

義務付けられている 運営懇談会の実施

優良な有料老人ホームの
見分けるポイントとして、ガイド
ブックなどでよく紹介されてい



▲参加者が一番楽しみにされているのはスライド上映

るのが、運営懇談会の実施
実績です。施設側とご入居
者様やご家族が意見を交換
する運営懇談会は、厚生労
働省の指導で実施が義務付
けられています。施設側は定
期的にサービスや財務などの
状況について説明し、要望



気兼ねなく ご意見を伺える 環境づくりを

3月3日(火)午後、アウルで
第7回となる運営懇談会が行
われました。体調に問題のな
いご入居者様のほか、複数の
ご家族のご参加があり、事前
に希望された方は、桃の節句
を祝う昼食をアウルで一緒に
摂りました。

3カ月に1度行っているの
ですが、第1回はご家族の出席
がゼロ。ご入居者様もいつも
と違う雰囲気になんとなく緊



▲懇談会前の昼食は、出席のご家族もご一緒に

張気味でした。ご家族も楽し
く参加でき、皆さんに普段思っ
ていることを気兼ねなくお話
しいただくため、職員は毎回
工夫を重ねています。

懇談会中は、お茶とお菓
子でリラックスしていただける
ムードづくり。今回は、
厚生労働省の「寝
たきりゼロへの10か
条」をわかりやすく
お伝えするために、
スライドを用意しました。

また、昨年2月の
第3回からは、日々

や意見を汲み上げて運営に
反映させるよう努めることにな
っていますが、頻度や内容に
ついては施設側に任されて
おり、有料老人ホームの姿勢
やサービスの質が最も現れや
すい部分といえるでしょう。

では、「アウルコート真駒内」
の運営懇談会はどんなようす
なのでしょう？

のスナップ写真を集めて10分
ほどのスライド上映を実施。活
動的な暮らしぶりがよくわか
るとご好評をいただいています。
ご入居者様は思い出を振り
返り、ご家族は元気なようす
に安心し、職員も含め皆が笑
顔になれるひとときです。

質疑応答は、表情が和らぎ、
場が温まったスライド上映後
に行います。今回は運営懇談
会が終了してからもご質問を
いただき、気軽に遠慮せずコ
ミュニケーションできる環境
づくりを手応えを実感できま
した。

ご家族と距離を縮めるひとときに 運営懇談会を、もっと明るく、もっと楽しく



アウルの四季彩々日記

●2/3(火)

節分は鬼と豆で



ご入居者様が描かれた鬼の絵、
お昼ごはんの太巻き、ティータイム
には落花生。派手なイベントはしませ
んでしたが、アウルらしい節分を楽し
みました。



●2/20(金)

人気の鍋パーティー

寄せ鍋をしたこの回から鍋の数を6
つに増やし、「お鍋が近くなった」と、
さらに人気上昇。お鍋は3/25(水)の
海鮮鍋で終了し、冬にまた復活する
予定です。



●2/10(火)

ひな人形飾り

今年もレストランにひな人形を飾り
ました。ご入居者様は、おだり様や
おひな様など人形の配置をチェック。
7段飾りでレストランがぐんと華やか
になりました。



●2/26(木)

毎月開催、映画の日

昨春から始めた映画の日。この回
は『ALWAYS 続・三丁目の夕日』で、
たまたま訪問されたご家族も参加され、
皆様2時間半の長丁場をものともせ
ず鑑賞されました。



アウルで趣味活動

折り紙とちぎり絵を楽しんでいた趣味
活動に、昨年末新たに麻雀が加わりました。
ご入居の男性のリクエストに応えた
ものですが、ご家族や職員の参加もあり、
今では週2回・2卓で行う盛況ぶりです。

七福神を描いたちぎり絵の大作も完
成に近づきつつあり、こちらも熱が入っ
ています。



減塩調味料

中高年に多い高血圧。アウルでも例外ではありません。高血圧は塩分を控えなくてはなりません、お醤油やソースをしっかりとかけた味がお好きな方には、なかなかつらいものがあります。

アウルでは、医食同源の考

え方のもと、普段の生活の中で無理なく健康維持ができるよう、昨年8月から減塩醤油と減塩ソースを使用しています。

事前に給食運営委員会のメンバーで商品を味見して、どれを使うか検討したのですが、50～60%の減塩で、ソースはカリウムもカットされているのに、風味の違いは



ほとんどなし。ストレスとなるような制限を課すことなく食生活を健康的に変えることができ、職員一同喜んでいきます。

スタッフ リレーエッセー

「ジョハリの窓」

人は誰でも「4つの窓」を持っていると、以前知人が話してくれました。「明るい窓」＝自分も他人も知っている自分。「盲目の窓」＝他人だけが知っている自分。「隠された窓」＝自分だけが知っている自分。「未知の窓」＝自分も他人も知らない自分。特にこの窓には、潜在能力が眠っているそうです。

「今の自分はどの窓が開いているのか」と考えれば考えるほど、とても深い意味を持っていると感じられ、ずっと頭から離れません。

アウルという環境は私にいろいろな発見を与え、人生を楽しくしてくれています。自分ばかりでなく他人に目を向けることで、自分も成長していける。そして、

介護士 大島 亜美



誰もが無限の可能性を秘めている。そのサポートを少しでもできればと、私は日々頑張っています。

※「ジョハリの窓」＝「4つの窓」理論の別称。ジョハリはこれを発表したアメリカの心理学者ジョセフ・ルフトとハリー・インガムの名前を組み合わせた造語。

今日のランチ

あら、おいしそう!

アウルコートのいやし課長
キャバリアの「らんこ」です



入居相談 受付中

ご見学やご相談は随時受け付けています。
お気軽にお問い合わせください。
☎フリーダイヤル
0120-916-768

●介護付有料老人ホーム(一般型特定施設入居者生活介護)
アウルコート真駒内
〒005-0016 札幌市南区真駒内南町4丁目5-3
TEL.011-588-1122 FAX.011-588-1133

交通機関 ●地下鉄南北線「真駒内」駅下車
●じょうてつバス「真駒内駅前」停で真駒内線に乗車(約5分)「南町4丁目」下車(徒歩約4分)

アウルコート真駒内 検索 <http://www.owlcourt.jp>



ふくろらの家 その10 2009年4月 だより

●発行/株式会社私の青い空
●編集/アウルコート真駒内広報室 〒005-0016 札幌市南区真駒内南町4丁目5-3 ☎011-588-1122



最後の授業

代表取締役 武田 治信

2007年9月18日、アメリカのカーネギーメロン大学の講堂で、一人の教授が「最後の授業」を行いました。コンピューターサイエンスが専門で、バーチャルリアリティに関する研究の第一人者であるランディ・パウシュ氏です。この講義の1カ月前、彼はすい臓がんの転移がわかり余命宣告を受けていました。

この講義の動画がインターネットにアップロードされて話題となり、本にもなりました。語られていた内容にとっても感銘を受けたので、ここで少しご紹介したいと思います。

・レンガの壁がそこにあるのには、理由がある。僕たちの行く手を阻むためにあるのではない。その壁の向こうにある「何か」を自分がどれほど真剣に望んでいるか証明するチャンスを与えているのだ。

・私たちは配られたカードを変えることはできない。ただどんな手で勝負するかは変えることができる。

・人の一番いいところを探す。誰でもいつか必ず長所を見せてくれます。何年かかってもひたすら待つことです。悪いところだけの人間は一人もいません。

……などを、幼い頃に抱いた夢をかなえるために自分がどうやってきたのかを交えながら、明るく話していました。そして、この講義の翌年7月25日に逝去されました。

「人生に訪れるチャンスの量と質は、それに向かった人の生き方に比例する」という彼の言葉を思い出しながら合掌。

参照:ランディ・パウシュ+ジェフリー・ザスロー著『最後の授業 ぼくの命があるうちに』(ランダムハウス講談社)