



ききょう便り

平成24年 新年号(第28号)



「岳遊」の皆様によるそば打ち

年頭にあたって

理事 細谷 辰雄

謹んで新春のお慶びを申し上げます。

昨年は、3月11日に三陸沖を震源とする国内観測史上最大のマグニチュード9の地震が発生し、大津波に襲われ壊滅的な被害を受けた。死者、行方不明者は2万人に達する戦後最悪の自然災害となった。罹災をされた皆様には衷心よりお見舞いを申し上げますとともに、一日も早く生活が回復されますよう、お祈りしております。また、女子サッカーの世界制覇の活躍に、多くの国民が感動し勇気づけられました。



開運暦の干支からみると昨年の卯年は痛みを伴う年でした。「卯」という文字には、「重い扉を開く」という意味があります。そして今年、辰年の「辰」という字には「震える。展開する」という意味があります。多くのもが動き、大きくなるというように読み解くことができます。

屋根棟の長い立派な家を建てるには棟を支えるためのうだつが必要で、昔はうだつのある立派な家を建てることは男の出世を意味しました。語呂合わせですが「卯」と「辰」に掛け、卯建と言う縁起の良い言葉があります。

今年も職員の皆さんには、個々人の立場を大切にし、利用者の方々の「幸せ」を実現するため、「うだつが上がる」よう努めていただきたいと思います。

本年も、皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げます。

社会福祉法人 桔梗会

特別養護老人ホームききょうの里
ききょうの里短期入所生活介護事業所
ききょうデイサービスセンター
ききょうの里居宅介護支援事業所
沼田市在宅介護支援センターききょう

ききょうデイサービスセンター岡谷
ききょうヘルパーステーション

〒 378-0002

群馬県沼田市横塚町 957 番地 2

TEL 0278 - 23 - 8831

FAX 0278 - 23 - 8832

〒 378-0061

群馬県沼田市岡谷町 687 番地

TEL 0278 - 23 - 8861

FAX 0278 - 23 - 8852

発行責任者 諏訪 光生

ききょうの里(ユニット型)の取り組み

大空グループでは…

一人ひとりに寄り添った関わりを
一日を笑顔で過ごせるように

大地グループでは…

自宅の延長線のような生活の場作り
一人ひとりの生活時間を把握し「普通の暮らし」をサポートする

ユニット型では、桜や紅葉の時季のドライブ、夏のバーベキューや花火など、利用者様に季節感を感じていただけるような行事や、みんな揃ってのゲーム、利用者様の誕生日当日に「お誕生日会」を行うなど、利用者様に寄り添った少人数ならではの取り組みを行っています。

お誕生日会は、ご家族を招いたり、ご希望により外食会にでかけたり、また、料理が得意の利用者様の時には皆で料理を作ったりと、家庭の誕生日会のような一人ひとりに合ったお祝いをしています。



利用者様から利用者様へ、「おめでとう」のことばと一緒に、笑顔と花束のプレゼントです。

料理好きな利用者様の誕生日には、みんなで手作りコロッケでお祝いしました。



ユニット型の主な行事

- 4月 お花見
- 5月 母の日 おやつ作り
- 6月 父の日 新緑ドライブ
- 7月 七夕 ききょうの里夏祭り
- 8月 花火大会 納涼祭
- 9月 敬老食事会 ぶどう狩り
- 10月 りんご狩り
- 11月 作品展 紅葉ドライブ
- 12月 クリスマス会 餅つき 忘年会
- 1月 新年会
- 2月 節分 おやつ作り
- 3月 雛祭り

*うどんやおやつを手作りしたり、花を植えたり、買い物や外食にも出かけています。



5月
前橋にあるバラ園へ出かけました。少し遠かったのですが、皆さん楽しんでいただけたようです。

9月
ご家族に囲まれて、普段と違った笑顔で食事会です。ご家族との関わりも大切にしています。



11月
秋晴れの日「白井宿」まで出かけてきました。紅葉した木の前で記念撮影です。

12月
年越しに向けて餅つきや忘年会で盛り上がりました。職員と一緒に杵を振り上げ「ヨイショッ！」



忘年会には皆で鍋料理を作り食べました。暖かい鍋を囲んで「乾杯！」

1月
1月1日新年を迎え、理事長のあいさつの後、お屠蘇と箱膳でお祝いをしました。



お正月は、利用者様が読み手になって皆で「カルタとり」や「福笑い」をして過ごしました。

フォトアルバム(行事紹介)

ききょうの里作品展



「樅袋」や「ウサギの置物」「はりえ」等、どれも心のこもった力作です。

季節の行事



干し柿作り
秋には皆で柿をむき干し柿を作りました。手作りの干し柿は、お正月のお飾りにも使いました。

昔ながらの「杵と臼」で餅つきをしました。つきたての餅は、きな粉やあんこでおいしくいただきました。



新年を迎えて



新年は、施設内の神社へお参りしたり、書き初めをして過ごしました。

リンゴの贈り物

年末に、沼田東中学校の皆様から、学校で収穫したリンゴをいただきました。ありがとうございました。



♪クリスマス♪
職員が扮したサンタクロースとトナカイに囲まれて「ハイ！チーズ」



行事参加について

ご家族の皆様へお願い

当施設では年間を通して、ご家族の皆様にも参加していただける行事も行っております。

昨年は、4月には沼田公園へお花見に出かけ一緒に公園内を散策していただき、7月のききょうの里夏祭りでは一緒にヨーヨー釣りをしたり、綿菓子やかき氷を食べながらお祭りを楽しんでいただきました。9月の敬老会は施設の開設20周年記念の祝賀会と合わせて開催し、ご家族と一緒に食事会をしてお祝いをしていただきました。12月の餅つきはご家族の皆様がお餅をついて丸めてくださり、つきたての美味しいお餅を一緒に食べることができました。たくさんのご家族の皆様に参加していただき、利用者様、ご家族の皆様共に大変好評をいただきました。ありがとうございました。

利用者様もご家族の皆様と一緒に過ごせる時間は本当に楽しそうで、どの場面でも終始笑顔がみられ、ご家族の絆をあらためて感じる事ができました。

今年も、ご家族の皆様



に参加していただける行事をたくさん予定しております。利用者様もご家族の皆様の参加を楽しみにさせていただきますので是非、多くのご家族の皆様に参加していただけますようお願いいたします。

(特別養護老人ホーム 森山)

昨年、腰痛予防講座に参加しました。



講師は、マッサージ・指圧師として治療院を開いており、健康運動指導士として県内各地で予防講座を開催しています。

今一番多い患者さんは、脊柱管狭窄症という病気で、足のしびれや痛みで苦しんでいるそうです。50歳代の今から意識して生活すれば、少しは、あるいは大部分がこの症状を防げるのではないかと考えています。

ボールや棒、ゴムを使用した体幹トレーニングで正しい姿勢を作る。背伸び両脇腹ねじり、背中ねじり、脇腹伸ばし等のエクササイズを行い、きついところもありましたが全身がすっきりしました。その体を支える足はまた大事で、外反母趾・扁平足対策とウオノメ・タコ防止のために足指の横、縦ひろげのマッサージが有効です。

心身ともに健康で、利用者様に心から笑顔をお届けできるよう、“自分の体は自分で守る”レッツ・スタートです！

(ヘルパーステーション 芝宮)

職員紹介

この職に就いて

「何の仕事をしているの?」と聞かれ、「老人ホームで働いています」と答えると、ほとんどの人が「介護の仕事ですか?」と言います。老人ホームでの仕事は確かに介護の仕事が主体であると思いますが、その他にも運営・維持・管理に必要な部門は勿論あり、私は食事を提供する仕事、調理職員として勤めています。

この仕事の大変なところは、早勤務や遅勤務があり、勤務時間が不規則であることと、朝、昼、夕と定時に仕事を納めなければならないことです。毎日時間に追われています。その限られた時間内に料理を作り上げるのですが、食材を調理し料理を作る、その過程は限りなく存在します。鮭の切り身を調理します。焼くだけでも、焼き魚としてそれは立派な料理です。塩・胡椒、小麦粉をまぶしてバターで焼くと、鮭のムニエルができます。パン粉をつけて油で揚げればサーモンフライとしてそれも料理となります。一つの食材から様々な料理が作られます。さらに想像力を働かせて、鮭のムニエルにマヨネーズとケチャップを混ぜたオレンジ色のソースをかけて、パセリのみじん切りをちらしてレモンを添えてみます。見た目にも鮮やかなムニエルに変身します。

人にインスピレーションがある限り、料理もまた無限であり、そこを探求できることがこの仕事の面白さなのかも知れません。



調理職員
飯桶 晃史



ケアマネ

一口メモ

いどこ
ケアマネの居所、見てるとこ

ーケアマネさん ケアマネさん
ケアマネさんはどこにいるの?
手助けがあれば元気でいられる
皆の情けの集まる場所

ーケアマネさん ケアマネさん
ケアマネさんは何してる?
ヘルパーさんが訪問して
その優しさを伴侶にして
人生を生き直している
明るい笑顔のある場所

あるいはデイの仲間がよくて
身なりや姿勢にも気配りして
通うお洒落さんのいる場所

あるいは時間が止まって見える
気ままでユニーク 自分の世界
世間のしがらみさりと捨てた
病気? 孤独? それとも洒脱?

あるいはダンスホールの入口で
そっとエスコートされてるよう
脈を診ている看護師さん
聴診しているお医者さん
最後の床が温かい

ーケアマネさん ケアマネさん
ケアマネさんは何してるの?
手助けがあれば元気でいられる
その手助けを集める仕事

(居宅介護支援事業所 大平)

☆☆今後の予定☆☆

☆ききょうデイサービスセンター

- 2月 紙芝居(7~9日)
- 3月 ひな祭り誕生会(6~8日)
手作りおやつ・桜餅(中旬)
思い出アルバム贈呈(下旬)
- 4月 お花見ドライブ(中旬)



☆ききょうの里(従来型) ☆ユニット型

- 2月 節分(ユニット型3日・従来型5日)
- 3月 ひな祭り(上旬)
- 4月 お花見(中旬)
開所記念(22日)



☆ききょうデイサービスセンター岡谷

- 2月 節分・豆まき(3日)
- 3月 ひな祭り(3日)
ぼた餅作り(中旬)
- 4月 お花見(中旬)
草餅作り(下旬)



◇◇編集後記◇◇

新年を迎え早半月が過ぎました。冬らしい寒さが続いています。如何お過ごしでしょうか? 今年も、職員一同身を引き締めて頑張っていきたいと思えます。よろしく願いいたします。

さて、ききょうの里は昨年開設20年となり、建物も老朽化が進んでおり、それに伴い1月から改修工事が始まりました。

寒い時期の工事ですが、利用者の皆様には可能な限りご不便をお掛けしないよう進めて参りますので、ご協力の程、お願いいたします。

(総務 中山)

