

おたっしやかわら版

五月

なごみ新聞



もくじ

2P..... 施設長から
 3P..... ケアハウス
 4P..... あいあい通信
 5P..... 居宅介護支援事業所
 6~7P..... 特別養護老人ホーム
 8~9P..... ティ落合
 10~11P..... ティ可部

12~14P..... 亀山
 15P..... 訪問ヘルパー
 15P..... メソングレア
 16~17P..... グリーフホーム可部
 18P..... 専門家の知恵
 19P..... 5月のお誕生者さま
 19P..... 家族会会計報告



社会福祉法人 正仁会

2022年5月号

新緑の映えるとても心地よい季節になりました。春から夏にかけて百花繚乱の華のメドレーの下で行われる社会活動は、一年の中でも最も晴れ晴れとした季節の内の中で行われます。自然に気持ちが高揚してくるはずですが、なかなかそうさせてくれない状況が続いています。現コロナ禍は一体何時になったら終息を迎えることができるのでしょうか。一般に、私たち医療・介護や福祉に携わる者は感情労働者といわれます。心の中の感情を覆い隠して常に笑顔で人と接する必要がある仕事です。いわゆる接客サービス業全般と同様です。感情労働者の中でも特に私たち介護職は、関わる相手の一喜一憂に寄り添い、共に喜びや悲しみを分かち合いながら最期に感謝の言葉を得ることでモチベーションを向上させます。現在のご利用者の生活状況は閉鎖空間に押しとどめられてまったく身動きの取れない軟禁状態です。外に出られさえすれば清々しい気持ちになれるのに、そうすることができずに鬱々とした空気が生活空間全体に漂っています。ご利用者共々、2年以上もの間、共に喜べる時間が半減して私たちもモチベーションの維持が困難です。本来の季節を楽しむことすらできません。さらに高揚しがちなこのような季節において気持ちの面でそうなれない人たちもいます。一般に「五月病（六月病とも）」といわれるメンタル不調を呈する人たちです。

「五月病(Freshmen's syndrome)」は、入試の緊張が解消し、5月連休明け頃より、うつや無気力状態の学生が増加することからこの名称が使われました。正式な医学用語ではなく、医療機関では「軽度うつ」や「適応障害」などと診断されます。関連概念として、ウォルターズ (Walters, P.A., Jr.) のスチューデント・アパシー、笠原 嘉の退却神経症などがあげられ、家の中に閉じこもったままになるような完全な引きこもりではなく、たとえば大学生であれば講義にはまったく出席しないがサークルや趣味の活動には熱心であるとか、はっきりした原因のないまま仕事を休み続けたり、あっさり退職したり、自宅で趣味に熱中するといった青年やサラリーマンなどが典型ということです。(心理学事典,2003,有斐閣)

昨年行われたある Web 上のアンケート調査では、868 名の働く女性を対象とした調査データによると仕事をしていて「五月病」かも・・・と感じたことがあるとした人は 56.3%で実に半数以上にのぼりました。その原因（複数回答）として考えられるのが、「仕事内容の変化」が 41.9%、「入社（新入社員）」が 33.9%、「ライフステージの変化」が 28.4%を示したという結果が出ています。つまり、環境の変化が気持ちの負担を大きくしているようです。症状では、「疲れやすい」「気分が落ち込む」が

同率 72.2%、次いで「やる気が起きない」71.8%、「不安になる」51.5%、「起きれない」「眠れない」が続きます。(出典：女の転職 type, <https://woman-type.jp/academia/discover-career/data/vol-24/>) うつ病は“こころの風邪”といわれるくらいちょっとしたことで煩います。18歳までの生涯有病率は約 9%と 11 人に 1 人は罹ります

(佐藤寛,2007)。中高齢者のうつ病の方もいらっしゃるため実に 5 人に 1 人(約 20%)が煩うというデータもあります。

2015 年 12 月より労働安全衛生法が改正され、常時雇用する労働者数が 50 人以上の事業場ではストレスチェックを年に一回実施することが義務化されました。当法人ももちろん該当します。ストレスフルな昨今の社会環境の中で円滑なコミュニケーションの下に人間関係が構築されていなければたちまち不安の渦に飲み込まれます。義務だからストレスチェックを実施するということではなく、特にこの時期、共に働く仲間のメンタルチェックも心がけたいものです。誰しも承認欲求があり、しっかり相手を見て承認しつつ感謝することが肝要と考えます。うつ病や五月病を気にしなくてもよい職場環境にしていきたいものです。

さて、当法人のホームページ上では既にご案内のとおりですが、ちょうど令和 4 年度に突入した去る 4 月 1 日に 2 人の職員の新型コロナウイルス罹患から始まり、瞬く間に職員 8 名、利用者 18 名の計 26 名の感染者が判明し、特別養護老人ホームなごみの郷の中が蜂の巣を突いたように騒然となりました。この 2 年 3 ヶ月の間、あれほど注意喚起して用心に用心を重ねてきましたが、ある意味油断が生じたのかも知れません。コロナウイルス陽性者となったご利用者の居室隔離や介護の際の防護衣の脱着に伴って業務効率が落ちた上に、陽性となった職員の 10 日間療養に加えてフロア間移動を無くすために夜勤職員を 1.5 倍にするなど、残された職員の業務負担は倍増しました。未だに検査陽性後の状態観察期間が経過していないご利用者も何人かいらっしゃいますが、ようやく収束の目処が立ちそうなところまでやってきました。この間、ご利用者・ご家族をはじめ、職員や関連医療機関、安佐北保健センターの方々に多大なるご協力をいただきました。この場を借りて、改めて感謝申しあげます。新型コロナウイルス感染に関しては、まだまだ余談を許すことがありませんが、同様のことが起こらないように職員一丸となって感染防御に努めて参りたいと思います。引き続き、ご理解賜りますようお願い申しあげます。

令和 4 年 4 月 25 日 社会福祉法人正仁会 なごみの郷
松林 克典

令和4年 ケアハウスお花見会

R4.4.6

毎年恒例のケアハウスお花見会を開催しました。

施設内の駐車場とお隣の太田川学園の桜の下、今年こそケアハウスの皆さんとお弁当を広げ、楽しい時間を過ごせると職員も皆さんも桜の花が咲くのを今か今かと待っていました。今年ちょうど『お花見会』を開催する日が満開となりそうで、素晴らしい一日になる予感がしていました。

ところが、今年も新型コロナウイルス感染症の猛威が治まらず、皆さんと一緒に戸外でお弁当を広げることが難しいとの判断で、桜の下で記念撮影を行い、お花見弁当はケアハウスの食堂で召し上がっていただくという形に変更せざるを得ませんでした。それでもイベントを自粛している皆さんにとっては、楽しいひと時になったかと思われます。

毎年待ちに待っている『お花見会』ですが、来年こそ皆さんと一緒に楽しく過ごせるよう祈るばかりです。



お花見弁当はいかがですか



大型スクリーンで昔の暮らしや、桜の風景を鑑賞し、みんなで春の歌を合唱しました



桜餅も食べたよ



事務 斎藤志津江

「国際世界女性デー in ひろしま」に参加しました！！

3月13日(日)に、「2022 国際女性デー in ひろしま」が、広島市の中心部にある「ひと・まちプラザ」で開催されました。“あいあいねっと”の原田代表が活動を通して、「コロナ禍におけるフードバンクから見てきたジェンダー不平等」というテーマで報告をしました。“あいあいねっと”が行っている食料個人支援の利用者は60%が女性で、そのうち半分がシングルマザーです。これは、コロナ禍で外食などの非正規雇用の仕事が無くなり、従事割合の高い女性が職を失ったことが原因と言えます。女性が生計を支えている家庭からの支援を求める連絡がとても多いのです。普段の生活から女性差別の問題を感じることにいえば、家事育児の担当が女性に偏っていると思う程度ですが、個人支援を通して、世界から日本のジェンダーギャップ指数が低いとされる理由を感じました。ロビーには、“あいあいねっと”のスタッフが作成した活動パネルが展示され、イベントの参加者は、82名でした。質問のコーナーでは、中学3年生の男子からの「ジェンダーのことにとっても関心を持っている。学校内では、ジェンダー不平等と思うことがたくさんある。先生の頭は古すぎるのではないか！」との意見もありました。日本のジェンダーギャップ指数は156ヶ国中120位です。上位には、北欧が並んでいます。若い世代を中心に、“日本も徐々に変わってきている？！”のではないのでしょうか。

中国新聞「SDGsひろしまファクト」で紹介されました！！

3月17日(木)の中国新聞「SDGsひろしまファクト」に、『食べるもので困らせない』というテーマで、SDGsの17個のターゲットのうちの目標①「貧困をなくそう」、目標②「飢餓をゼロに」について、フードバンク活動の食料支援が紹介されました。食料支援の流れやコロナ禍で食料支援を受ける個人が増えている状況を“あいあいねっと”の食料支援を資料に説明されています。続けて、「経済的に困窮している人は、家庭や地域から孤立していることが多く、他人に事情を話しにくいことから、敷居の低い支援が求められる」と、フ

ードパントリー(食料配布)を行っている県立広島大学の田中教授の意見が紹介されています。広島県の児童・生徒の就学援助率は20.9%と全国で5番目に高く、「子どもの貧困」実態調査では、県内の小学5年生のいる家庭で食料が買えなかった経験がある割合が14.6%、県内の雇用者のうち、非正規雇用の方は37.3%でそのうちの57.0%が女性、男性が20.3%とされており、格差拡大の問題と支援の必要性が訴えられています。

あいあいねっと 増井 祥子

みなさまこんにちは。目に青葉、山ホトギス、初鯉。すごしやすい季節となってまいりました。早くコロナが落ち着いて安心してお出かけできるようになれば嬉しいですね。

さて、今回は今年の10月から医療費の窓口負担が変わることについてお伝えします。2022年(令和4年)10月1日から、一定の所得のある方(75歳以上の方など)は、現役並み所得者(窓口負担割合3割)を除き、医療費の窓口負担割合が「2割」になります。変更対象となる方は、後期高齢医療の被保険者全体のうち約20%(2割)の方です。

| 令和4年9月30日まで | | 令和4年10月1日から | |
|-------------|---------|-------------|---------|
| 区分 | 医療費負担割合 | 区分 | 医療費負担割合 |
| 現役並み所得者 | 3割 | 現役並み所得者 | 3割 |
| 一般所得者等 | 1割 | 一定以上所得のある方 | 2割 |
| | | 一般所得者等 | 1割 |

※ 2022年10月1日の施行後、3年間(2025年9月30日まで)は、2割負担となる方について、1か月の外来医療費の窓口負担割合の引き上げに伴う負担増加額を3,000円までに押さえます。(入院の医療費は別です)

また、詳しいお問い合わせは各市町村の「後期高齢窓口」にお問い合わせください。

なごみの郷居宅介護支援事業所 若山 明美

認知症についてみんなで一緒に向き合ってみませんか？

認知症カフェ・・・『なごみオレンジ』

第36回 5月13日(金) 13:00~16:00

会場：グループホームなごみの郷可部 1階 まめnan広場
(広島市安佐北区可部 3-9-21)

認知症の方とその家族、認知症に関心のある方ならどなたでも参加できます。また、介護についての相談も随時行っておりますので、いつでもお気軽にお立ち寄りください。時間内の出入りは自由です。

内容：クラフト、麻雀、団らん

情報交換、施設見学等

参加費：無料、申込み不要

準備物：なし

問合せ：082-819-0505

担当：大藤・原岡



第37回 6月10日(金) 13:00~16:00 (毎月第2金曜)

特養3階 お花見！



皆さま、こんにちは。4月、段々と温かくなり、“なごみの郷”の桜も綺麗に咲き誇りました。

3階では3月29日(火)に施設内の桜を観に行こうということで、お花見をしました。皆さまは外の景色や綺麗に咲き誇る桜を眺めて、「綺麗ね」と素敵な笑顔をされておられました。

先日のコロナ騒ぎで皆さまに大変な御心配お掛け致しましたが、現在は皆さま元気にお変わりなく過ごされております。引き続き、感染対策を徹底して参りますので、皆さまも体調にお気をつけてお過ごしください。

特養3階 横田 莉奈

特養4階 桜餅を作って食べよう！

皆さま、こんにちは。桜の花も咲き、春らしい日差しが降り注ぐ3月29日(火)に“桜餅を作って食べよう”企画を行いました。

皆さまは、桜餅にも関西風と関東風がある事をご存じでしたか。

何気なく食べていた桜餅に、関西風(もち米や道明寺粉で作る)と関東風(上新粉で作る)で違いがある事を初めて知り、色々と勉強になる企画となりました。



今回4階では、関西風の桜餅作りに挑戦しました。手伝ってくださった利用者様も、作り終わった後、「綺麗に出来たね!」と、満足な出来栄となりました。出来た桜餅を利用者様に配り実食していただくと、「美味しい」と、声が聞こえ、桜の花に負けないぐらいの笑顔が4階フロアで咲きました。

これからも、皆様に楽しんでいただける企画を考えて、笑顔あふれるフロアにしていきたいと思っております。次回のフロア企画もぜひ参加して楽しんでください!

特養4階 三原 ひとみ

特養 5 階 お花見ドライブ!



桜が咲き始めたため 3 月 27 日(日)に桜を見にドライブへ行きました。

利用者様より「どこに行くん」と聞かれ、「桜を見に行こうと思うんですけど、桜はお好きですか」と聞くと「もうそんな時期ね一早いね」と言われてます。道中桜を見られ「うわー綺麗じゃね」、「久しぶりに外に出たけ嬉しい」、「来年も見に行きたいね」と言われていました。終始楽しそうにお花見ドライブをされていました。



現在 5 階ではコロナと闘っています。皆様もコロナに罹らないように体調管理をしっかり行ってくださいね。

特養 5 階 開 亮 也

デイサービス落合

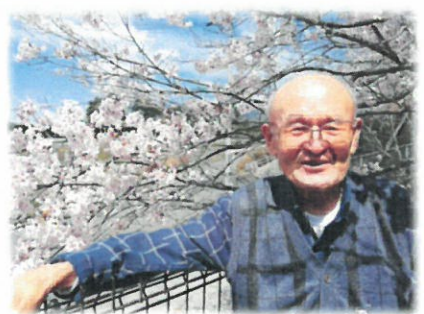
～さくら～



温かくなり過ごしやすい気候になってきましたね。桜の木もあちらこちらで満開となり春の訪れを感じさせてくれました。“なごみの郷”の玄関前の桜も見事な花を咲かしてくれ、たくさんの利用者様を笑顔にしてくれました。

昨年(3月11日)より10日遅い開花でしたが、皆さんと一緒にお花見を楽しむことができました。ここで開花予想についてちょっと話題に触れますね。開花予想にはいくつかの方法があるようですが、今回私がよく聞いたものは600度予想です。2月、3月の最高気温を足していって600度になると開花が始まると言われているそうです。そこで、なごみの桜はいつ咲くのか見てみる事にしました。

3月1日までの合計温度は、269.7度！ 広島の開花予想は3月25日でしたのであと330.3度。3月に入り気温が20度近くまで上がる日もあり、桜のつぼみも少しずつ膨らみピンク色にいろづきはじめました。ピンク色に膨らんだつぼみを見た利用者様は「明日には咲きそうじゃね」と毎日心待ちにされておられました。そして3月21日に広島の開花発表がありました。温度合計を見てみるとなんと606.6度。600度予想がピッタリでした。なごみの桜もあと少し…。そしてついに3月25日の午前中に6輪の花を確認、“なごみの郷”の桜の開花宣言をさせていただきました。この日の合計温度が668.3度です。少しオーバーしていましたが、街中に比べると高陽町は少し寒いようですね。



花が咲き始めるとあっという間に満開になり、お花見を楽しめました。利用者様全員一緒とはいきませんでしたが、桜を前にすると皆さん自然と素敵な笑顔を見せてくださいました。

来年は、皆さん一緒に桜を見ながらゆっくりとお話をして過ごしたいですね。

最後に前回でお伝えしたデイルームの巨大壁画『昔懐かし心温まる風景』も今回で最後となりました。一年通して楽しんでいただけましたら幸いです。お手伝いをしてくださった方々有難うございました。

デイサービスセンター落合 吉本 真咲美

デイサービス落合 ～春ランチ～

皆様こんにちは。デイサービス落合では4月5日(火)～8日(金)の4日間、お昼ご飯は、食のイベント『春ランチ』でした。日替わりでタケノコご飯、菜の花の辛し和え、鯖の梅味噌ダレかけなど春ならではの食材を使ったメニューを召し上がっていただきました。



「美味しそうじゃね」、「こんなに食べきれるかね」と笑顔も溢れ、美味しいものを食べながら春を感じる幸せなひと時となりました。

季節の移り変わりは早いですが、四季を楽しみながら、1日1日を大切に過ごしていきたいですね。

デイサービスセンター落合 小早川 里枝

デイサービスセンターなごみの郷 落合 5月カレンダー

| | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| 日付 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 午前 | | リハビリ体操 頭の体操 | リハビリ体操 頭の体操 | リハビリ体操 頭の体操 | リハビリ体操 頭の体操 | リハビリ体操 頭の体操 | リハビリ体操 頭の体操 |
| 午後 | | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション |
| 備考 | | | | | | | |
| 日付 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 午前 | | リハビリ体操 頭の体操 | リハビリ体操 頭の体操 | リハビリ体操 頭の体操 | リハビリ体操 頭の体操 | リハビリ体操 頭の体操 | リハビリ体操 頭の体操 |
| 午後 | | 母の日会 | 母の日会 | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション |
| 備考 | | | | | | | |
| 日付 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 午前 | | リハビリ体操 頭の体操 | リハビリ体操 頭の体操 | リハビリ体操 頭の体操 | リハビリ体操 頭の体操 | リハビリ体操 頭の体操 | リハビリ体操 頭の体操 |
| 午後 | | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション |
| 備考 | | 紅白まんじゅう | 紅白まんじゅう | 紅白まんじゅう | | | |
| 日付 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 午前 | | リハビリ体操 頭の体操 | リハビリ体操 頭の体操 | リハビリ体操 頭の体操 | リハビリ体操 頭の体操 | リハビリ体操 頭の体操 | リハビリ体操 頭の体操 |
| 午後 | | レクリエーション | 音楽レク | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション |
| 備考 | | | | | | | |
| 日付 | 29 | 30 | 31 | | | | |
| 午前 | | リハビリ体操 頭の体操 | リハビリ体操 頭の体操 | | | | |
| 午後 | | レクリエーション | レクリエーション | | | | |
| 備考 | | | | | | | |

デイサービス可部 ～ お寿司パーティー ～

皆様こんにちは。桜の季節も終わり、早い地域ではサツキが見れるようになってきました。

私事ですが、我が息子も今年で5歳になります。口も達者になってきて、私がモタモタしていると、「母ちゃん、はやくしなさい」(私の口調そっくりです)と、言われてしまう始末です。成長の早さに、日々、驚かされます。



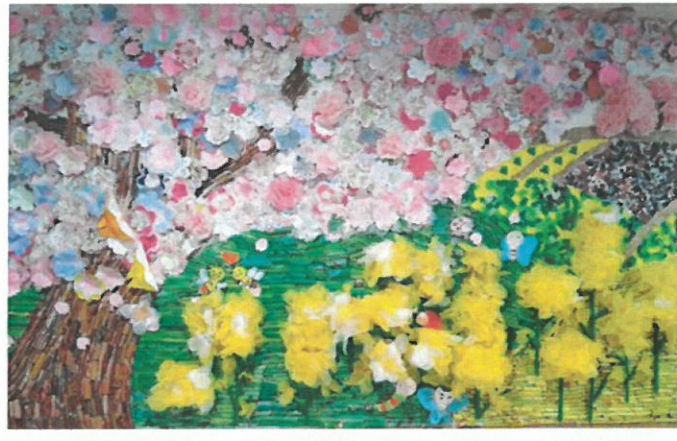
さて、デイサービス可部では、年度末の3月29日(火)と30日(水)の2日間に渡り、皆様に日頃の感謝を込めて、「お寿司パーティー」を開催しました。月初めに献立表をお配りすると、「お寿司の日があるん?」「絶対休まずに来るよ」と嬉しいお声をかけていただき、張り切って準備をしました。そして迎えた当日のお昼・・・お寿司6貫、茶わん蒸し、お惣菜、サツマイモのムースをご用意しました。そして皆さんに手伝っていただいた手作りコースターと、職員が心を込めて織った手作りの箸袋をお膳に載せ、いつもの食事がより一層華やかになったところで利用者様と職員で美味しくいただきました。おかわりも自由でしたが、皆様、「もう食べられんよ～」と遠慮される姿も見られました。私が一番多く食べてしまったような気がしますが、皆様が喜んでくださる顔が見れて良かったです。来年もぜひ開催したいと思います。

暑い時期が近づいてきますが、体調を崩さない様に、身体にお気を付けてお過ごしください。



デイサービスセンター可部 川田 恵利

デイサービス可部 ～ クラフト ～



暖かい日差しと新緑の美しい季節となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。

今年の桜は例年より少し遅い開花となりました。次々と満開となる桜は見事なものです。特に青空と薄墨色の幹とのコントラストは日本の心の色合わせにつながる気がします。ほんのひと時に咲きハラハラと散りゆく様子は、はかなくも美しいものですね。

送迎中の車内では、「きれいじゃね」「お弁当持ってお花見したいね。」と話題も尽きません。

さて、デイルームも春爛漫です。今月の壁画をご紹介します。3枚の紙で立体的に仕上げた桜の花、ふわふわの菜の花畑が広がる大作が出来上がりました。桜の幹と野原は広告を細く丸めて絵具で色づけし、作っています。利用者様の得意を活かしてそれぞれのパーツを組み合わせた共同作品です。是非とも、たくさんの方々に御覧いただけると嬉しいです。

これからも四季折々の風景を送迎中やデイルームで皆様と一緒に楽しみましょうね。

デイサービスセンター可部 川本 雅恵

なごみの郷 可部 5月カレンダー

| | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| 日付 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 午前 | 頭身体体操 | 頭身体体操 | 頭身体体操 | 頭身体体操 | 頭身体体操 | 頭身体体操 | 頭身体体操 |
| 午後 | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション |
| 日付 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 午前 | 頭身体体操 | 頭身体体操 | 頭身体体操 | 頭身体体操 | 頭身体体操 | 頭身体体操 | 頭身体体操 |
| 午後 | 母の日会 | レクリエーション | 母の日会 | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション |
| 日付 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 午前 | 頭身体体操 | 頭身体体操 | 頭身体体操 | 頭身体体操 | 頭身体体操 | 頭身体体操 | 頭身体体操 |
| 午後 | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション |
| 日付 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 午前 | 頭身体体操 | 頭身体体操 | 頭身体体操 | 頭身体体操 | 頭身体体操 | 頭身体体操 | 頭身体体操 |
| 午後 | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション |
| 日付 | 29 | 30 | 31 | | | | |
| 午前 | 頭身体体操 | 頭身体体操 | 頭身体体操 | | | | |
| 午後 | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | | | | |

グループホーム亀山 ～ お花見ドライブ～

グループホーム亀山では、去る4月5日(火)に文教大学付近と、寺山公園とへお花見ドライブに出掛けてきました。久しぶりの外出ということで、皆さま大変楽しみにされていました。当日は天気も良く、通り道に桜が見られて「よう咲いとるね」、「まだまだ咲きそうじゃね」などと、車内での会話も弾んでいました。

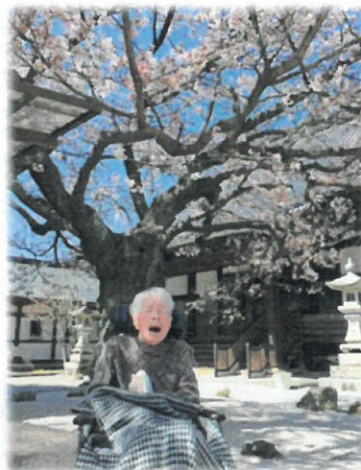
まずは文教大学付近までドライブです。風も強く吹いており、若干散っていたとはいえ、綺麗な桜が咲いていました。「綺麗じゃね」、「風も強いし桜吹雪みたい」と冗談交じりに話される方もいました。



次に寺山公園に到着し、ここでは車から降りてのお花見です。桜は見事に満開で、満開の桜の木の下で写真撮影をしたり、公園のベンチでお茶やコーヒーを飲みながら春の陽気を満喫していただきました。

帰りの車内では「今日は楽しかったね」、「今年も桜が見れて嬉しかったよ」と喜んでいただきました。

これからも皆さまの満開の笑顔がたくさん見られるような企画を考えていきたいと思っておりますので、楽しみにしててくださいね。



グループホーム亀山 佐々木 一樹

グループホーム 亀山 ～ 竹本恵美子様のお誕生日会 ～

去る3月24日(木)に竹本恵美子様(85歳)のお誕生日を迎えられました。

職員が「お誕生日おめでとうございます！」とお声掛けをすると「まあ、なんで知っとるん？人気者は違うね」と、茶目っ気たっぷりの笑顔を見せてくださいました。

午後からお誕生日会を開催しました。入居者様、職員で“ハッピー・バースデー”を歌い、おめでとう。を言われる度に立ち上がられ、お礼の言葉を述べられました。



プレゼントに新聞を保管する袋と、素敵な笑顔の写真が納められたカードを贈らせていただきました。プレゼントを受け取られた後は「言葉が出ん…涙が出る」と言われ、両手で顔を覆い涙ぐまれました。お誕生日会の締めには、皆様と記念撮影を行いました。

その日の就寝前には「私はずっとここにおらせてもらいたいよ。ここがもっと好きになったよ。これからもよろしくね！」と、ありがたい言葉をかけてくださいました。

これからも竹本恵美子様に笑顔で安心して生活していただけるように努めたいと思います。

グループホーム 亀山 田谷 美穂

～ 間賀田です ～

みなさん、こんにちは。4月11日(月)から、グループホーム 亀山で勤務させていただいている間賀田知美(まがたとみ)です。



亀山へ来る前はグループホーム 可部で勤務していました。同じグループホームでもいろいろと勝手がちがい、戸惑うこともありますが、いつも明るく、元気よくをモットーに少しでも早く亀山の環境に慣れていきたいと思えます。

依然として、コロナに対し油断ができない状況が続いており、なかなか家族様と交流ができませんが、この顔を見かけたら、声を掛けていただけたらうれしいです。

これからよろしくお願ひ致します。

グループホーム 亀山 間賀田 知美

デイサービス亀山 ～ お団子 ～



春の日差しが心地よい季節となりましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。利用者様から「広島は昔から4月3日がお花見の日だったんよ」と聞き、亀山では4日(月)にお花見イベントを行いました。「お花見と言えばお団子！」という声があり、皆さまと一緒に桜だんご、桜大福を作りました。桜のいい香りのする甘くておいしい団子ができました。

天気も良かったのでウッドデッキに出て、手作りの桜の花を見ながらいた



だきました。「子供が小さい頃は花見に巻き寿司を作って行きよった」、「この桜は枯れんけいいね」とお話をしながら、お花見気分を味わいました。

コロナの感染者がなかなか落ち着かずお花見も難しいですが、亀山では皆様の笑顔であふれたお花見イベントができました。来年も楽しいお花見イベントが開催できたらと思います。

デイサービス亀山 河内 友梨加

なごみの郷 亀山 5月カレンダー

| | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| 日付 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 午前 | 体操 | 体操 | 体操 | 体操 | 体操 | 訪問美容 | 体操 |
| 午後 | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | | レクリエーション |
| 日付 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 午前 | 体操 | 体操 | 体操 | 2F全体往診 | 体操 | 体操 | 体操 |
| 午後 | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション |
| 日付 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 午前 | 体操 | 体操 | 歯科往診 | 体操 | 体操 | 体操 | 体操 |
| 午後 | レクリエーション | レクリエーション | | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション |
| 日付 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 午前 | 体操 | 体操 | 体操 | 3F全体往診 | 体操 | 体操 | 体操 |
| 午後 | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション |
| 日付 | 29 | 30 | 31 | | | | |
| 午前 | 体操 | 体操 | 歯科往診 | | | | |
| 午後 | レクリエーション | レクリエーション | | | | | |

訪問ヘルパー

～ ペットの癒し効果 ～

皆さん、こんにちは。今年は桜の開花は例年よりも少し早く、この時期に暑いと感じる日もあり身体を慣らしていくのも大変に感じます。今からバテないように体調管理を行う事も大事ですね。

さて、今回はペットと癒しに関する記事をご紹介します。

一度は動物と接したことがある方は多いと思います。中にはペットと暮らしている方もいらっしゃるかもしれませんがね。

ペットには高い癒し効果が認められており、精神面や身体面のケアを行い病気の改善を目指す目的で、医療活動の一環としても取り入れられているそうです。ペットと触れ合うことで自律神経が整い、精神的なゆとりや充足感を得られる等、良い影響が期待できるとか…。癒し効果の高いホルモンとして、『幸せホルモン』と呼ばれているオキシトシンがあります。疲れやストレスを癒し、多幸感を与えてくれる働きがあります。

次に、『安心ホルモン』と呼ばれているセロトニンも安定や安心感を与えてくれます。

ペットと触れ合うことで、これらのホルモンが多く分泌される事が分かっており、学校や介護施設、障害者支援施設でもアニマルセラピーを導入しているところもあるそうです。

訪問先のお宅でも、犬や猫と暮らしている利用者様は多く、「愛おしい」、「私がお世話をしてあげなきゃ」「話を聞いてくれて。寂しくない」といった声を耳にします。

自分を頼ってくれ、時には寄り添ってくれるペットは人生のパートナーとして欠かせない大きな存在になっています。お互いを必要とし、年を重ねていけることは素敵なことですよね。

皆さんも、犬や猫と触れ合う機会がありましたら、是非癒し効果を体感してみてください。

なごみの郷訪問介護事業所 上田 めぐみ

メゾン・クレアなごみ ～ 福永です。頑張っています！ ～

新緑の眩しい季節となりました。皆様お元気でお過ごしでしょうか。

さて、この度記事を書かせていただく事になりました、福永綾菜（ふくながあやな）と申します。昨年の10月より、特別養護老人ホームなごみの郷からこちらメゾン・クレアに異動になっています。

同じ介護の仕事といっても事業所の種類によって仕事内容や業務の流れが大きく異なり、慣れるまでに少し時間を要しました。しかし職員の皆さん、利用者様の暖かいお力添えをいただき、メゾン・クレアでも変わらず楽しく頑張っています（？）。少し業務に慣れた今、時間を見つけては利用者様と一緒に話をしたり、また笑い合える瞬間が私の癒しの時間となっています。

新型コロナウイルスやウクライナ戦争等、最近では暗いニュースばかり耳にしますが、一日一日を大切に当たり前の日々を送れる事に感謝をしながら、この小さなクレアという箱の中が笑顔でいっぱいになる様、努力していきたいと思っております！！



メゾン・クレアなごみ 福永 綾菜

グループホーム可部

～ 岡本久枝様の誕生日会 ～

みなさんこんにちは。グループホーム可部では4月7日(木)、岡本久枝様の92歳のお誕生日をお祝いしました。少し前に本人より「フレスタのバラ寿司が食べたい」とリクエストがあったため、当日フレスタで購入し昼食に食べていただきました。完食された後、「久しぶりに食べた。美味しかったよ」と満足そうでした。そしておやつの時間に誕生日のお祝いをしました。「ケーキはいちごのモンブラン」をリクエストされ、プレゼントは以前から欲しいと言われていた座布団をプレゼントさせていただきました。ケーキもプレゼントも凄く喜んでいただきました。早くマスクが取れて買い物と一緒にいきたいですね。

92歳のお誕生日おめでとうございます。



グループホーム可部 間賀田 知美

～ 藤木弥生様の誕生日会 ～

グループホーム可部では、3月28日(月)に藤木弥生様が88歳のお誕生日を迎えられ、午後より利用者様と職員でハッピー・バースデーの歌と共に誕生日会を行いました。

藤木様は今年で「米寿」を迎えられます。お祝いとして、黄金色のお祝着を着ていただきました。着られる際は恥ずかしそうにされていましたが、いざ袖を通すと「これはいいね」と笑顔で言われました。

次は職員からのプレゼントです。今年は「ケーキ、コップ、スプーン」をプレゼントさせていただきました。他利用者様より「おめでとうございます」と言われると恥ずかしそうにされながらも「ありがとうね。ありがと

うございます」と言われていました。最後に記念写真を撮り終了です。終始笑顔の絶えない誕生日会となりました。

藤木様お誕生日おめでとうございます。これからも元気にお過ごしください。

グループホーム可部
浅田 由美子



グループホーム可部 ～ お花見ドライブ ～



皆様こんにちは。グループホーム可部では4月1日(金)、4月6日(水)の2日間、土師ダムまでお花見ドライブに行きました。出発時より利用者様方はすでに車内でニコニコされており、楽しみにされているご様子でした。35分ほどで土師ダムに到着しました。道中は桜並木がとても綺麗で皆様見とれているご様子でした。休憩所に駐車し、改めて大きな桜の木を見て「こんなに近くで桜を見るのは久しぶりよ」と言われていました。

ある利用者様は「この桜は大きな桜じゃね。いっぱい咲いているね。うちの庭にも桜が咲いていたのよ」と懐かしまれました。帰りの道中も昔話に花が咲き、自然と歌も唄われる方もいらっしゃいました。帰設後、利用者様からは「今日は楽しかったよ。また行きたいね。ありがとう」と嬉しいお言葉をいただきました。

短い時間ではありましたが、外の空気を吸い気分転換のドライブができて皆様の喜んだ笑顔を見ることができてよかったです。来年も一緒にお花見に行きましょう。

グループホーム可部 中尾 浩次



グループホームなごみの郷 可部 5月カレンダー

| | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| 日付 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 午前 | 体操 | 体操 | 体操 | 体操 | 体操 | 体操 | 体操 |
| 午後 | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション |
| 日付 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 午前 | 体操 | 体操 | 歯科往診 | 2F全体往診 | 体操 | 体操 | 体操 |
| 午後 | レクリエーション | 母の日会 | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション |
| 日付 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 午前 | 食事レク | 体操 | 体操 | 体操 | 体操 | 体操 | 体操 |
| 午後 | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション |
| 日付 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 午前 | 体操 | 体操 | 歯科往診 | 1F全体往診 | 体操 | 体操 | 体操 |
| 午後 | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション |
| 日付 | 29 | 30 | 31 | | | | |
| 午前 | 体操 | 体操 | 体操 | | | | |
| 午後 | レクリエーション | レクリエーション | レクリエーション | | | | |

スマホ(携帯電話)。実はトイレの便座より汚い！ 今や高齢者も生活に欠かせないスマートフォン。ある調査によれば、日に数千回もスマホの画面をタッチしているとの事。そんなスマホ、実は、かなり汚れています。実際に、「携帯電話に**トイレ便座の10倍の細菌**が付いていた」というアメリカの大学の調査結果もあります。新型コロナウイルスの感染予防の対策として、手洗いやアルコール消毒が推奨されていますが、せっかく手指をきれいにしても、スマホに菌やウイルスが付着していたら意味ないですし…心配ですね。

スマートフォン (携帯電話)

どうすればいいの？

そこでおすすめしたいのが、スマホの除菌。新型コロナウイルスやトイレで付着しやすい大腸菌にも、アルコール除菌は効果を発揮します。スマホを拭くなら、シートタイプのアルコール除菌クロスが便利です。

例えば、この様な商品

70%濃度のアルコール溶液

新型コロナウイルス感染症の原因ウイルスについて、プラスチックを用いた紙幣や携帯電話用のガラスの表面上で**最長28日間**感染力を持続できるとの研究結果もあります。[米国疾病予防管理センター\(CDC\)](#)によれば、汚染された物の表面に触れることが感染拡大の主な原因とは見なされてはいません。ですが、スマホ(携帯電話)の表面を清潔に保つことによって、感染リスクが軽減すると報告されています。

最後に… 水分が残っていると故障の原因になるので、乾いた布で、携帯電話の表面を乾拭きしましょう。

デイサービス落合 看護師 中野 勇治

5月のお誕生者様

| 氏名 | 生年月日 | 年齢 |
|----------|------------|------|
| 東 章 様 | 大正14年5月10日 | 97 歳 |
| 平本 弘子 様 | 大正14年5月21日 | 97 歳 |
| 東谷 保夫 様 | 昭和4年5月11日 | 93 歳 |
| 益永 カノエ 様 | 昭和5年5月30日 | 92 歳 |
| 森山 ツユコ 様 | 昭和6年5月26日 | 91 歳 |
| 市川 晴義 様 | 昭和7年5月1日 | 90 歳 |
| 芥川 信子 様 | 昭和8年5月14日 | 89 歳 |
| 瀬尾 實 様 | 昭和8年5月23日 | 89 歳 |
| 秋山 節子 様 | 昭和11年5月24日 | 86 歳 |
| 浅野 壹恵 様 | 昭和13年5月28日 | 84 歳 |
| 村松 正敏 様 | 昭和13年5月30日 | 84 歳 |
| 榎野 正治 様 | 昭和17年5月15日 | 80 歳 |
| 柴田 信子 様 | 昭和19年5月5日 | 78 歳 |
| 谷本 直人 様 | 昭和19年5月29日 | 78 歳 |
| 小林 和江 様 | 昭和21年5月5日 | 76 歳 |
| 蓼沼 映男 様 | 昭和25年5月27日 | 72 歳 |
| 松永 いつ子 様 | 昭和27年5月29日 | 70 歳 |
| 樋口 英敏 様 | 昭和31年5月28日 | 66 歳 |

お誕生日おめでとうございます。みなさまこれからもますますお元気で!!

家族会会計報告

令和4年3月度

| 日付 | 摘要 | 収入 | 支払 | 差引残高 |
|------|--------|---------|----|---------|
| 3月1日 | 前月より繰越 | 304,544 | | 304,544 |
| | ピアノ喫茶 | | 0 | 304,544 |
| | なごみどり | | 0 | 304,544 |
| | 合 計 | 304,544 | 0 | 304,544 |

<いとばたコーナー>

この弊誌では、皆様の心の呟きをお待ちしております。日々の出来事を感じたこと、伝えたいこと、独り言、短歌、川柳、、、などなど。
また、利用者様、ご家族様からのご要望、ご意見がございましたらどんどんお寄せください。お待ちしております！

あとがきではないけども・・・

5月、五月、メイ、ウサピアー(カンボジア語)、ブラウンメイ(インドネシア語)、タンナム(ベトナム語)。グリーンピース、こごみ、さやえんどう、ゼンマイ、タケノコ、夏みかん、メバルなどが旬。山菜料理がおいしい季節だ。

今年も3分の1が過ぎ去って早や5月。それでも新聞紙上やテレビなどのメディアではコロナとウクライナ問題、そして物価上昇の話題が大半を占める。暗いニュースが多い。思い返せば当コーナーもそうであった。だから今回はタマゴの話題。

その鶏卵はこの30年で約10%しか価格は上昇していない。故に「スーパーの優等生」と言われている。

スーパーでタマゴは特売品の常連なのだ。小生も休日にあちらこちらのスーパーを巡ることがあるが、だいたいのお店でタマゴは客寄せの特価を打ち出している。買って帰るには、かさばるし割れやすい。だから、お客さんはそのお店でその他の食材などとともに入れて帰る…。しかもそのお店からの帰り道に別の店には寄らない。というのが狙いだそう。時には10個入りMサイズが100円ばかりで売られていることもある。子供のころ、母親に連れられたお店で300円(くらいだったかな?)で売られていたのを覚えている。だから現在、タマゴが重宝されるのは理解できる。

ではなぜタマゴが特売品になりやすいのか。それは背景に慢性的な過剰生産があり、価格の下落圧力が恒常的にかかるからである。ほぼ全量が国内で消費されており、価格が下がると国から補助金も出る。そのため、生産量を調整する業者は少ない。

少し前にこんなことがあった。それは広島県福山市にある鶏卵生産大手のA社代表が、鶏卵価格が下がった際に生産者の損失を補てんする対策事業を巡り、養鶏業者にとって有利になるよう、政治家や農水省に賄賂を渡していたのである。昨秋、その事件の一審判決で東京地裁はA社代表に贈賄と政治資金規正法違反の罪で懲役1年8月、執行猶予4年を言い渡した。覚えておられる方も多いと思う。

そんな温床もあって、鶏卵の過剰な販売競争と過剰生産に拍車がかかっていたのである。これはタマゴに限った話ではなく、多くの消費財にも同様の事例は存在し、物価が上がりにくい背景となっている。多くのスーパーは同じ商圈に店を構え、しのぎを削っている。そうした環境下ではお客の獲得合戦が激しくなり、その決め手として価格競争がある。困って消費者は安売りの恩恵を受けることになる。「当店より安い商品のチラシがあれば、ご持参ください」と他店よりも安さを売りにするお店もあるくらいだ。

一見、我々にとっては価格競争を「どんどんやってくれ!・・・安売り大歓迎・・・」と言いたいところではあるが、よく考えてみると、落とし穴もある。

「合成の誤謬(ごびゅう)」という言葉がある。これは、個人や個々の企業がミクロの視点では合理的な行動であったとしても、結果、それが社会全体(マクロの視点)では必ずしも良くない結果が生じてしまうことがある。という意味を指す。つまり「正しいこと+正しいこと=間違った結果」というニュアンスで、例えば企業が経営の健全化のために人件費を削減すると、給与が下がって個人消費が減少し、景気の低迷を長引かせるとか、皆が貯蓄率を高めると、一方では買い物消費が少なくなり、経済は縮小し、給与は低迷、最終的にはマクロレベルでの貯蓄額を減らすことになる。

価格競争から安物ばかりを購入し続けることもこれらと同様だ。安物に目を向けると高額商品は買わない。商品が売れなければ、価格を下げて売り上げアップを狙う。しかしこれが値下げの連鎖反応を引き起こし、デフレスパイラルに陥れることになる。結果、経済は縮小し給与が下がって豊かさを享受できない。・・・となる。

優秀な人を集めすぎると組織はダメになるとか、道路を造りすぎると逆に渋滞が激しくなるとか、暇な人に仕事を頼むとかえって時間が掛かるとか・・・。合成の誤謬を身近に実感することは沢山あるだろう。コンサート会場で一人だけ立ち上がればよく見えるが、全員立ってしまうと見えなくなるといった経験などもお持ちであろう。要は物事を判断するときには大局観が必要で、具体的にどうすれば良いのか、という解決策は難しいけれど、まずはこうした屁理屈を知っておくことが大切なのかも知れない。様々な出来事に問題意識をもって世の中を俯瞰し、人々の英知に耳を傾け、未来を読み取ることが我々に求められているのであろう。

さて、時はきらめく5月が間近、ゴールデンウィークもすぐそこ。コロナ禍は不吉にも進化を続け、実際、各地の不安材料は絶えない。そんな時勢だからこそ、明るい夜明けを信じ、前を向いて過ごしたいものである。皆さまもこの大型連休、なにか一つでもリフレッシュできる時間を過ごされ、心と頭にビタミンを注いで欲しいものである。

合掌

矢矧 秀樹 拝

STAFF 発行所 / なごみの郷 おたっしやかわら版編集部

〒739-1732 広島市安佐北区落合南町196-1
T e l 082-841-1331 F a x 082-841-1336

URL <http://www.nagominosato.jp>
Email nagomi@nagominosato.jp

★ 発行人 / 矢矧 秀樹

(当紙面は、個人情報保護法に基づき、掲載させていただいている個人の名前・写真などは、全てご本人様又はご家族様に了承をいただいております。)

元気で明るく家族と共に自立支援
～ イキイキとした生活作りをお手伝いいたします～
令和4年スローガン

“創り出そう 新たなハーモニー 踏み出す第一歩 なごみの郷”