



作り方

- ①野菜を色づくまで炒め、鶏肉に焼き色をつける。
- ②デミグラスソースと水を加えて柔らかくなるまで煮込む。
- ③赤ワインを入れ煮詰める。
- ④鶏肉を取り出し、野菜を裏ごしする。
- ⑤裏ごしした野菜を戻して煮汁を煮詰める。
- ⑥鶏肉を戻し、温まったら盛り付けして完成。



ホカホカ



赤ワインパワー
赤ワインで鶏肉を煮込むと、ワインの深いコクと豊かな風味が鶏肉にしっかり染み込み、旨味が引き立ちます。また、赤ワインに含まれるポリフェノールは、抗酸化作用があり、健康にも良い効果が期待できます。家族みんなで楽しめる贅沢な一品をどうぞ。



特別養護老人ホーム ハビータウンKOBÉ
管理栄養士 飯田

表紙写真大募集



広報誌「はくゆう」の表紙写真を募集します！
博由社で働く職員の皆さんはもちろん、利用者様、ご家族様、地域の皆様どなたでも応募頂けます。
採用となった方には粗品をプレゼント♪
詳しい応募方法はHP「広報」ページをご覧ください。
みなさまからのご応募お待ちしております。



応募詳細ページはコチラ



編集後記

明けましておめでとうございます。
今年の年末年始は長い休暇でしたね。
でも、あまりの寒さに家から出られなくて、美味しいごはんを食べてはお笑いを見てひとしきり笑ったら寝る、という毎日を過ごしてしまいました。
みなさんはどんな年末年始でしたか？

発行
社会福祉法人 博由社

〒674-0051
明石市大久保町大窪2573-16
TEL: 078-934-9161
<https://hakuyusha.or.jp/>



法人HP



HAKUYU_SHA
インスタグラム



新年のごあいさつ

謹んで新春のお喜びを申し上げます。
旧年中は、当法人の運営に当たって、皆様の温かいご理解とご支援を賜りましたことを心からお礼申し上げます。

昨年をふり返ってみますと、当法人におきましては、新たに中期経営戦略（令和6年度～8年度）をスタートさせるとともに、人事・給与制度改革や働き方改革を進めたほか、虐待防止宣言や虐待防止スローガンの募集・選定、公開セミナーの開催を行うなど従来の枠を越えた様々な取組みを進めてきました。

5つの拠点施設においても、新型コロナウイルス感染による制約がなくなったこともあり、利用者サービス向上と地域貢献のため、それぞれ特色ある活動を積極的に展開しました。

いくつかご紹介させていただきますと、

博由園では、理学療法士の増員によるリハビリの充実や地域交流イベント“博フェス2024”、パラスポーツ地域交流大会の実施、

ハビネスまつまでは、ヒヤリハットへの重点的取組みによる事故防止や日中活動への図書館読書体験・近隣公園清掃活動の取入れ、

つつじ園では、新たに日中活動での夏季シャワーサービスやボランティアの協力による畑作業の実施、受容的交流療法を通じた他施設との交流、

透鹿園では、多床室のプライバシー保護改修工事着工（今年3月完成予定）のほか、地域夏祭りへの出店、

灘の浜では、デイサービス・プログラムの改善やボランティアによるトッグセラピー等多様なレクリエーションの導入、認知症への対応力向上などです。

新しい年を迎え、私共は一層のサービス向上と社会貢献をめざし、利用者様一人ひとりに寄り添い生きがいをもって笑顔で暮らしていただけるよう、関係者の皆様と手を携えながら努力してまいります所存です。

本年も変わらぬご支援、ご指導を賜りますようお願い申し上げますとともに、皆様のご健勝とご多幸を心よりお祈り申し上げます。

社会福祉法人 博 由 社
理事長 三 輪 眞 己



#01 ごあいさつ

#02 冬号特集

#03 職員インタビュー

#05 PHOTO DAIARY

#07 活動NEWS

#09 ○○が教える！

#10 施設探訪

#11 冬のレシピ

INDEX

HAKUYU

#01 ごあいさつ

R6
Nov.Dec.

Award Ceremony

博由社 表彰式

HAKUYUSHA

01 令和6年度博由社表彰式



1年目3年目5年目
表彰も開催！

12月10日に永年勤続表彰、理事長表彰、施設長表彰、虐待防止スローガン表彰の表彰状授与式が開催され、みなさんに表彰状と副賞が授与されました。今年度から対象者が拡充され、たくさんの職員さんが表彰されました。これからも博由社は働きやすい職場・働き続けたい職場を目指してまいります！

～表彰者～

【15年表彰】

博由園：山本さん 栗原さん 大矢さん
加古川市立つつじ園：松森さん
ハビータウンKOBÉ：高畑さん 林さん 山本さん

【10年表彰】

博由園：石本さん 浜崎さん 山名さん 森田さん 青木さん
加古川市立つつじ園：野村さん
透鹿園：金さん 香田さん
ハビータウンKOBÉ：上田さん 青木さん 秋山さん 田中さん

【5年表彰】 5名

【3年表彰】 13名

【1年表彰】 18名

【理事長表彰】 2名、4組

【施設長表彰】 6名、2組

02 サービス実践等報告会



第2回サービス実践等報告会が開催され、法人内の各施設がそれぞれの取り組みを共有しました。参加者はお互いの活動を知り、意見交換を行うことで、法人全体での支援向上を目指しました。今年も各施設の特色が反映された報告会となり、有意義な学びの場となりました。

03 虐待防止スローガン

最優秀賞

令和6年度虐待防止スローガン
最優秀作品

立ち止まろう その一言は 大丈夫？

その一言は 立ち止まろう 大丈夫？

優秀賞

- 気づいてますか？利用者さんの“心の声”
- 守ろう尊厳～虐待 しない させない～

努力賞

- 使うならやさしく使おう介護（支援）の手
- 「その行動、ふり返ってみて！虐待かも」
- 「ピッピッ」虐待防止警戒アラーム発令中！！
- 虐待に、イエローカードは、ないのです
- ひろげよう 思いやりと 寄りそう心

今年度より開催した虐待防止スローガン。160件の応募の中から最優秀賞・優秀賞・努力賞に輝いた職員さんのスローガンを掲載いたします。

#01 明石市功労者表彰

博由園の質部施設長が、2024年度の明石市福祉功労者表彰を受賞しました。この表彰は、地域社会における福祉の充実に貢献した個人を讃えるもので、長年にわたる福祉分野での尽力が評価されました。受賞式は11月1日に明石市役所で行われ、市長から表彰状と記念品が贈られました。

受賞者の声
「このような栄誉をいただき、心より感謝しております。今後も福祉の現場で一層努力し、地域の皆様と共に支え合っていきたいと思っております」



#02 冬号特集

#02 兵庫県知事表彰

加古川市立つつじ園の松浦課長が、2024年度の社会福祉事業功労者表彰において優良施設職員として表彰されました。この栄誉は、福祉施設での長年にわたる献身的な働きかけと、地域福祉の向上に対する卓越した貢献を称えるものです。表彰式は[日付]に兵庫県庁で行われ、市長から表彰状と記念品を授与されました。

受賞者の声
「このような栄誉をいただき大変光栄です。今後も利用者の皆様と安心して過ごせる環境作りに力を尽くし、福祉の現場で更なる努力を続けてまいります」

先輩 × 後輩

施設理学療法士として働くお2人に理学療法士の仕事内容や利用者様との関わりについてインタビューしてきました。

堀 お2人が博由園に入職された経緯を教えてください。

渡辺 以前は老人保健施設や訪問リハビリテーションで働いていましたが、博由園で働いている友人から来てみないかと誘われ、見学に訪れた際に施設の雰囲気がとても良いと感じました。それがきっかけで博由園に入職し、現在14年ほど勤務しています。

中村 私は、元々スポーツトレーナーを目指して専門学校に進学しましたが、学んでいくうちに自分が関わりたい分野とは違うと感じるようになり、スポーツトレーナーの専門学校を卒業後、理学療法士の専門学校に進学しました。その後、新卒で理学療法士として入職し、現在は7年目を迎えています。

堀 施設で働いている理学療法士の仕事には、どんな内容がありますか？

渡辺 博由園では、入所と通所を合わせて約100人の方が利用されていて、そのうち

約9割の方にリハビリを提供しています。主な目的は、身体機能の低下を防ぎつつ、現在の状態を維持することです。病院で行われるような関節可動域の運動や筋力トレーニングもリハビリの一环ですが、生活支援を目的とした施設では、これらあくまで手段の一つとして考えています。環境整備や車いす、自助具の選定などを通じて、利用者さんがより良い生活を送れるよう支援することが、施設の理学療法士の役割だと考えています。

堀 他の職種と連携しながら生活支援を行っていくと思いますが、どのような形で関わっているのでしょうか？

中村 そうですね。利用者さんにはそれぞれに合った車椅子が必要で、その選定も私たちが担当していて、それに基いた適切な介助方法、姿勢の修正などのアドバイスをしています。さらに、利用者さん一人ひとりの身体状況に応じて、個別の移乗方法の相談に乗ったりもしています。

堀 これまで多くの利用者さんと関わってこられたと思いますが、特に大変だったことや、印象に残っていることはありますか？

渡辺 通所の利用者さんで元々は自分で歩いて生活していたけれど、痛みや身体的な変化で日常生活に支障が出るようになった方がいたんです。食事や入浴、移動が難しくなり、行政や医療機関、家族と連携して、階段昇降機の申請や家の中

理学療法士として関わる施設での支援

左) 理学療法士 渡辺さん
右) 理学療法士 中村さん



の安全対策（シャワーチェア、滑り止めなど）の調整や特殊な車椅子の申請もサポートなどをしたんです。訓練だけではなく、福祉用具や制度を活用して、生活スタイルや好みに応じたこれまでと変わらない生活をいろんな機関を巻き込んで支援したことが一番大変だったなと思います。

堀 通所の利用者さんがそのような状況になった場合、家庭まで確認に行くことはよくあることですか？

渡辺 家族さんが望む場合は行っています。それに、施設にいる時だけでなく、自宅でも同じように生活できるようにと、訓練内容なども自宅の生活と連携させています。そのためには、家族や本人との信頼関係が重要で、何かあれば「理学療法士に相談しよう」と思ってもらえるような関係づくりを心がけています。

堀 そこまでの信頼関係を築いていくのは大変ではないですか？

中村 ありがたいことに私は渡辺さんがこうやって築いてくれた道を後ろから歩かせてもらっています。（笑）ただこれからは自分が一から利用者さんを理解し支援していくのに、まだうまく信頼関係を築けていない部分があって、渡辺さんみたいにやるのは難しいなと感じています。

渡辺 リハビリの訓練はマンツーマンで関わることも多くて、嫌われることもあるんです。でも中村さんって、誰にでも受け入れられるキャラで、利用者さんみんなから好かれていたり、職員とのコミュニケーションもよく取れているなって思います。

中村 入職時に渡辺さんに言われた、「職種に上下はないよ。私たちはチームで動いているんだから、医療職だからとか介護職だからとかで区別せず、一緒に支援していこう！」という言葉が今でも心に残っていて、それを大切にしてきたからこそ、今の関係性が築けているのかなと思います。

堀 それでは最後にお互いへの想いや今後の目標などを教えてくださいませんか？

渡辺 中村さんには私の考えや思いはきちんと伝えてきたつもりですので、私と同じ方法でなくても構いません。ただ、その根底にある思いは同じように持っていてほしいと思っています。やり方はそれぞれ良いですが、目指す方向性は共通してほしいなと思います。

中村 そうですね。最近は任せられることが増えてきましたが、やはり時々「渡辺さんに聞いてみます」と言われてしまうことが多いのでそれを少しずつ減らしていきたいというのが、今の目標です。今、渡辺さんは現場から離れているんですが利用者さんから、「渡辺さんが良かった」とか、「次は渡辺さんにしてもらいたい」という声がたまに聞こえてきます。そうした声がないかなるようにしていくのが目標です。



障害者支援施設 博由園
明石市大久保町大窪2573-16



メリークリスマス



博由社の日常をお届け。



透鹿園
大迫力の男声合唱団ボランティアさん。

透鹿園
左：調理レク（クリスマスケーキ） 右：クリスマスツリー準備



ハピータウンKOBÉ



ハピネスさつま
神社清掃



ハピータウンKOBÉ
感染予防研修。正しく个人防护服が着脱できるか。

ハピネスさつま

透鹿園



博由園

サンタに変身！
赤組・白組にわかれてスポーツ大会！



ハピータウンKOBÉ
銭太鼓のボランティアさん。



つつじ園
メリークリスマス！
綺麗にツリーをかざりつけ！



ハピータウンKOBÉ
忘年会でのビンゴゲーム！
さあ誰が最初にビンゴになるのかな？



ハピネスさつま
みんなでサンタさんやトナカイに変身！

ハピネスさつま
ばんたん・ゆうあい作品展に出品！

HAKUYUSHA PHOTODIARY WINTER EVENT

ACTIVITY NEWS

Vol.
2地域の皆さんと一緒に楽しむ！
パラスポーツイベント開催写真
左上・右下：卓球バレー 右上・左下：ポッチャ

2024年10月、博由園にて「地域とともに楽しむパラスポーツイベント」が開催されました。このイベントは、障害の有無に関わらず、誰もが楽しめるスポーツを地域の皆さんと一緒に楽しむことを目的に企画されました。

手に汗にぎる白熱した競技

イベントでは、卓球バレーとポッチャを開催。一緒に参加した職員からは「卓球バレーは初めて体験したけれど、こんなに白熱する競技だとは思わなかった。」と話すほど白熱した戦いとなりました。

障害の有無を超えた交流の場

今回のイベントは、障害を持つ方々と地域住民が共にスポーツを楽しむことで、相互理解を深めることを目的としています。イベントに参加した利用者さんは、スポーツを通じて「自分の力を発揮できた」と満足の表情を浮かべ、地域の方々と笑顔で交流していました。

地域の支援で実現した素晴らしい一日

このイベントは、地域のスポーツクラブの方の協力により実現しました。イベントを通じて、地域住民が一体となって障害者スポーツに対する理解を深め、今後の地域活動に活かしていくことを期待しています。イベントの最後には、参加者全員が集合し、感謝の気持ちを込めた閉会式が行われました。地域の一員として、互いに支え合い、共に活動していくことの大切さを再確認した一日となりました。

開催協力
高丘東スポーツクラブ

博由社内定式と懇親会を開催！



2024年度新卒内定者を迎える内定式を開催しました。式典では、理事長をはじめ施設長、事務局職員から内定者の方々に向けて温かいメッセージを送りました。式典では、内定者一人ひとりが今後に向けた意気込みを語る時間も設けられ、参加者全員が博由社の一員としての自覚を深める場となりました。

内定式後には、内定者同士と先輩職員が交流を深める懇親会も実施され、軽食を囲みながら自由に意見交換が行われました。これから、不安や挑戦が待っていますが、博由社ではその不安を共に乗り越え、成長できる環境を提供できるよう、職員に寄り添った教育環境を用意しています。これから一緒にがんばりましょう！

特定技能外国人
新しく2名が博由社に入職

当法人に、インドネシアから新たに2名の特定技能外国人が加わり、フレッシュな風が吹き込まれました。すでに勤務しているインドネシアからの職員と、早速懇談の場を設けました。その場には、和やかな雰囲気が広がり、笑顔が絶えませんでした。

福祉の現場で働く上で大切なのは、チームワークとコミュニケーションです。今回の懇談会を通じて、インドネシアから来た実習生たちが互いに助け合い、成長していく姿が想像できました。これから一緒に働く中で、さらに深い絆を築き、より良い福祉サービスの提供を目指して、共に歩いていってほしいです。新たな仲間を迎え、施設はますます明るく、活気に満ちた場所となりました。

写真
左：ドゥイさん 中：アイさん（新入職） 右：アディさん（新入職）

職場環境の向上と業務効率化を目指して

業務の効率化や社員の安全・健康を最優先に考え、日々の作業環境の改善に取り組んでいます。その中で特に注力しているのが「5S活動」です。5S活動は、整理・整頓・清掃・清潔・しつけの5つの要素から成り立つ活動で、企業全体の生産性向上と社員の意識改革を目指しています。今回は、透鹿園園で実施している5S活動の取り組みをご紹介します。

5S活動が変えた業務負担

段ボールで届いたオムツを棚に出す作業は、毎回時間がかかり、在庫の数を数えるのも手間がかかっていました。棚に出すために一度段ボールを開封し、個別に並べ替えた後、在庫の数を確認する必要があり、これが業務の負担になっていました。そこで、5S活動を通じて作業効率を見直すことにしました。その中で「段ボールのまま保管しても問題ないのでは？」というアイデアが出てきて、段ボールのまま在庫管理ができるなら、開封して並べ替える手間が省け、作業時間を短縮できると考えました。実際にこの方法を取り入れることで、業務時間が大幅に短縮され、在庫管理もシンプルになりました。段ボール内の在庫数をそのまま確認できるようになり、管理の負担も軽減され、効率的な作業が実現できました。この改善によって、業務のスムーズさが増し、スタッフの負担も減る結果となりました。

写真
左上：オムツ置き場（5S活動前） 右上：オムツ置き場（5S活動後）
左下：倉庫（5S活動前） 右下：倉庫（5S活動後）

5S活動のこれから

倉庫の整理整頓や冷蔵庫内の収納など、大きな場所から小さな場所まで、日々改善活動を行っています。これらの取り組みは、業務の効率化を図るだけでなく、作業環境を安全で快適に保つためにも重要です。整理整頓が進むことで、必要な物品がすぐに見つかり、無駄な時間を減らすことができ、職員の負担が軽減されるとともに、利用者さまにもより迅速で安全なサービスを提供できるように努めてまいります。

基本理念の

オハナシ#1

通所や短期入所利用者さんは、家族が在宅介護をしており、中でも高齢の親御さんが健康不安を抱えながら介護をしていることがよくあります。そんな状況に触れて、利用者さんだけでなく、親御さんの体調にも気を配っています。ある日、親御さんと電話で話している際、疲れている様子を感じ、ご自宅の様子を見に行ったら、寝込んでおり「これ以上は自宅での介護が難しい」と話されました。これまで周囲に言えなかったことを打ち明けてくださり、話し合いの結果、施設への入所が決まりました。利用者さんも「がんばりたい」と前向きに話され、親御さんも安心された様子でした。この対応は、職員が理念や方針を意識して行った行動ではなく、自然体でできたことが嬉しく、日頃から利用者や家族との関わりを大切にしていけば、理念や方針は自然に体現できると感じています。現在も、博由園全体で利用者支援、家族支援に取り組んでいます。

博由園施設長 賀部

あかしSDGs 海岸清掃 地域の環境保護に貢献



ルアーやプラスチック、タバコのゴミをたくさん！

2024年10月24日、明石市内の大蔵海岸にて「あかしSDGs海岸清掃」が開催され、10人が参加し、合計8袋のゴミを回収しました。この活動は、持続可能な開発目標（SDGs）の一環として行われ、海洋環境の保護と地域社会への啓発を目的としています。

参加者は、海岸に散乱したプラスチックごみや生活ゴミを集め、特に目立ったのが、ルアーやタバコの吸い殻、カップ麺などのプラスチックでした。これらのゴミは海洋生物に対する危険があり、地域の海洋生態系への影響が懸念されています。他人事ではなく自分事と考え、ゴミのポイ捨てをしない、ゴミの分別を守るなど当たり前のことを当たり前に行えるようにしていかなければと改めて考えさせられる活動となりました。

今後も定期的に清掃活動を実施し、まずは法人内で環境問題に対する意識を高めていければと思います。

は引く前に**対策!**



看護師が教える
特別養護老人ホーム ハッピータウンKOBE
小池看護師

01 水分補給・湿度

冬は気温が低いと水分摂取量が減ってしまいます。喉が渇いていなくても1日1.2リットル程度の水分補給と湿度が高いと細菌やウイルスの活動が急激に低下する為、湿度の目安は50~60%を保つようにしましょう。



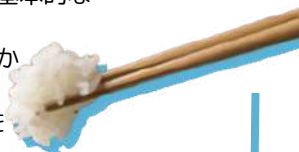
02 室内の換気



ウイルスは高温多湿で生存しにくいという特徴があり、空気中では3時間程生存すると言われています。そのため2~3時間おきに新鮮な空気の入替えを行いましょう!

04 バランスのよい食生活

バランスの良い食生活を心がけるのは基本的なことです。中でもビタミンやたんぱく質は欠かせない栄養素でビタミンは、とくにA.C.Eが大切で体内の活性酸素の働きを妨げ免疫細胞の機能低下を防ぎます。食材で言うと鶏肉や大豆、ニンジンやカボチャレバーや鮭など豊富に含まれており、これからの季節は鍋に入れて食べるのもいいですね。



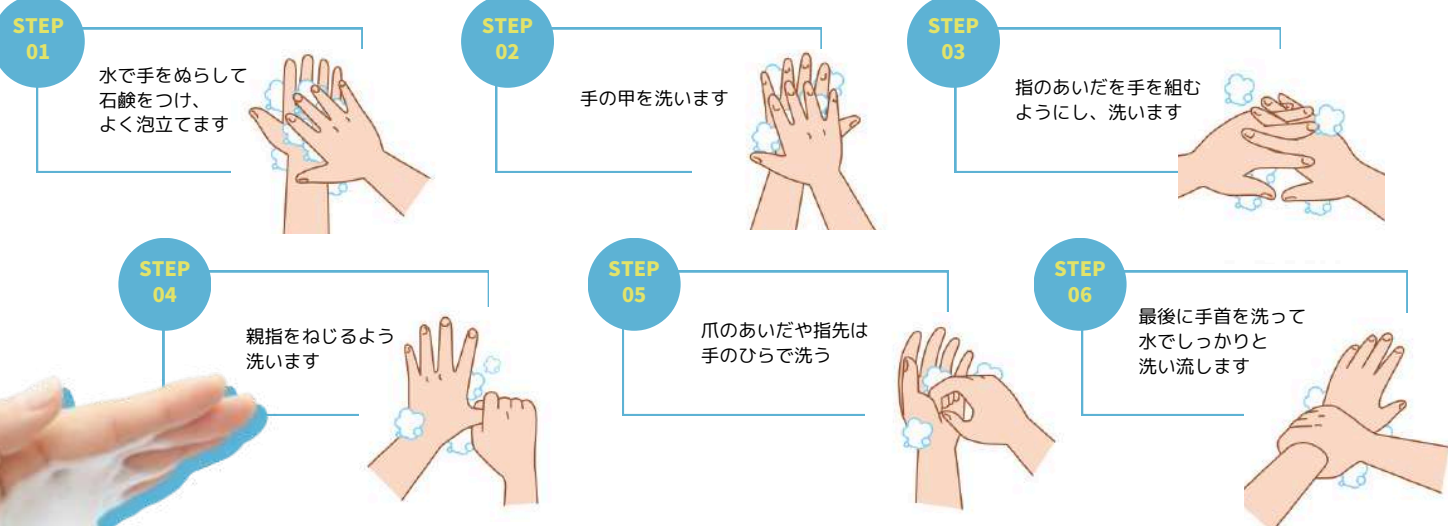
03 十分な睡眠

質の良い睡眠がとれているか4つのポイントをチェックしてみてください。

- ①寝つきが良い
 - ②途中で目が覚めることなく、ぐっすり眠れる
 - ③目覚めがスッキリしている
 - ④日中に眠気を感じない
- どうでしたか? 免疫力の維持や向上のために質の良い睡眠を十分にとるようにしましょう。



05 正しい手洗いとうがい



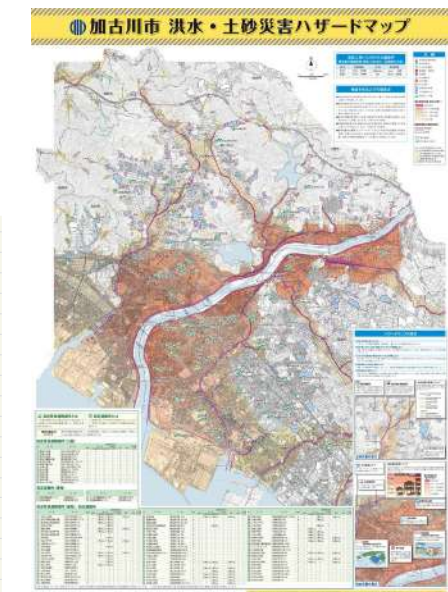
手洗いは手指などに付着したウイルスを物理的に除去するために有効な方法で、うがいは口の中の清浄をします。外出後の手洗いうがいは感染症予防に一番効果的でおすすです。なお手を洗う手順を繰り返し2度洗いするとさらに効果的です。



つつじ園の**防災・防犯**の取り組み

加古川市立つつじ園は、土砂災害警戒地域に位置していることから、常に防災への意識を高め、定期的な訓練を実施しています。土砂災害訓練、消防総合訓練などをはじめ、バス避難訓練、消火訓練、AED講習など、多岐にわたる訓練を通じて、もし災害が発生した場合でも、利用者様と職員が迅速かつ安全に避難できる体制を整えています。これらの訓練は、災害時の混乱を最小限に抑え、避難行動のスムーズな実行を助けるために欠かせないものであり、日々の備えとして、全員で協力しながら取り組んでいます。

▼加古川市洪水・土砂災害ハザードマップ



防災備蓄



災害時に最も重要なのは、食料と水の確保です。長期保存可能な食材を中心に、多様な食品を取り揃え、災害時の食を確保をしています。

▼備蓄食訓練



防災設備

防災無線により災害時の情報をいち早く把握し、安全な避難を行うことができます。



医療・衛生

▼緊急持ち出しポーチ



防災・防犯訓練

