



おたっしやかわら版

5月5日

水無月



240

なごみ新聞

もくじ

2P.....	中本副施設長から	12~14P.....	亀山
3P.....	ケアハウス	15P.....	訪問ヘルパー
4P.....	あいあい通信	15P.....	バングリア
5P.....	居宅介護支援事業所	16~17P.....	グループホーム可部
6~7P.....	特別養護老人ホーム	18P.....	専門家の知恵
8~9P.....	テイ落合	19P.....	6月のお誕生者さま
10~11P.....	テイ可部	19P.....	家族会会計報告



中本副施設長から

～ 薔薇 ～ 愛 ～

ゴールデンウィーク(GW)も終わり、また日常が戻ってきました。長期休暇が取れた方々は10連休であった今年のGWですが、(ただただうらやましい限り)私たちのようなエッセンシャルワーカーは大型連休においても、あまり変わりのない時間を過ごした職員がほとんどでありました。今年のGWは天候にも恵まれ、コロナ禍の中でも3年ぶりの制限のない連休であったこと、マスクは必需品であることには変わりはありませんが、以前と同じような時間を過ごせた方も多かったらうと思われます。もちろん、私も“なごみの郷”の窓から見える高速道路の渋滞を横目に仕事をしておりましたが、祝日はかかってくる電話数がぐっと減り比較的集中して仕事ができるので、自分にとっては満足度が高い仕事ができ、心地よい疲労感でその日その日を過ごしておりました。

そんな中、我が家のウッドデッキに唯一置いてある植木鉢の薄いオレンジ色のバラが今年も咲きました。花言葉は「絆」だそうです。これまで、私はせっかく花を植えても失敗の連続で枯らせてしまうことばかり。ですから「今年も」と書けることは私にとっては奇跡的なことで、一人で、にやにやしながらバラを眺めては喜んでいる今日この頃です。そもそもそのスプレーバラは、約8年前から始めたフラワーアレンジメント教室で残ったバラの茎を挿し木にして、2年前の7月頃、植木鉢に植えたものでした。植えた時は「今度こそ」と気合は入るけれど、忙しい毎日にすっかり忘れてしまい、今回いつもの放置プレイでした。その1ヶ月後の8月のある日、夫が「バラが咲いたよ。」と。そもそもバラは栽培が難しいとのこと。挿し木にしながら「今回もだめだろう」と全く期待していなかったところに愛らしい小さな花が咲き、本当に驚きでした。と、いっても時々水をやり、雨の日は雨水が植木鉢に少し当たるような位置に移動したり、寒い日は暖かい場所に移動したり、結局世話をしているのは何を隠そうわが夫。おまけに欲張りな私は、バラをもっと成長させようと去年、ネットの知識で得た有機肥料をやり、その後、葉っぱに白い斑点がたくさん発生してしまい(うどん粉病)ました。仕方なく葉っぱをすべてカットし重曹をスプレーで吹きかけ、祈るような気持ちで見守っていましたが、危機を乗り越えながらの3年目のバラの開花でした。我が家のバラはこれまで年に2回開花しているのもう一度咲いてくれるように、今回の花が終わったらカットして次を待とうと今から楽

しみです。

ところで、月に1度のフラワーアレンジメント教室のこと。気がつけば9年近く通ってはいるものの一方向に上達せず、またコロナのまん延に邪魔されて途中休まざるを得ない状況が何度もありました。何事にも許容範囲の広い先生のおおらかな指導で、かろうじて継続できている私の数少ない趣味の1つです。同じ教室の生徒さんは、皆様私より年上でプロ級の方々ばかり。完成した作品を見て、いまいちだと思っても、どの方も「あらすてきね!」、「かわいいわね!」と常にほめてくださり、へたくそなことはすっかり忘れて、気分爆上がりでその後の時間が過ごせています。

最後に、先日、“なごみの郷”で94歳の生涯を終えた私の義母も花が大好きで、自宅の居間から見える1本の大きなカサブランカの開花を楽しみに大切に育てていました。本来なら一番楽しい時期であったであろう18歳で黒い雨にあい、その後結婚し、5人の男の子を育て上げ、舅や姑の介護をしながら、畑に仕事に、生命保険会社の集金にと、休む間もなく働いた義母。手作りのこんにやくで作ったきんぴらは絶品で、その季節になればふきのとうの味噌やワサビのしょうゆ漬けなどの料理も本当に上手で心から尊敬していました。負けず嫌い、でも情愛にもあふれ、その明るい人柄で生ききった人生でした。最期の日、先に逝ってしまった最愛の弟の命日に近かったことも何か意味があるような気がしてなりません。家族に見守られながらの旅立でしたが、私が選んだ勝負服で天国にいる義父にきっと今頃は再開していることでしょう。口数の少ない義父とどんな話をするのかな。やっぱり義父が「そろそろおいで」と迎えに来たのかもしれないね。ともあれ、丁寧なケアをしてくださった“なごみの郷”の職員のおかげでしかなく、昔から好きだった思い出の「筒賀の大イチョウ」を見に連れて行ってくださったり、最期の最期に伸びてしまっていた髪をきってくれた優しい職員の思いやりなど、感謝しかありません。故人にかわり心より感謝申し上げます。

また、私自身も関わった利用者様のそばにしながら、ご意向に沿い、最善のケアが提供できるよう今後も精進してまいります。簡単ではございますがこの場を借りてお礼申し上げます。

なごみの郷 中本 妙

ケアハウス ～ 牛田バラ園 ～



新緑のまぶしい季節となりました。一年の中でも過ごしやすいこの時期、自然と気分が高揚し、戸外に出てさわやかな風を感じたくなるのは私だけではないのでは？そこで、かれこれ二年半近く、コロナ禍で閉じこもりがちな生活を強いられているケアハウスのみなさまと、5月18日(水)、牛田バラ園へ出かけてきました。牛田総合公園の一角にあるバラ園は車で20分ほどの近場にあります。インターネットで調べると、「一年を通して四季の花が咲く隠れ家のような公園です。」と紹介してある通り、こんなところにこんな素敵な場所が…と、はじめて訪れた私も「隠れ家」という表現に納得してしまいました。



当日は快晴で絶好のお出かけ日和でしたが、気温が25℃の夏日となり、日頃室内で過ごしておられるみなさまにとっては、少々酷な陽気となりました。それでも約65品種、2,400株の薔薇が植栽されているという園内を散策し、色とりどりの薔薇をバックに写真撮影を行って楽しい時間がすごせました。



事務 三井 由起

あいあいねっと

「ウクライナ難民食糧支援」を開始しました！

広島市国際化推進課より、ウクライナ避難民の方を受け入れるにあたり、食料を提供してもらえないかとの連絡がありました。“あいあいねっと”に集まる食品が役に立つのであれば、私たちうれしい限りです。早速支援に向けての調整を始めました。

人数やどんなものが良いかなどを市の職員の方とお話し、ひとまずは、主食になるような食料の提供をすることになりました。避難民の方に限りませんが、個人支援では、フードドライブで集まった多種類の食品が大変重宝されます。マイクロン様より提供いただいた食品を中心に、パン、パスタ、シリアル、麺、レトルト、缶詰、ポテトチップスなどの菓子、飲料を箱に詰め、受け取りに来られた市の職員の方にお渡ししました。その後、お礼の連絡があり、子どもたちがお菓子をもらって大変喜んでいて教えていただきました。よかったなと思う反面、大変な思いをされている時こそ、食事だけでも食べ慣れたものを食べて、ホッとしてもらえたらいいな…と思い、私たちもウクライナの食事について勉強することにしました。

そこで、ウクライナの女性から、ウクライナの日常食等々の聞き取りを実施することにしました。教えてくれた女性は、日本語教室をされている“あいあいねっと”のボランティアさんの生徒さんです。来日されて3年で、日本語がとてもお上手でした。「初めて日本に来た時に思ったのは、日本の食べ物はとても甘く、パン、料理の味付け、クッキーなどのお菓子、果物など、ほとんどが甘くて食べにくかった。ウクライナでは、大きな鍋で肉と野菜を煮込んで、みんなで分け合って食べる事が多く、味付けも塩コショウやサワークリームなどシンプル。じゃが芋は、煮込み、フライ、蒸したり、いろいろな料理に使う。」などなど、いろいろなことを教えていただきました。ありがとうございます。みんなで共有して、次の支援に役立てていきたいと思えます。

あたたかい応援ありがとうございました！

4月24日(日)に投票日を迎えた、広島市議会議員補欠選挙に“あいあいねっと”代表の原田よしこが出馬しました。地域のボランティアをはじめ、本当に多くの方に支えられた選挙戦となりました。残念ながら、当選は叶いませんでしたが、皆様のあたたかいご支援を肌で感じる事ができ、大変励まされました。本当にありがとうございました。今まで以上に、社会課題に果敢に挑戦してまいります。引き続きよろしくお願いいたします。

あいあいねっと 原田 よしこ



ウクライナ食事についてインタビュー！！



居宅介護支援事業所

～ ニュー安佐市民病院 ～

みなさまこんにちは。今回は広島市立北部医療センター安佐市民病院についてお伝えしたいと思います。皆様も新聞やニュースなどでご存じだとは思いますが、安佐北区可部南にあった広島市立安佐市民病院が2022年4月30日に42年間の業務を終えて閉院しました。これまで安佐市民病院は市北部の基幹病院として1980年5月に開院し、2012年には県のへき地医療拠点病院に指定され安芸高田町や北広島町からの患者も多く、2014年の広島土砂災害や2018年の西日本豪雨の際は被災者の受け入れも行いました。

今後、市北部の医療拠点の役割は、5月1日に同区亀山南に移転し、開院した高度・急性期対応の「広島市立北部医療センター安佐市民病院」に受け継がれます。新病院はがん治療や重症患者の受け入れなど緊急性や質の高さを要する治療に特化し、救命救急医療センターも備え、より高度な医療を担う病院になります。病院屋上のヘリポートと直結する救命医療センターは24時間365日稼働し、救急患者も広域で迅速に受け入れることが可能です。高度・急性期対応の基幹病院のため、初診には原則、かかりつけ医の紹介状が必要となります。退院後の回復期ケアは旧病院の北館にできる安佐医師会病院

や地域の病院が受け入れを行うこととなります。今後は一つの病院だけで治療を完結するのではなく、医療機関の機能分化を図るために地域の医療機関との連携が重要になってきます。また5月6日からは白木地区、高陽地区、可部地区、安佐地区からアクセスできるように直通の路線バスも運行されています。

新しくできた医療拠点「広島市立北部医療センター安佐市民病院」に私たちも期待しています。

なごみの郷居宅介護支援事業所 井川 陽子



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37回 6月10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38回 7月8日（金）13：00～16：00（毎月第2金曜）

特養3階 母の日！



皆様こんにちは。暖かい日差しに包まれ心まで温まってまいります。皆様お変わりなくお過ごしでしょうか。さて今年も5月8日(日)に母の日がやって参りました。3階では利用者様へ家族様からお花や食べ物が沢山届きました。



「ありがとう」とメッセージカードも添えられ、お花をみて「綺麗だね」と嬉しそうにされる様子や、「嬉しいね」と恥ずかしそうに笑われるご様子も見られ皆様大変喜んでおられました。



これからもっと暖かくなってきますので、脱水や熱中症に気を付けてお過ごしください。

特養3階
横田 莉奈

特養4階 お誕生日！



皆様こんにちは。段々と暑くなり夏が近づいてきているような陽気ですがいかがお過ごしでしょうか。

4階では、4月・5月上旬に3名の方がお誕生日を迎えられました。それぞれ当日にお祝いをさせていただきました。焼き肉を食べたり、巻き寿司を食べたり、また家族様とビデオ通話をさせていただき笑顔を見ることができました。コロナ禍の為、外出やご面会などが思うように出来ず、ご不便をおかけしていると思いますが、利用者様に喜んでいただけて職員はとても嬉しく思います。



これからも利用者様がやりたいこと、望んでいることがあればその都度、実現していきたいと思っていますので、皆様よろしくお願ひします。

特養4階
三上 眞奈

特養 5 階

満天日和のベランダで！



皆様こんにちは。心地よかった春も過ぎ、もう間もなく梅雨の時期がやってきますね。5階では、晴れた日にベランダで、お茶会を楽しみました。「風が気持ちいいね」、「外で食べると美味しいね」、「緑が綺麗ですね」と山を眺めておられます。ホールではおっとりされている利用者様も声を出され笑顔が見られました。

コロナウイルス予防のため、外出企画が難しいので残念ですが、自然いっぱいの(?!?山の中)“なごみの郷”で季節を感じていただいています。



次回はどんな事をして楽しみましょうかね。皆様のリクエストをお待ちしております。

特養 5 階 桑原 美由紀

デイサービス落合 ～ 母の日会 ～

暖かくなってまいりましたが皆様いかがお過ごしでしょうか。さて、デイサービス落合では5月9日(月)、10日(火)の2日間、母の日会を開催させていただきました。



毎年色々なレクリエーションを開催しておりますが、本年度は小さなカーネーションを利用者様に作っていただき、それを釣り竿で釣るといったレクリエーションを行いました。小さなカーネーションをみて「かわいらしいねえ」という声も聞こえていました。

さあゲームスタート。皆様一生懸命にカーネーションを釣られていました。「なかなか釣れないね」、「いっぱい釣れたね」・・・、たくさん釣れたら「すごいねえ」と拍手も起きていました。

そして、今回はカーネーションを釣るだけのゲームではございません。釣ったカーネーションの中に当たりが入っており、その当たりの数の番号のクジを引いていただくと、クジの中に職員から利用者様へのプレゼントが書かれているのです。プレゼントの中身とは・・・「肩もみ」、「肩たたき」、「職員と写真を撮る」など盛りだくさん・・・。

肩もみを引かれた利用者様は「肩もみなんていつぶりかな？」なんてとても気持ちよさそうなお顔をされていました。そして職員との写真は「この職員がいい」なんてご指名をいただき嬉しい限りです。皆様カメラを向けるととてもいいお顔をされ自然に笑顔がこぼれていました。そんなお姿を拝見する事ができ、とても幸せな気持ちになりました。

コロナ禍の中、色々な制限により出来る事が限られていますが、「ああ面白かった」、「笑わせてもらったわ」などの声を聞くととても嬉しくなります。

これからも、利用者様と笑って日々を過ごしていければと思っております。



デイサービスセンター落合 日高 香代

デイサービス落合

～ お誕生日プレゼント ～



デイサービスセンター落合では、利用者様へ誕生日のお祝いとして職員手作りのプレゼントをお渡ししております。毎年趣向を凝らしたプレゼントを作っており、今シーズンはご自宅で飾っていただけるようなプレゼントを作成いたしました。

5月のお誕生日の方から新しいプレゼントをお渡ししておりますので、是非ともお楽しみにいただければと思っております。



デイサービスセンター落合 林田 崇

デイサービスセンターなごみの郷 落合 6月カレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
日付				1	2	3	4
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
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
日付	5	6	7	8	9	10	11
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
日付	12	13	14	15	16	17	18
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	父の日会	父の日会
備考		ご馳走の日					
日付	19	20	21	22	23	24	25
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	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
日付	26	27	28	29	30		
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		
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		

デイサービス可部 ～母の日会～

風薫る新緑の季節も終わりに近づき、日ごとに暑さが増してまいりましたが皆さんいかがお過ごしですか。

デイサービス可部では、5月8日(日)と10日(火)の2日間、『母の日会』を開催しました。母の日ということで、女性の好きな物に焦点を当ていろいろ考えた結果、パフェ作りにチャレンジする事にしました。皆さん喜んでくれるでしょうか？

衛生面にも注意しながら手指消毒した後にプラスチック手袋を着用していただき、パフェ作りを開始しました。

お皿にプチゼリー、カステラ、バナナ、イチゴ、ポッキーをご用意しました。可愛いカップと手作りのコースターもあります。それを見ただけでどよめきが走り、ワクワク感が高まっている様子です。最初にプチゼリーを開けてカップに移します。次にカステラ、生クリームは職員と一緒に力を合わせて絞ります。「もうちょっと入れて!」、「わあ、もう食べたいわ」と笑顔がこぼれ、皆さんはしゃいでおられました。バナナやポッキー、イチゴとそれぞれ好きな様に飾っていただき、最後にチョコレートシロップをかけたら、世界にひとつだけの美味しそうな素敵なパフェの完成です。温かい緑茶と一緒にいただきました。「あ～美味しいわ!」、「仏壇のお父さんに今日は“パフェを食べた”言うて報告せんといけん」など、あちこちで楽しい会話が広がりました。



そんな利用者様の笑顔がたくさん見られて私達職員も幸せな気持ちになりました。普段は甘い物が苦手な男性の方にも、今日ばかりは楽しんで食べていただけたようです。甘い物を食べると幸せホルモンが出ますね。利用者様の満面の笑顔で、私達も嬉しい1日となりました。

これからも、利用者様に喜んでいただけるイベントをご用意していきますので、楽しみにしてくださいね。

これから梅雨、初夏と暑くなってまいりますので、お体ご自愛ください。

デイサービスセンター可部 谷中 明子

デイサービス可部 ～ 兜づくり ～

変わりやすい天候などにより体調を崩しやすい季節になってきました。みなさんいかがお過ごしですか。

デイサービス可部では、“こどもの日”が近づいた5月2日(月)、利用者様と一緒に新聞紙を使って兜を折りました。みなさん子供のころの話を楽しみながら折られていました。お話の中で「あんなことがあったね」、「こんなこともあったよね」と笑いあり、共感あり、また、いろいろなことを思い出された様子でした。そして、みなさん立派な兜が出来上がり、かぶった姿を記念撮影。せっかくなので兜をかぶってみなさんで一緒に『こいのぼり』を歌いました。

出来あがった兜を「持って帰ってもいいかね?」と言われ持って帰られる利用者様もいらっしゃいました。さわやかな風を感じながら素敵な時間を過ごすことができました。

季節の変わりめでこれから蒸し暑くなってきます。こまめな水分補給をして元気にお過ごしください。



デイサービスセンター可部 西川 真帆子

なごみの郷 可部 6月カレンダー

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

グループホーム亀山 ～ レクリエーション ～

皆さんこんにちは。今月は室内で日々行っているレクリエーションの様子を紹介したいと思います。
なかなか外に出かけることは難しいですが、室内でも楽しんでいただけるようにと、職員一同頑張っています。

机の上に、色とりどりのカラーボールを転がすと「まあかわいいねえ」、「何をするの?」と転がしたり、集めたり、落としたりと、ルールは各自でバラバラですが、それぞれの遊び方で楽しんでいただいています。



ときには、DVD を見ながら体操をしたり、机を持ってスクワットをされる方もいらっしゃいます。そして、フロアを「足腰のリハビリじゃ」と歩かれる方など、それぞれ自分の体に合ったトレーニングに取り組んでおられます。



それでも天気の良い日は、駐車場や、近くの公園に散歩へ出かけ、太陽の日差しを浴びながら、季節を感じていただいています。コロナ禍がいつまで続くか分かりませんが、収束した時のために、しっかり身体を動かして準備をしておきましょうね。

グループホーム亀山 野関 典子

グループホーム 亀山

～ 大田三四子様のお誕生日 ～



ので大田様が好きなお刺身と、おやつに大きなおはぎを買ってお祝いをしました。昼食時にお刺身を出すと「あら、刺身じゃ!!」、「嬉しい」と喜んでいただき、「お誕生日のお祝いです」と伝えると手を合わせてお辞儀をされました。

おやつにおはぎをお出しすると「あら、おはぎじゃ!!」、「美味しかったよ」、「ありがとう」とあっという間に食べられました。

大田様お誕生日おめでとうございます。これからも元気に過ごしてください。

4月12日(火)大田三四子様のお88歳米寿のお誕生日を迎えられました。

前日に娘様とお孫様が来られ、お花をプレゼントされ「まあ綺麗じゃね」、「かわいい」と何度も「ありがとう」と手を合わせて言われていました。帰り際にお孫様がお写真を撮りたいと携帯を向け大田様に伝えると、首を傾け満面の笑みでカメラにピースされていました。お見送りした後、少し涙ぐまれ「嬉しいね」、「また会いたいね」と言われました。

当日は、コロナウィルスの影響で外出ができない



グループホーム 亀山 松尾 紋花

～ 端午の節句 ～



青葉が美しい季節となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

さて、5月5日は端午の節句、「こどもの日」でした。グループホーム亀山では、季節の飾りとして鯉のぼりと兜を折り紙にて作成しました。

最初に様々な模様の折り紙から好きなものを選んでいただき、「これで合ってる? 難しいね...」と職員と一緒に真剣な様子で作成していきました。最後は台紙に貼り付け完成です。「かわいいのができたね」、「泳いでみたい」、「昔は大きい鯉のぼり飾ってたよ」と笑顔の皆様でした。その後、職員が作成した兜と鎧をまとい、剣を持って記念撮影をしました。「えーい!」とポーズを決める皆様... 童心に帰ったような皆様の様子に私達職員もほっと心なやましていただきました。



これからは皆様の笑顔が溢れるような楽しい時間を共に過ごしていきたいと思っております。

グループホーム 亀山 岩本 文子

デイサービス亀山

～ 端午の節句～母の日～

デイサービス亀山では、3日間に渡り端午の節句イベントを開催しました。

隣のフロアが保育園なので、毎日顔を合わせて元気を貰っている子供達・お孫さん達の健やかな成長と健康を願ってお祝いをしました。

午後から、草餅・柏餅を利用者さんと一緒に作りおやつに食べ、皆さま「これは美味しいよ」とあつという間に食べられ、大変好評でした。

皆さんは柏餅の葉っぱが、関東・関西では、違う事を知っていますか。

柏餅を作る前に利用者さんと柏餅の作り方を一緒に考えていると、ある利用者様が、これは私の知っている葉っぱじゃない。と言われて、職員も気付きました。

私達がよく食べていた葉っぱは、サルトリイバラの葉で、皆さんは、しばの葉と呼んでいたそうです。今回の柏餅には、しばの葉を使いました。おやつ・料理を作るなかでもたくさんの方の事を教えていただき、勉強になります。



そして、5月8日は、母の日です。

日頃の感謝を込めて、女性利用者様には手作りカーネーションプードルをプレゼントし、男性利用者様には手作り花束と一緒に作り奥様にプレゼント…。とっても喜ばれた様子でした。

デイサービスセンター亀山 出来 喜美

なごみの郷 亀山 6月カレンダー

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

訪問ヘルパー

～ 自分らしく… ～

毎日の生活の中にコロナという事が日常になり with コロナの生活に慣れてきたように感じます。とは言え生活に色々制限があり不自由を感じる事は否めない状態です。

そんな中でも、マイペースに一人暮らしをされている 80 代の男性のご利用者様がいらっしゃいます。奥様は 2 年前に施設に入所されました。しかし愛妻家のご主人は今でも毎週 2 回、欠かさず差し入れを施設まで持参されています。

15 年位前から、食事作り、買物等、家事全般はご主人がされていましたが、体調がすぐれず息切れ等があり掃除する事が負担になったため、週に一回、一緒に掃除の支援をさせていただいています。お元気なころには、市内に在住の娘さんや息子さんの所へ、もつ煮込み、おでん、天ぷら、テールスープ、パエリアなど色々作っては持って行っておられました。「喜ぶ顔をみると嬉しいからね…」と言われていましたが、だんだんと作るのがしんどくなり、今はご自身の食事も月曜から金曜日は配食のおかずを頼み、土日だけ食べたいものを作っておられます。ビールやお酒も主治医の指示通り飲み過ぎないように気を付けているそうです。

私が一番びっくりして凄いなと思ったのは、毎日の体重、朝夕の血圧、排尿・排便回数、体温を測り記入されている事です。体温は正確を期すために左右の脇で測り徹底しておられます。

そんな几帳面な方なのですが、食卓テーブルやこたつの上は乱雑です。片づけましょう、手伝いますよと声掛けするのですが、大丈夫、自分でするからと言われます。ヘルパーさんには見苦しいかもしれないけれど、自分で分かるようにしているからね…と笑っておられました。

その後、ご自分で片づけをされ、どこに置いたか分からなくなった物がありました。すっきり片づけた方がいいだろうとの思いで声を掛けましたが、かえってご本人様の負担になることもあるのだと、私自身反省しながら何か良い方法は無いかと考えています。ご自宅が、利用者様にとって居心地の良い場所であるようにこれからも心がけていきたいと思えます。

ヘルパーステーション 今田 美智子

メゾン・クレアなごみ

～ カープ 応援 ～

清々しい初夏を迎え、木々の緑も日増しに深くなってきました。皆様はいかがお過ごしでしょうか？

新型コロナウイルスの流行により、マスクの着用、手指消毒、外出の自粛など、感染予防を行いながらの、生活が続いています。今年のゴールデンウィークは 3 年ぶりに政府から外出自粛が求められませんでした。しかし我が家では、ゴールデンウィークも仕事だったということもありますが、趣味の県外への旅行にも行かず、自主的に外出自粛の様な生活をしていました。

そういう自主自粛の生活の中で、カープの試合をテレビで観ていました。テレビの中ではマツダスタジアムの観客が新型コロナウイルス流行以前のように、入場制限なく満員に入っていて、得点チャンスの際にはスタンドが真っ赤になって盛り上がっていました。満員の応援の効果もあってか、ゴールデンウィークの地元 6 連戦は 4 勝 2 敗と勝ち越しました。広島の方は『カープはこいのぼりの季節までは強い』という言葉は何度も耳にしたことがあると思いますが、今年は「やっちゃろうや！」精神で勝ち続けて、2018 年以來の優勝をしてもらいたいと思います。クレアにも熱狂的なカープ女子の入居者様がいらっしゃいます。その方はカープの試合が始まると食堂に出てこられ、点が入ると満面の笑みでスタッフを呼びとめて、教えてくださいます。逆に点を相手チームに入れられるとなんととも言えない悲しい表情をされます。



社会福祉法人正仁会は、ありがたいことに福利厚生の一環として、スタッフ余暇活動補助制度があります。マツダスタジアムの年間指定席にて観戦を行うことができ、今年はヤクルト戦に子どもと一緒にいっしょに行かせてもらおうと思っています。その日も勝ちますように…。

メゾンクレアなごみ 山地 時雄

グループホーム可部

～ 丸本津紀子様 お誕生日おめでとうございます！！ ～

4月27日(水)は、丸本津紀子様の81回目のお誕生日でした。当日の午前中にご主人様よりケーキ、娘様から洋服のプレゼントが届きました。プレゼントの中には、手紙も入っており、真剣な眼差しで読まれていました。手紙を読み終えた後に、入居者の皆様と職員で歌を歌ってお祝いをさせていただきました。丸本様も歌に合わせ手拍子をしてくださいました。そして、プレゼントのケーキにろうそくを立てて火を吹き消し、コーヒーで乾杯をして皆様と一緒にケーキを食べました。



丸本様は以前に比べてお元気になられています。来年のお誕生日も一緒にお祝い出来ますように、増々お元気になれる事を願っております。

お誕生日おめでとうございます！

グループホーム可部 原岡 千佳

～ 中村博子様のお誕生日会 ～

去る4月30日(土)に中村博子様が90歳のお誕生日を迎えられました。当日、家族様より「バースデーケーキ、洋服、ヘアキャップ」が届き、長女様からのお手紙も添えられていました。グループホームからは、「クッションとマグカップ」をプレゼントさせていただきました。

午後からグループホーム内でささやかではありますが、「卒寿」というおめでたいお誕生日を皆さんと一緒に祝いをしました。記念写真は、紫色の“ちゃんちゃんこ”を着ての撮影です。

本人様は「90歳まで生きられるとは思っていなかった」と何度も言われ、長女様からの手紙に涙しておられました。離れて暮らされているご家族の皆さんの思いを改めて強く感じた一日となりました。

これからの日々、少しでも自分らしく穏やかに過ごしていただけるよう努めていきたいと思っております。



グループホーム可部 竹本 真里

グループホーム可部

～ 母 の 日 会 ～



皆さんこんにちは。グループホーム可部では、5月9日(月)に『母の日会』を行いました。今年も、利用者様方と一緒におやつにパンケーキ作りをしました。生地から作り、ホットプレートで焼きました。「うまいこと出来るかね? よいしょ」とお互いに声を掛け合いながら、生地をひっくり返していました。パンケーキが出来上がると、今度はフルーツを切っていただき、パンケーキの上に盛り付けをして最後に生クリームを添えて完成です。「いいのが出来たね。美味しそうね」と言われていました。

私たちからは日頃の感謝を込めてカーネーションをプレゼントしました。「綺麗な花ね、ありがとうね、これからも宜しくお願いします」と、嬉しいお言葉をいただきました。終始笑顔で楽しい『母の日会』になりました。来年も皆さん元気に母の日を迎えましょうね。



グループホーム可部 田中 優

グループホームなごみの郷 可部 6月カレンダー

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

専門家の知恵

～ 食中毒について ～

ゴールデンウィークも終わり、いよいよ梅雨入りになるこの時期は、気温・湿度が上昇し食中毒の発生件数も増える傾向にあります。

本日は、食中毒の予防方法についてお伝えします。

食中毒とは

病原性のある細菌・ウイルスや有害な物質がついている食べ物を食べて起こる病気のことを言います。

主に嘔気・下痢・腹痛・発熱等の胃腸炎症状が現れます。

食中毒予防の三原則

①つけない <手を洗う>

手にはさまざまな雑菌が付着しています。食中毒の原因菌やウイルスを食べ物につけないために、調理前や食べる前には必ず手を洗いましょう。

②増やさない <低温保存>

細菌の多くは高温多湿の環境で増殖が活発になりますが、10℃以下では増殖がゆっくりとなり、-15℃では増殖が停止します。

食べ物に付着した菌を増やさないためには、低温で保存することが重要です。

※ 冷蔵保存をしても細菌はゆっくりと増殖するため**早めに食べる**ことが大切です。

③やっつける

<加熱処理>

ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅します。肉や魚はもちろん野菜なども加熱して食べれば安全です。肉料理は中心まで加熱(中心部 75℃で1分以上)することが大切です。

<殺菌>

ふきん、まな板、包丁などの調理器具にも細菌やウイルスが付着します。

特に肉、魚、卵などを使った後の調理器具は、洗剤でよく洗い、熱湯をかけて殺菌することも有効です。

上記の内容はもちろんですが、しっかりと睡眠や栄養をとり、適度な運動をする規則正しい生活を送り、免疫力を高めることも大切な予防方法です。

食中毒についてしっかり理解し、予防できるよう心がけていきましょう。

6月のお誕生者様

氏名	生年月日	年齢	氏名	生年月日	年齢
長井 傅美子 様	大正11年6月15日	100 歳	大隅 孝子 様	昭和10年6月28日	87 歳
立石 保子 様	大正13年6月22日	98 歳	仁井 フジ江 様	昭和11年6月3日	86 歳
松本 静子 様	大正14年6月1日	97 歳	山本 ます子 様	昭和11年6月10日	86 歳
黒澤 廣子 様	大正14年6月5日	97 歳	田中 靖子 様	昭和11年6月29日	86 歳
堀田 清子 様	大正15年6月10日	96 歳	東 茂美枝 様	昭和12年6月1日	85 歳
門上 美代子 様	昭和3年6月30日	94 歳	新谷 けい子 様	昭和12年6月18日	85 歳
辻村 和昭 様	昭和8年6月7日	89 歳	佐藤 如子 様	昭和13年6月1日	84 歳
天津 悦子 様	昭和8年6月12日	89 歳	芦原 孝子 様	昭和13年6月15日	84 歳
千日 喬 様	昭和8年6月25日	89 歳	梅田 敬子 様	昭和15年6月20日	82 歳
木本 千晴 様	昭和9年6月7日	88 歳	的場 律子 様	昭和16年6月7日	81 歳
西元 孝毅 様	昭和9年6月16日	88 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4月度

日付	摘要	収入	支払	差引残高
4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。日々の出来事で感じたこと、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…

6月、水無月、ジュン、ミトナー(カンボジア語)、プーランジュウニ(インドネシア語)、タンサウ(ベトナム語)。鱈、鮎、カワハギ、アスパラ、キュウリ、ニンニク、レタス、さくらんぼ、ビワ、マンゴーなどが旬。四季があるからこそ楽しめる旬の食材は栄養価も高く、香りやうまみも多いため、より美味しく食べることができる。特にこの時期の鱈は脂がのって刺し身でも美味しい。また、日本の代表的な川魚の鮎は塩焼きにすると美味しい炊き込みご飯でもイイ。カットしたキュウリにマヨネーズ、旬の時期は短命でも小さくて可愛い甘酸っぱいさくらんぼ…これらもたまらなく美味しい。

気温の上昇とともに梅雨時期のジメジメがやって来るので、身体がだるく体調を崩しやすくなる季節でもある。故に、カビや食中毒への注意をしながらも、ミネラルやビタミン豊富な野菜や魚などを摂って迫りくる夏に備えたい。

ところで、このところ広島でのコロナ感染者数は1月15日に1,000人を超えて以降、一旦は400人台にはなったものの、再び連日1,000人を超えている。昨年12月はゼロの日も多く、少し落ち着いた年末を過ごせた。ところが…である。以前は100名を超えたら大騒ぎになっていたように思うがそれは忘れ去られた過去の話なのか。感覚が麻痺してきているように感じる。

「コロナはもう危険ではない」と考える人が増えているからだろうか。メディアの論調も以前のテンションはなく、オミクロン株は感染力は高くても弱毒なため問題は小さいと考えているのだろうか。本当にそうなのか。調べてみた。

2020年、21年の約2年間の新型コロナ感染者数が全国で101万人。22年の4か月半のそれは440万人…。つまり第6派はそれまでの5波の合計の4倍以上の感染者を出している。しかも6分の1の期間で…。これまではコロナに罹らずに済んでいても、今になって“遂に罹ってしまった”という方がすごく多くなっている。第6派の死者数は1万人超。これまでで最大だったのは第3波の7,400人で第4波でも6,000人だった。それを上回り、死者数も最高値を更新。重症者数も多く、医療機関を圧迫し続けている。要はオミクロンは感染しても症状が出ない人の割合が多く、罹った人の大半が重症化していない。だからみんな安心しているのだろうけれど、重症化する人や亡くなる人の絶対数はこれまで以上に高いのである。ここに気付かなければならない。

去るゴールデンウィークの各地の人出は、コロナ禍前に近い状況で、約8割程度の人流が回復していたと聞く。また、人々の行動も大胆になっているようにも感じる。暖かな陽気の季節でもあり、人混みでもあごマスクやノーマスクで行動している人も増えているようにも思う。本当の安全を勘違いする者が増え、街に人出が戻り、それなりに活気ある雰囲気になって経済が活気づき始めている。しかしかにかに人の動きが増えようが裏腹に、まだまだコロナは危険なのである。重症化リスクは背中合わせで医療現場は相変わらずひっ迫している。

ではこの傾向が続くと何が起こるのだろうか。

日本は全国一斉のまん延防止等重点措置の解除から“経済優先”に舵をきった。でも中国は逆で、上海のロックダウンに象徴されるようにゼロコロナを掲げてまん延防止に躍起になっている。つまり、中国経済は混とんとし、この国からの輸入製品は日本に来ない状況が続いていくことになる。せっかく人が外出するようになったのに…。例えば夏物衣料が中国から到着しない、半導体が入らない、電子部品が揃わない、工業製品ができない、出荷できない…。などの不安定さははらんだまま夏を迎える状況になっている。

目先を見つめる人たちはさらに街へ繰り出し、観光地や飲食店、小売店へと向かう。ただあいにくの円安、原油高、ガソリンの高騰、食料品の値上げなどで財布のひもは固くなっているため、人出のわりには消費がどんよりしていくのではなかろうか。

結局、コロナ禍の本質に大きな変化は起きてはいない。とはいえ、これまでのように医療ばかりに重点を置いていると、そろそろ経済に限界点がきてしまう。そうならないように国も人出が増えることを容認している。そのニュアンスをもう少し正しく受け止めることができれば、混雑し始めた街中で飛沫を飛ばす呑気な人たちは減るはずだ。

「コロナはもう怖くないと思う気持ち」は分からないでもない。しかし、その安心がまわりまわって自身の取り巻きへ悪影響を及ぼしてしまうことが、本当に怖いのである。身体と心への特效薬を待ちたいものだ…。

ねえ、皆さま！

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

URL <http://www.nagominosato.jp>

Tel 082-841-1331 Fax 082-841-1336

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”