



ききょう便り

平成26年 秋号(第39号)



ききょうデイサービスセンターのぶどう狩り

「プロフェッショナルの本領」

理事長 松井 文男



8月24日(日)“21世紀の森フェスティバル”が開催され、たまたま入場券を戴いたので久しぶりに21世紀の森に出掛けた。天候不順が続いているので空模様が少し心配されたが入場券に雨天決行とあり、雨天に備えた用意をして来る様に注意書があったので、万全の備えをして10時開場なので早目に出掛けてみることにした。それが幸いして、会場に一番近い所の駐車場に誘導され、登り坂を少し歩けば会場に到着出来るので安心して開場を待つことが出来た。会場に入って見ると椅子席が300近くあり、家族連れ等は芝生の上でゆっくり見られる様に出来ていて雨さえ降らなければ絶好の青天井席であった。又後方には、食べ物を主に出店が多数あり家族連れで楽しそうであった。今日のメイン出場者はプロ歌手の「松崎しげる」であるが主役の出演は午後の3時近くなので椅子に腰掛けてのんびり時間を過ごして居たが、色々の食べ物を楽しみながら山の空気を満喫しながら、舞台では各町村の協力団体が色々な演し物を用意して午後の3時近く、いよいよメインの松崎しげるが出演した。流石に最初からケタ違いの大きな声で挨拶をし歌い出したが、あまりなじみのない歌であるがそのアピールの仕方が流石に上手で全体の聴衆を自分のペースに引き込んでしまい自由に舞台一杯に動き廻るアクションは実に見事である。二千人近くの聴衆をのみ込んだ様な迫力には実に感心したものである。聴衆の中の高齢な人達までも椅子を立ち、手拍子を打ち始めたのには流石にプロの力は違うと改めて感心したものである。最後は「愛のメモリー」で終了したが、余りヒット曲の多い歌手ではないがテレビで見ているのとは全然違う迫力を出すのは野外の公演ばかりではなく、プロとしての力であろうと感じた次第である。プロフェッショナルとは、プロとしての能力を発揮して与えられた仕事を遂行することが何より大切であると思うのである。

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

厨房内をのぞいてみよう！



ききょうの里 給食係では、管理栄養士1名、栄養士2名、調理師4名、調理員3名の合計10名で利用者様の栄養管理・食事の提供を行っています。毎日、朝・夕食約65食、昼食約110食を「おいしい食事笑顔」をモットーに真心を込めて作っています。



良い匂いがしてきました…加工食品はできるだけ使わずーから手作りをしています。



朝から包丁のいい音が響きます。

見た目もおいしさの大切な要因。



刻み食やペースト食作りにミキサーは一日フル稼働です。



行事の時はより一層腕を振ります。



食品庫の中は…

非常食にも使用できる缶詰が沢山保管されています。東日本大震災で、物流が滞っていた時にはずいぶんと助かりました。今年の大雪は業者さんが頑張ってくれたおかげで非常食を使用することなく食事が提供できましたが、何が起こるか分からないので、備蓄は必要です。



非常食にはいろいろな種類があります



ランニングストックとして普段から使用している食品を多めに保管しています



フォトアルバム(行事紹介)



「秋の運動会」
みんなで一生懸命頑張りました。

「ぶどう狩り」
天気もよくておいしいぶどうをいっぱい食べました。



ききょうデイサービスセンター岡谷では
庭で稲を栽培しています。
利用者様が頑張って収穫してくれました。



「りんご狩り」
沼田東中学校の生徒さん
にお手伝いしていただき、出掛け
てきました。



「自分の生きる人生を愛せ。
自分の愛する人生を生きろ。」

「自分の生きる人生を愛せ。自分の愛する人生を生きろ。」これはジャマイカ出身のレゲエミュージシャンであったボブ・マーリーが述べた言葉です。彼は幼少期、10歳で父親を亡くしイジメにあり14歳から音楽に専念しました。周囲の黒人とは異なる容姿から「ドイツ人」というアダ名がつき、それを嫌って靴墨で顔を塗ることもあったそうです。私は彼の音楽活動と生き方を知り「自分の歩んできた人生は間違いでは無かった、自分の生き方を貫き通せ」という意味合いだと勝手に思っています。

人生って上ったり下ったり登山の様だと私は思っています。自分にとって良い出来事もあれば、そうでない時もあります。落ち込むときもあれば、気分が高揚してしまう時もあります。笑ったり泣いたり、黙ったり叫んだり…。人の生き様を見て「ああ、こんな金持ちに生まれたかったなあ」とか「何であいつばっかり…!!」とか、羨む事や嫉む事って誰しも有ると思います。

でも、歩んできた道のりは間違いではなく、何事も乗り切ってきたからこそ今の自分が有るのだ、もっともっと頑張る目標に向かっていこう！と密かに考えています。

ききょうデイサービスセンター
通所介護係長 宮野入 義之

日々の生活の中で充実感、満足感を得ることは難しいことではありますが、脳にとっては非常に重要なことでもあると思います。やりがいや生きがいを持つことが近道ではないでしょうか。ききょうデイサービスセンター岡谷では利用者様にこのやりがいを感じていただけるよう、個別のレクリエーションや行事等に力を入れ、利用者様が「できた」という『充実感』や『満足感』を持っていただけるようなサービス提供を心掛けています。お手伝いがしたい人や農作業がしたいという人、脳トレーニングがしたいという人、話がしたいという人等ニーズは様々ですが個々に合わせ、本人の好きなこと、できることを職員が見付け、援助できるように日々努力しています。



ききょうデイサービスセンター岡谷

第2通所介護係長
小林 雅典



職員紹介

この職に就いて

私はききょうの里で働き始めて5年目になります。介護という仕事に就いたのは初めてで右も左も解らず失敗しては落ち込む毎日でしたが、利用者様の笑顔や掛けてくださる言葉に励まされたおかげで、働き続けてくることができました。

今年の6月よりききょうデイサービスセンターからききょうデイサービスセンター岡谷に異動になりました。岡谷は利用者様に寄り添った介護を大切にしており、まだなれず戸惑う事が多いですが、利用者様との会話や笑顔を見ると元気を頂けます。今までの経験を活かして利用者様との時間を大切にしたいと思っています。



介護職員
佐藤 瑞紀

一口メモ

介護従事者の多くの方が腰痛を抱えて仕事をしています。私もその一人で腰痛があります。介護の仕事をしてから数年後に腰椎椎間板ヘルニアになったり、ぎっくり腰を2回やったりと腰痛にはとても悩まされました。そこで私の腰痛の経験を話したいと思います。

腰椎椎間板ヘルニアになった時は病院で薬をもらい、疼痛が強く一人では歩くことができなかったので動けるようになるまでは安静にしていました。ぎっくり腰の時は整骨院とカイロプラクティックに行きました。腰痛の原因には色々ありますが、私の場合は身体の歪みが大きな原因だと分かり、カイロプラクティックに行った時に腰痛が劇的に改善しました。私にはカイロプラクティックが合いましたが、腰痛の具合で行く場所を変えています。様々な機関があるので自分に合った場所を探すことが大切だと思います。私がやっている腰痛予防として、一般的な腰痛予防ストレッチとカイロプラクティックで教わった腕を伸ばしたまま大きく6分間の足踏みを起床時と就寝前にやっています。朝起きる時に腰が重い人や痛みがある人は、6分間の足踏みが有効だと思います。毎日続けることは、とても大変ですが腰痛と上手に付き合っていくために続けて行きたいと思っています。腰痛予防も色々試して自分に合ったものを見つけると良いと思います。



(ききょうの里従来型 介護主任 佐藤 博)

職員募集

介護職員(正職員) 2名 ※パート職員も募集しています

■勤務場所: 特別養護老人ホームききょうの里

○業務内容: 介護業務 ○年齢: 不問

○資格: 介護福祉士(ヘルパー2級でも相談に応じます) 普通自動車免許

○勤務日数: 週5日程度 ○勤務時間: 当施設の就業規則による。(夜勤有り)

○給与: 月給167,700円~220,000円(経験加算有り)

☆☆今後の予定☆☆

☆ききょうデイサービスセンター

- 11月 紅葉ドライブ(上旬)
作品展(23日~29日)
- 12月 餅つき(上旬)・忘年会(中旬)
クリスマス誕生会(下旬)
- 1月 新年会(中旬)・まゆ玉作り(下旬)

☆ききょうの里(従来型・ユニット型)

- 11月 紅葉ドライブ(7・14・21日ユニット型)
茶話会(16日・従来型)・作品展(23日~29日)
- 12月 蕎麦打ち(中旬)・クリスマス忘年会(下旬)
餅つき(上旬)
- 1月 新年会(1日)

☆ききょうデイサービスセンター岡谷

- 11月 紅葉狩り(8日~)
作品展(14日~20日)
- 12月 クリスマス忘年会(中旬)
- 1月 新年会・書き初め(上旬)



◇◇編集後記◇◇

朝晩だいぶ寒くなってきましたね。日が沈むのも早く、冬が近づいているなあ〜と感じます。秋と言えば…読書の秋、スポーツの秋、行楽の秋、芸術の秋などなど…何をするにもいい季節です。芸術の秋にちなんで今年も「ききょうの里作品展」を11月23日から29日まで開催します。また「ききょうデイサービスセンター岡谷作品展」を11月14日から11月20日まで開催します。多くの皆様のお越しをお待ちしております。

総務
高橋 由香里

