

おたっしゃかわら版

睦月

247



永年勤続 20 年表彰

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.....デイ落合
- 10~11P.....デイ可部

なごみ新聞

- 12~14P.....亀山
- 15P.....訪問ヘルパー
- 15P.....メンクレア
- 16~17P.....グループホーム可部
- 18P.....専門家の知恵
- 19P.....1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

2023年1月号

三澤副施設長から ~ 2022年の振り返りと2023年に向けて ~

新年明けましておめでとうございます。

皆様にとって2022年は、どのような1年でしたでしょうか。

“なごみの郷”においてはコロナ一色といつても過言ではない1年であったように思います。その始まりは1月下旬で、新たに入所された利用者様の発症によるものでした。幸い感染拡大には至りませんでしたが、その2か月後の4月、職員2名のコロナ陽性をきっかけに、瞬く間に感染が拡がり初めてのクラスター（特養5F：利用者様19名、職員8名が感染）を経験することとなりました。さらには8月（特養4F：利用者様22名、職員15名が感染）、そして11月（特養3F：利用者様16名、職員6名が感染）と三度、クラスターに見舞われることとなりました。また11月はグループホームなごみの郷亀山でも同様の状況（2F：利用者様6名、職員6名が感染）となりました。この間、ご利用者の皆様をはじめご家族の皆様には多大なるご負担とご心配をおかけすることとなりました。幸い新型コロナウイルス感染により重篤な状態に陥られた利用者様がおられなかつことはせめてもの救いであったように思います。また職員にも相当な負担をかけた状況でしたが、その都度、一丸となり難局を乗り越えてくれたことに改めて感謝と尊敬の意を表するところです。

一方で複数回のクラスターの経験から得られた知見もあったように思われ、1度目よりも2度目、2度目よりも3度目と確実に初動を含む対応の質は向上し、感染防止に資する意識や知識の向上にも繋がったようを感じています。今回の経験を通して最も痛感したことは、感染防止対策として施設内にウイルスを持ち込まないことが理想となります。これだけの強い感染力を持つ新型コロナウイルスに対しては感染者が発生した際の「感染拡大を最小限にとどめる初動」と「そのための準備（訓練を含む確実な備え）」に尽きるということです。これまで頭では当然のことと理解していても、実際に経験することで真に理解できたように感じています。

今回の学びは感染症のみならず、 2030 ± 5 年で発生する可能性があるとされている大規模自然災害（主には南海トラフ地震）への備えにも通ずるところです。クラスターとは異なり建造物の破損やインフラ（電気・水道・ガス）の停止に伴う2次災害の懸念は相当であることが予測されるため、私自身の務めとしても実効性の高い備え（BCP；Business Continuity Planning（事業継続計画））の完成は急務であると認識しています。

前述の通り、新型コロナウイルスの対応に追われ続けた1年ではありましたが、私たちの主たる活動は、“なごみの郷”をご利用くださっている皆様の幸福の追求に他なりません。そのためには人財の獲得・育成・定着が不可欠であり、withコロナを念頭にこれまで以上に注力し続けなければなりません。その一環としてこの2022年12月より、新たな育成プロジェクト（2年間）をスタートさせています。合計8名の若手職員が自らの意思で参加してくれており、「自らで考え、行動する力を養うこと」を命題に、このプロジェクトが次世代を担うべく彼らの成長と躍動のきっかけになることを期待しています。

結びに“なごみの郷”は、2023年のスローガンを「力（ちから）」をテーマに『皆の力と個性の發揮 医療と介護の新たなステージへ』としました。2022年に経験した学びを踏まえつつ、皆の力を結集してさらなる飛躍を目指し邁進していく所存です。2023年も、どうぞよろしくお願ひ申し上げます。合わせて皆様のご健康とご多幸、実りのある1年を、お過ごしくださることを心よりお祈り申し上げます。

特別養護老人ホームなごみの郷 副施設長 三澤 広隆

ケアハウス クリスマスランチ

毎年ケアハウスでは、一年の締めくくりとして利用者様と職員で、“すき焼き鍋”を囲み忘年会を開催するのですが、この2年間はコロナ禍の影響を受け規模を縮小し開催してきました。しかし、この度コロナ第8波の影響により、ケアハウスの皆様が揃って食堂で食事することを控えなくてはならない状況となり、急遽企画を延期することにしました。そのため、毎年皆様が楽しみにしてくださっているこの企画の代わりに、何か喜んでいただけることはないかと職員で話し合いを行い、この時期にちなんだ職員手作りの“クリスマスランチ”をご用意することにしました。卵サラダ・クロワッサン・チキンナゲット・ポテトサラダ・バターケーキのフルーツ添え・コーンポタージュスープと、クリスマスらしく赤と緑を基調に、豪華ワンプレートランチができあがりました。



サンタが家にやってくる♪とはなりませんが、ワンプレートランチに職員からのメッセージカードを添えて、一人ひとりのお部屋にお配りしました。「わあ～豪華」、「おいしそう」、「お店でも売れるんじゃない」と普段とは違う食事に、皆様から喜びの声をいただくことができました。



お楽しみはまだ続きます。毎年恒例、一年間の思い出を綴ったアルバムの贈呈です。行動制限を強いられている中、2022年はいくつの思い出ができたでしょうか。1月、ケアハウスの食堂で毎日コツコツと百歳体操、デイサービス職員による出張レクリエーションがありました。桜の綺麗な4月、玄関前の桜の木の下で記念撮影を行い、美味しい天むすの入ったお花見弁当を食べました。5月は久々の外出企画、真っ青な空の下、牛田バラ公園を散策。夏には、パフェ・素麺・フルーツポンチ、秋にはバーベキューに焼き芋を食べ、緑化センターへ紅葉狩りにも行きました。「これ(アルバム)を待つとったんよ。毎年楽しみにしてるよ」と、それぞれの思い出が詰まったアルバムをプレゼントさせていただきました。

2023年こそは、自由な日々が送れることを願いつつ、延期になった“すき焼き鍋”を、皆様と賑やかに囲みたいと思っています。

事務 澤 典江

あいあいねっと

あけましておめでとうございます！！

新年、あけましておめでとうございます。本年も皆様がご健勝で御多幸でありますよう、心からお祈り申し上げます。

昨年は、“あいねっと”スタッフやボランティアの 12 名が、『食品ロス削減サポーター』の認定を受けたこともあり、食品ロス削減についての講演会や食品無料配布会などの活動を精力的に行ってきましたので、ご紹介させていただきます。

【食品ロス削減についての講演会】

●11月 6 日に、広島市安佐南区民文化センターにて、「日本の食料問題と広島～市民県民は食料問題とどう向き合うべきか～」のテーマで“あいあいねっと”代表の原田佳子が講師を務めました。参加者は 15 名。熱心な聴講者が多く参加されていました。今の危機的食料問題を解決するには、地域農業の活性化がなくてはなりません。そして、社会的共通資本として農業を捉え、過度な競争にさらさないことが大切なポイントなのではないでしょうか？

●11月 19 日には、安佐北区の高陽地区にある小さな集会所で、その地区にお住いの方に、「高齢者の食生活と食品ロス」のお話をしました。身近な例を取り上げながら、高齢者の食生活のポイントである「タンパク質とエネルギー摂取」についてお話をしました。参加者は7名。少ない人数だからこそ会話も弾み、あっという間の 2 時間となりました。

●11月 27 日には、岡山県にある美作大学の「市民キャンパス」が久米公民館で行われました。その食品ロス削減ミニ講演会で、「みんなで減らそう食品ロス」をテーマに、食品ロスの現状と課題について参加者と一緒に考えました。

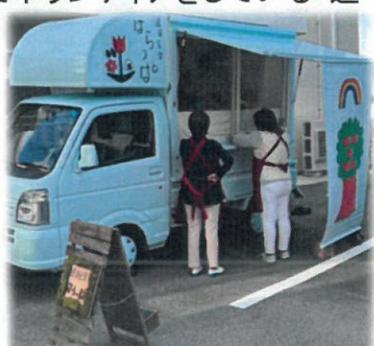
【食品無料配布会】

“あいあいねっと”では、昨年の 6 月より「食品の無料配布会」を月 2 回のペースで行ってきました。最近では、1 回約 40 人の方にご利用いただいており、1 時間以上前から列に並ぶ方もいて、用意した食料はあっという間に無くなります。11 月の終わりには、いつも“あいあいねっと”でボランティアをしている「道草食堂はらっぱ」の宇治さんが、キッチンカーでじゃがいものポタージュを振る舞ってくださいました。“あいあいねっと”に届いた食品ロスのじゃがいもを使い、パプリカと黒コショウがトッピングされていて、塩こうじを使ったポタージュスープは、体の中から元気が出る優しい味わいでした。ご利用になられた皆さん大喜びです。ありがとうございます。

私たちの活動一つひとつは小さなものかもしれないが、同じ時間を共有し、いろいろな社会問題と向き合ふことで、私たちの明日がより明るいものになっていけばと思います。

今年もスタッフ一同、一生懸命に活動に取り組んでまいります。どうぞよろしくお願ひいたします。

あいあいねっと 増井 祥子



居宅介護支援事業所 ~オーラルフレイルについて~

皆様こんにちは。年の瀬の過日、2022年年の世相を表す漢字が発表され「戦」が選ばれました。これはロシアによるウクライナへの軍事侵攻や物価高による生活上の戦い。最近ではサッカーワールドカップで日本代表が強豪国を破るなどスポーツでの熱戦もありました。私も2022年はケアマネジャーとして配属され多くを学び奮闘した1年でした。皆様はどんな1年だったでしょうか？

さて、今回は「オーラルフレイル」についてご紹介します。「フレイル」とは健康な状態と要介護状態の中間のことです。要介護状態に進行する可能性がある一方、適切な対応によって健康な状態に回復する可能性もある状態です。「オーラルフレイル」は身体的フレイルの一つであり、口腔機能の軽微な低下や食の偏りなどがみられる状態です。症状として、“硬いものが噛みにくい”、“滑舌が悪く言葉がはっきりしない”、“口の中が乾く”などがあげられます。しかし些細な症状であるため本人も自覚しにくく、周囲も見逃してしまうことも少なくありません。またコロナウイルス対策でマスク着用が多く、顔が隠れている安心感から表情筋を動かさなくなり、口角が下がり、頬のたるみやしわ、ほうれい線が目立つことや、筋力が衰えオーラルフレイルにつながる恐れがあります。

そこで、オーラルフレイルを予防するための自宅で簡単にできる4つの方法をご紹介します。

①歯をしっかりと磨く、②よく噛む、③よく笑いよく喋る、④口輪筋のトレーニング口輪筋のトレーニング方法として、1.唇を閉じて“ひよっとこ”的に小さくすぼめ、5秒間前の方に突き出す。2.そのまま右へ移動し5秒間キープ。3.次は左へ同じように移動し5秒間そのままキープ。1~3を1セットとして、2~3セット行ってみてください。

お口の健康は全身の健康につながりますので、普段の生活に取り入れてはいかがでしょうか。



居宅介護支援事業所 畑 政善

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44回 1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いますので、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45回 2月10日（金）13:00～16:00（毎月第2金曜）

特養3階 クリスマス忘年会！

皆様こんにちは、新年を迎えるかがお過ごしでしょうか。

さて、3階では去る12月21日(月)にクリスマス忘年会を行いました。市中ではコロナウイルスが猛威を振るっているため感染対策をしっかりと行い、皆さんに楽しんでいただけるよう職員も細心の注意を払いました。今回は「カラオケ」と「ピアノ演奏」の2つがメインイベントとなっています。カラオケは、歌の得意な3名の利用者様が自慢の歌声を披露してくださいました。毎年必ず美声を披露してくださる利用者様にはじまり、今年は2名の利用者様が初めてステージに上がられました。少し緊張した表情も伺えましたが、しっかりと唄ってくださいました。



続いてのピアノ演奏は、何と職員と利用者様の連弾です。この日のため切磋琢磨し、1ヶ月猛練習をしてきました。観客になる利用者様からも、「わあ、知っている曲だね」と声がでるなど、皆さん体を揺らしながらリズムを取りながら歌っていました。会場からも「上手だね」と歓声が沸き、全員で鈴を鳴らしながら盛り上がりしました。新年に向かう晴れやかな気持ちを全員で共有することができたと思います。

今年も一年皆様にとって楽しい一年になりますよう、沢山企画を考えていきたいと思います。本年もよろしくお願ひいたします。

特養3階 繩手 凌平

特養4階 お誕生日の皆様へ！

みなさまこんにちは。大寒が過ぎ、寒さがいよいよ厳しくなりましたが、いかがお過ごしでしょうか？昨年のことになりますが、11月に4人が誕生日を迎えられました。ご本人や家族様とお話しをし、「年に一度の特別な日を喜んでいただけるよう。」担当者が企画をたててお祝いさせていただきました。



残念ながらコロナ禍なので、当日はご家族とのビデオ通話でしたが、そのご家族から防寒のための帽子、羽織物、ぬいぐるみなどのプレゼントが届いたり、他にも、ご本人が「食べたい！」と希望された穴子寿司、モンブランケーキ、ジュースなどを召し上がられ「美味しい！」ととても喜んでいただけたり、職員、他利用者様から歌でお祝いされると、みなさま照れながらも満面の笑みで「ありがとう！」と仰っていました。今回写真が掲載できない方もいらっしゃいますが、いくつになってもお誕生日をお祝いされることは嬉しいものです。年に1度、その方にとて大切な記念日を共に過ごしあり祝いできるよう企画をしています。今年こそ家族様と一緒にお祝いできることを願って…

特養4階 辻 左知子

特養 5 階 紅葉ドライブ！

新たな年を迎え皆様益々お健やかにお過ごしのこととお喜び申し上げます。

本年も皆様の笑顔が益々増えるイベントが出来るように努めて参る所存でございます。本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

さて昨年 11 月 26(土)に、土師ダムへ紅葉ドライブに行って参りました。今回はその一場面を紹介したいと思います。

コロナ禍で外出の機会が減っていましたが、感染対策をしっかりと行い久しぶりのドライブを実施することができました。



ドライブを楽しみに待ちわびて参加された方から、「楽しかったよ！ありがとうね」とうれしいお声…。

車内から懐かしい景色を堪能され「ここは孫とよく歩いたね」、「ここにうどん屋があってよく行ってたんよ」など話題が尽きることはありませんでした。施設内の行事とはまた違った笑顔を見ることが出来て私達もとても嬉しかったです。今後も感染対策を行いながらドライブや行事を実施して参りますので、改めて本年もどうぞお願ひいたします。



特養 5 階 渡辺 めぐみ

デイサービス落合 ~美味！おでんバイキング~

皆さんこんにちは。寒い日が続いているがいかがお過ごしでしょうか。

デイサービス落合では12月15、16、17日の3日間、おでんバイキングを行いました。例年ですと、各テーブルに土鍋を置き、利用者様、職員と一緒に鍋を囲み、好きなものを自身の皿に取りながら食べていました。しかしコロナ禍、感染防止の観点から今年もテーブルを囲って食べる事ができませんでした。その代わり各テーブルへお品書きを置かせていただき、利用者様の食べたいものを聞いて配膳する「オーダーバイキング形式」で楽しんでいただくこととしました。



気になるおでんの具は、大根、牛蒡巻き、厚揚げ、玉子、はんぺん、ちくわ、里芋、海老団子、ロールキャベツ、牛すじという、何と10種類です。皆さまはじめは量の多さにびっくりされたようですが、「味が良く染みていて美味しいね」、「お出汁がここのはおいしいよ」と、とても喜んでくださいました。中には「おなかいっぱいなんだけどねえ～」とおっしゃられる方もいましたが、「大根をもらおうかね」、「私は玉子を3つも食べたよ」、「厚揚げが美味しかったからちょうどいい」とおかわりも沢山してくださいました。



年末は雪も降り厳しい寒さとなりましたが、寒い時には温かいおでんや、お鍋がいいですよね。コロナ禍であっても、心も体も温まる行事を、今後も「どんな形ならできるのか」と、いろいろ模索して企画しますので、ぜひ楽しんでいただきたいと思います。

デイサービス落合 水尻 千恵

デイサービス落合

～紙ひこうき大会～

デイサービス落合では、毎日色々なレクリエーションを行っています。今回はある日のレクリエーションの1つを紹介したいと思います。この日に行ったのは「紙ひこうき作り」です。皆さんも一度は作られたことがあるのではないでしょうか。そんな懐かしい遊びを思い出してくださいと、今回は広告を使って作ります。皆様お一人お一人個性豊かな紙ひこうきを熱心に作っておられ、「どうじゃったかいね～」、「こうした方が飛ぶかね？」とお話ししながら作られていました。時には利用者様同士で教え合う場面もみられました。



さあ個性あふれる紙ひこうきが出来上がった後は「誰が一番遠くへ飛ばすことができるか？」？各々が作った紙ひこうきを飛ばしていただきました。飛ばし方にもコツがあるようで、滞空時間に一喜一憂されながら、紙ひこうき飛ばしも楽しめました。

皆様が笑顔でレクリエーションに参加してくださることが私たちの何よりの喜びです。2023年も一年笑って楽しんでいただけるレクリエーションを企画していくので、楽しみにしていて下さいね。

デイサービス落合 河原 真弓

デイサービスセンターなごみの郷 落合 1月カレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
日付	1	2	3	4	5	6	7
午前	休み			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
備考							
日付	8	9	10	11	12	13	14
午前		リハビリ体操 頭の体操	新年会	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	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	音楽レク	レクリエーション	レクリエーション
備考						ご馳走の日	
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	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	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

～2022をふりかえって～



広島市は12月14日(水)に初雪が観測されました。平年と比べ1日遅く昨年よりも3日早い初雪だったそうです。そして天気予報では今回の冬も寒くなりそうだという予報が出ています。私は寒いのが苦手なので冬が来るのが本当に憂鬱です。ですが広島は生まれ故郷(島根県)と比べて雪も少なく住みやすいのでとても好きなところです。



さて、私は令和4年5月にデイサービスセンター可部に異動してまいりました。一から覚えなければいけない事が多く大変でしたが、不慣れな私に対して、職員は嫌な顔一つせず教えてくれました。本当にありがとうございました。



その中で職員が利用者様へ細かい対応していることに驚くこともありました。一人ひとりの状況を把握しどう対応するか、食事、排泄、入浴、その日の気分による行動の変化に對しての受け答えなど細かく行われていました。一人ひとりを大切に考えているのだと感心しながら細かすぎて覚えられるか心配だったことが思い出されます。日がたつにつれ、利用者様とも親しくなり、声をかけていただけることも増えていきました。長くこの仕事をしていると、たくさんの利用者様、また家族様との出会いがあります。人付き合いは得意な方ではありませんが、新たな方々との出会いは学びも多く、人生を豊かにしていただけるような気がします。



季節の行事、母の日、父の日、納涼祭、運動会に敬老会といろいろな行事を皆さんと楽しみました。弊誌でもご案内しましたが皆様の素敵なお顔が思い出されます。



そして業務に慣れてくると共に改善が必要なところも少しずつ感じるようになりました。職員も同じように感じていたところもあり、少しずつではありますが協力し合い変えていく事ができています。意見の食い違いもありますが、結果、利用者様のためという思いはみんな一緒ですのでいい方向に進んでいます。これからも利用者様のニーズに応えながら、お一人おひとりのことを大切に考え、楽しく元気に過ごしていただけるよう職員一同がんばって参りますのでデイサービス可部をよろしくお願ひいたします。



デイサービスセンター可部 三上 賀津夫



デイサービス可部

～介護と看護～

寒さがきびしい季節になってまいりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。私は、夏がひどく暑かったのでよけいに寒さが堪える気がします。

私事ですが、デイサービスで働く前は病院に勤めていました。ここに来た時は、細やかな介護をされているのを見て驚きました。病院では看護師もできる範囲ではやっていたものの、治療する事が主で介護までは手が回らない事が多かったです。だから“なごみの郷”に勤め始めて介護も奥が深いことを日々感じています。私も長くここで努めさせていただき、利用者様と近い年齢となっていましたが、今でも利用者様と接していく中で、生きがいや癒しといったパワーをいただいています。現在、デイサービス可部では健康増進と体力向上のため体操に力を入れており、午前中のプログラムではセラピスト監修のDVDを使用し体操を行っています。またストレッチや音楽療法士が担当する体操も取り入れています。始めたころは「体操が多くて疲れるね」という声もありましたが、最近では「体があったまり最近体調がいい」、「音楽に合わせてやると楽しいね」と言われる方もおられます。皆さんが楽しみながら健康を維持できることは職員にとっては何よりの喜びです。これからも介護職員、看護職員でしっかり連携を図りながら利用者様のためにがんばっていきたいと思いますのでよろしくお願ひいたします。これからますます冷え込んできますので温かくしてお過ごしくださいね。



デイサービスセンター可部 山口 洋子



デイサービス可部 1月カレンダー

日付	日	月	火	水	木	金	土
日付	1	2	3	4	5	6	7
午前	デイサービスはお休みです			頭身体体操	頭身体体操	頭身体体操	頭身体体操
午後				新年会	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション
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	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	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	音楽レク	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 ~お誕生日会~

11月16日(水)、グループホーム3階フロアで山田美江子様の88歳米寿のお祝いを行いました。お誕生日の歌を歌いながら職員手作りのケーキを運ぶと、手で顔を隠し「え～っ！ありがとうございます。こんな事をしてもらえるなんて！」と、涙を流して喜んでくださいました。職員からメッセージカードもプレゼントさせて頂き、家族様からもお手紙やお孫様の写真・お花のプレゼントが届き、素敵なお誕生日を迎えることができました。これからもご主人と一緒に元気でお過ごしくださいね。



11月23日(水)、グループホーム2階フロアで高木 嶽様の84歳のお誕生日をお祝いさせていただきました。「ありがとう。84歳になったよ。なごみの郷亀山に来て3回目の誕生日よ。ありがたいね」と、満面の笑みでした。職員手作りのケーキ・メッセージカード・大好きなコーヒーとおやつをプレゼントさせていただき、奥様からは暖かそうな半纏をプレゼントされました。目標は88歳米寿を超える事だそうです。これからもお元気で目標突破してくださいね。応援しています。



グループホーム亀山 寺脇 和美

グループホーム亀山

～クリスマス制作～

皆さんこんにちは。秋も終わり、寒い冬がやってきました。昨年末のことですが、グループホーム亀山では、クリスマスに向けて入居者様と職員で飾りを作りました。ダンボール、折り紙、画用紙などで型を取ってもらい、色を塗ってもらう作業していただきました。製作途中、「これは何になるん？ちゃんとできるん？」と不安の声が少なくありませんでしたが、皆さん一生懸命取り組んでくださいました。

完成した作品をみると、「これはすごい、いいのができた！」と大変喜んでくださいり、さっそくフロアへ飾らせていただきました。準備万端でクリスマスを迎えられました。さて、2022年も終わりました。皆さん元気に2023年を送りましょう！！



グループホーム亀山 山口 香理

グループホーム亀山

～華道の日～

毎月恒例の華道を行いました。12月の参加者は男性3名女性2名の入居者様です。毎回届く花が違うので、どんな花が届くのか皆さん楽しみにされています。今回はかすみ草、カーネーション、スターチス等が届きました。どれも色鮮やかで、かわいらしいお花です。迷わず大胆に直感で生けられる方、お花をじっくり見られイメージを固めてから生けられる方、長さをミリ単位で微調整しながら慎重に生けられる方と、同じ花でも生け方は様々です。不思議なもので出来上がった作品を見ますと、どなたの作品かすぐにわかるものですね。

生けられたお花と「はい！チーズ！」皆さんお花に負けないくらい素敵な笑顔です。

2023年は色鮮やかなお花のように明るい年になりますように…。



グループホーム亀山 江口 麻由美

ディサービス亀山

～クリスマス会～

冬至も過ぎ、いよいよ年越しの準備に追われた年末。亀山ディでも年末年始に向けての飾り作りや冬野菜のお世話など、利用者様とともに大忙しでした。

12月と言えばクリスマス。松ぼっくりのクリスマスツリーやサンタクロース、冬景色の飾りを作りました。一人ひとり別々でパートを作った為、完成した作品を見て「凄く綺麗、誰が作ったん？」と言われ「皆さんが作った作品ですよ！」とお伝えすると凄く驚かれていました。クリスマス会では、なりきりサンタクロースの利用者様が釣竿を使ってプレゼントを釣り、それをお渡しさせていただきました。

そして、亀山ディ恒例のおやつ作りは、サンタのクリスマスケーキです。皆さん本当に手際よくケーキ作りに参加されておられました。「買ったみたいなケーキじゃね、美味しい！」とペロリと召し上がるられておられました。現在、畑では大根・人参・白菜・玉葱・春菊を育てています。「昔はよくやりましたんですよ。」と言われ間引きや苗植え、収穫など手際よくしてくださっています。収穫の日がとても楽しみですね。

最後に、いまだコロナ禍で不自由な日々が多く続きますが皆様、2023年がよき一年になられますよう、お祈り申し上げます。



ディサービスセンター亀山 松尾 佐江子

	日	月	火	水	木	金	土
日付	1	2	3	4	5	6	7
午前	元旦	体操	体操	2F内科往診	体操	体操	体操
午後	レクリエーション						
日付	8	9	10	11	12	13	14
午前	体操	こころ往診	体操	体操	体操	体操	体操
午後	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	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	体操	3F内科往診	体操	運営推進会議	体操
午後	レクリエーション						
日付	22	23	24	25	26	27	28
午前	体操	こころ往診	体操	体操	体操	体操	体操
午後	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	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					
午後	レクリエーション	レクリエーション	誕生日会				

訪問ヘルパー

～ 2023 年も奮闘します～

皆様、あけましておめでとうございます。

今年はうさぎ年。ウサギは跳ねる=飛躍。あやかって飛躍の年となると良いですね。

近年はコロナ禍においても、一昨年はオリンピック。昨年はサッカーワールドカップとスポーツが世界を盛り上げたようにも思います。私達も世の中の流れに沿い、感染症には十分に注意をしながら業務を進めていくしかありません。

さて、私事ですがおかげさまで昨年勤続 20 年を迎えさせていただきました。過日、特別養護老人ホームなごみの郷の開設時に入職した仲間の方 15 名と共に表彰していただきました。介護保険制度が始まり間もなくして入職した現場ですが、知識も技術も経験も少ないながらも、無我夢中で走り続けてきましたように思います。今までにも幾度か記事に載せていただきましたが、介護職員が看取りや痰の吸引など行うなんて当時は思いもしませんでした。本当に多くの利用者様に携わらせていただく中で、忘れることのできない出来事も沢山ありました。こうして 20 年間も働いてこられたのは、出会えた利用者様と一緒に歩んできた仲間の方々の存在です。それは一人ひとりの力をチームとして発揮させていただけた賜物です。唯々感謝しかございません。

介護保険制度の発足から 22 年。介護の現場も大きく変化する中、医療との連携が必須となっています。今まで以上に研鑽を積みながら、明るく楽しく仲間と共に歩み続けていきたいと思います。今後ともよろしくお願ひ申し上げます。

なごみの郷訪問介護事業所 管理者 今田 幸子

メゾン・クレアなごみ ～あの日に帰りたい…？～

日本でコロナ感染が確認されてから早三年が経ちました。クレアでは幸いにも一人の感染者もなく新年を迎えることができました(正確には令和4年12月現在になります)。

三年もすると鬱陶しかったマスク生活にも慣れ、今では顔を隠せて都合が良いとさえ感じています。皆様はいかがでしょうか。当然のことですが、ここで生活されている入居様は外出時以外ノーマスクでお過ごしですが、職員は外部からの感染を持ち込まないようマスクはかかせません。そのため入居時から職員の素顔(マスクなしの顔)を見たことがない方もいらっしゃいます。利用者様は、職員がどんな顔でどの位の年齢か、色々と想像しておられると思います。またコロナ前からの入居者様は、三年前の少し若い私たちの顔を想像しておられるかもしれません。想像や期待を裏切らないよう老けない努力を…と思う新年です。2023 年も若々しく頑張っていきましょう！

メゾンクレアなごみ 植田 美鈴

グループホーム可部

～8020運動 表彰 飯田和貴子様～

皆さんこんにちは！グループホーム可部では、12月4日(日)に飯田和貴子様の「8020運動の表彰」を行いました。

8020運動とは、1989年より歯科医師会が推進している「80歳になんでも20本以上自分の歯を保とう」という運動です。20本以上の歯があれば、食生活は、ほぼ満足する事が出来ると言われています。そのため「生涯自分の歯で食べる楽しみを味わえるように願いを込めてこの運動が始まりました。

飯田様はとても健康志向が高く、毎日の運動を欠かさず、廊下を歩かれたり、足の屈伸運動等をして健康維持に努めいらっしゃいます。

また、出来る事は自分でしたいと洗濯物を畳んだり、食事の準備を手伝ってくださいます。飯田様に楽しみを聞くとやはり「食べる事」と言われます。グループホーム可部では、食に力を入れており、毎月食事レクを実施しています。先月はお好み焼を作りました。飯田様もペロッと「美味しいね」と食べられました。次は何が食べたいですかと聞くと「なんでも美味しい物が食べたいね！」と感想を言されました。

今後とも健康に過ごし美味しい物を食べ充実した生活が出来るように支援して参ります。

グループホーム可部 中尾 浩次



～レクリエーション～

皆さんこんにちは！グループホーム可部では、月に1度、1階・2階のご利用者様が2階多目的ホールに集まり体操・ミニゲームなどを行い、体を動かしたり、懐かしい歌を皆さんでカラオケをする合同レクを行っています。

12月22日(木)に合同レクを行う予定でしたが、コロナ感染者拡大のため合同ではなく各フロアにてレクを開催しました。

2階は午前中に輪投げ・体操を行い、皆様大いに盛り上がり楽しめました。

1階は午後からレクを行い、おやつ前の運動に輪投げ・よがんす体操を行いました。輪投げでは、コツをつかんだと言われ何度も輪投げに挑戦されている利用者様もいらっしゃいました。また、「もう一回で疲れたよ…」と言われるご利用者様もちらほら…。体操は普段ラジオ体操を行っていますが、今回は、よがんす体操を皆さんと行ったので、普段とは違う動きに新鮮だった様子でした。短い時間でしたが、皆様、体操・ミニゲームを楽しめていました。

次回は、1階・2階ご利用者様全員で集まり楽しいひと時を一緒に過ごしていただけたらなと思います。



グループホーム可部
藤永 奈穂

グループホーム可部 ~運動会~

皆さんこんにちは。グループホーム可部では、12月4日(日)に「運動会」を行いました。

“冬に運動会？”と思われるかもしれません、寒さなんか関係ないです！！

当日、入居者様から「今日は運動会があるね、頑張るよ！」と開始前から、寒さを忘れ闘志を燃やしている方もいらっしゃいました。

2022年の運動会の競技は、「パン食い競争」、「玉入れ」、「大玉転がし」を行いました。競技に入る前に、全員でラジオ体操を行い、体を温めました。

1種目目は「玉入れ」です。皆様投げるのが上手な方ばかりで、カゴにたくさん玉が入りました。2回戦を行い、結果は2戦とも2階の勝利で終わりました。

2種目目は「大玉転がし」です。玉入れの雪辱を果たすべく、1階の皆様は「頑張るぞ！！エイエイオー」と掛け声をされ、気合入れましたが、結果はこれもまた2階の勝利で終わりました。

3種目目は、パン食い競争です。「やだ～口でとるのは恥ずかしいよ」、「口でしっかり引っ張るんよ」など色々な声援があり、パンの取り方がとてもユニークでした。

終了後は、「冬なのに運動会？と思ったけど、体が温まって楽しかったよ～」、「いい汗かいたよ」などうれしい言葉をいただきました。

2022年の運動会は大盛況で終わりました。2023年もお楽しみに！



グループホーム可部 落合 貴子

グループホームなごみの郷 可部 1月カレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
日付	1	2	3	4	5	6	7
午前	元日	体操	体操	2階 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	新年会
日付	8	9	10	11	12	13	14
午前	体操	体操	体操	体操	体操	1階 歯科往診	体操
午後	お誕生日会	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	15	16	17	18	19	20	21
午前	体操						
午後	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	1階 全体往診	体操	2階 歯科往診	体操
午後	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				

専門家の知恵

「クリストリジウム・ディフィシャル感染症について」

今回は皆様にはあまり知られていない、でも知っておいて欲しい感染症、クリストリジウム・ディフィシャルについてご案内させていただきます。

クリストリジウム・ディフィシャル感染症とは、抗菌薬や抗がん剤の投与を契機にして、菌交代現象（人体内に普通に存在する細菌類の減少などによって、通常では存在しない、あるいは少数しか存在しない菌が異常に増殖を起こし、体内的細菌類のバランスが乱れる現象）として発症する消化器官の感染症です。

C.ディフィシャル感染症の主な症状は下痢です。細菌によって生じる炎症の程度によって異なりますが、便が少し軟らかくなる程度から、血性の下痢、腹痛や腹部けいれん、発熱まで様々な症状が出現します。吐き気や嘔吐は稀だそうです。しかし、最も重症の場合は、生命を脅かす脱水、低血圧、中毒性巨大結腸症、大腸穿孔（せんこう）が起こることがありますので油断は禁物です。

病院や介護施設などで、医療従事者や介護者が、クリストリジウム・ディフィシャルで汚染された器物や手などを介して、人の口や粘膜に到達し、入院患者や入居者などの他者への感染を広げていくことが考えられます。細菌は乾燥した環境表面に長時間存在し、アルコール消毒は効果がありません。

集団感染を防ぐためには、アルコールではなく、流水による手洗いの徹底により入居者、医療従事者、介護者がクリストリジウム・ディフィシャルを他の人へ運ばないことが大切です。

もしも、集団感染を起こしてしまうと収束させるまでに約1か月以上を要します。また日和見感染（免疫力低下患者に起こる感染）によって、重篤な症状になる恐れもあります。

その為、罹患者の下痢症状の軽快後でも、少なくとも48時間は他者との接触には注意を続け、接触する際はガウン、手袋を着用し1回限りの使い捨てとしなければなりません。また、環境表面では5ヶ月程度生存すると言われていますので、毎日清掃することも重要です。さらに、多数の人が共通に触れる場所は1日複数回、清拭消毒をしましょう。トイレ清掃も同様です。環境清掃については、次亜塩素酸ナトリウム消毒液が効果的です。

つまり、クリストリジウム・ディフィシャル感染症は、新型コロナ感染と同様に、うがいや手洗いの徹底など、基本的な感染予防対策をしっかりと行う事が重要なのです。それがインフルエンザやその他の感染症に対する感染予防となりますので、基本の重要性を再認識して、皆で健康に努めていきましょう。

医務室 松井 ユカリ

1月のお誕生者様

氏名	生年月日	年齢	氏名	生年月日	年齢
大志茂 力登 様	大正13年1月1日	99歳	出來田 シキブ 様	昭和11年1月5日	87歳
古武 セツコ 様	大正14年1月25日	98歳	福村 玲子 様	昭和11年1月27日	87歳
東 はる子 様	昭和2年1月17日	96歳	滝口 知和子 様	昭和11年1月26日	87歳
今田 千代子 様	昭和4年1月15日	94歳	守下 昌輝 様	昭和11年1月28日	87歳
榎田 利雄 様	昭和4年1月27日	94歳	世羅 妙子 様	昭和12年1月2日	86歳
山本 倫子 様	昭和4年1月31日	94歳	上田 明男 様	昭和12年1月6日	86歳
能仁 貞祥 様	昭和5年1月29日	93歳	安井 正明 様	昭和12年1月11日	86歳
三上 一孝 様	昭和5年1月30日	93歳	梅田 昭子 様	昭和12年1月18日	86歳
越道 鼎 様	昭和6年1月1日	92歳	鬼塚 政子 様	昭和12年1月20日	86歳
河本 美奈子 様	昭和6年1月5日	92歳	久野 和枝 様	昭和13年1月8日	85歳
日浦 久子 様	昭和6年1月21日	92歳	斎藤 仁 様	昭和13年1月10日	85歳
佐伯 道恵 様	昭和7年1月5日	91歳	丸山 房子 様	昭和13年1月10日	85歳
古井 容 様	昭和7年1月20日	91歳	中田 裕補 様	昭和13年1月12日	85歳
武田 美登里 様	昭和7年1月26日	91歳	小林 優 様	昭和14年1月6日	84歳
三吉 ヒトミ 様	昭和9年1月1日	89歳	井出 裕一 様	昭和14年1月23日	84歳
前原 昇 様	昭和9年1月28日	89歳	和田 崇 様	昭和15年1月5日	83歳
大杉 定男 様	昭和10年1月27日	88歳	山本 弘子 様	昭和20年1月21日	78歳
高木 高則 様	昭和10年1月28日	88歳	望月 明子 様	昭和21年1月4日	77歳
吉田 忠義 様	昭和11年1月1日	87歳	有廣 忠良 様	昭和21年1月4日	77歳
片岡 義和 様	昭和11年1月2日	87歳	尾澤 静枝 様	昭和21年1月5日	77歳
			兼丸 宏司 様	昭和22年1月7日	76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11月度

日付	摘要	収入	支払	差引残高
11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、皆様の心の呴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れども…

1月、睦月、英語で書くと「January」ジャニユアリー、マカラ（カンボジア語）、ブランジャヌアリ（インドネシア語）、タンモット（ベトナム語）、NewYearの到来だ。この時期はカリフラワー、春菊、水菜、小松菜、ぶり、ふぐ、わかさぎ、アマエビ、いちご、イヨカン等が旬で、甘さの増した野菜、たっぷりの脂が乗った魚介類など、寒いからこそ美味しい食材がいっぱいある。おせち料理やご馳走を食べるチャンスも多い。温かなお酒も美味しい。

さて、2023年も色々な行事が予定されているが、我々の生活に影響を与えるものや、小生の興味あるものなどを列挙してみた。

1月31日、NTTのADSLアクセス回線サービス「フレッツ・ADSL」が終了する。対象エリアの方はフレッツ光に乗り換えるか、他の接続方法に切り替えなければならないので注意が必要だ。1月8日、NHK大河ドラマ第62作の徳川家康の生涯を描く「どうする家康」が放送開始される。戦国乱世に終止符を打ち、江戸幕府を開いた天下人の徳川家康…2022年の「鎌倉殿の13人」以上に期待度は大きい。

3月8日～21日、「第5回ワールド・ベースボール・クラシック」が台湾で開催される。過去4回の大会で日本は2回優勝しているが、大谷翔平や鈴木誠也が参加する今大回の3大会ぶりの優勝に期待している。3月、虎ノ門・麻布台地区に大阪の「あべのハルカス(300m)」を追い抜き、日本一の高さ(330m)の超高層ビル「虎ノ門・麻布台プロジェクトA街区」が完成する。中には商業・文化施設、オフィス、ホテル、インターナショナルスクール、住宅などが入居し、最上階エリアには展望デッキとスカイガーデンが設置されるという。東京という大都市の中にビルのコンパクトシティができるのである。開業時には大きな話題とともに、すごい集客になるであろう。小生も興味津々だ。ただ、2027年度には東京駅日本橋口前に地上63階、高さ390mの超高層ビルが完成予定なので、日本一の座にいるのは数年間だけとなるらしい。それはそれで楽しみだ。

そして、プロ野球の日本ハムファイターズの新本拠地「エスコンフィールド北海道(新球場)」が北広島市に開業する。北海道ボールパークFビル内に建てられた三角屋根の開閉式のスタジアムで、パーク内には宿泊施設、商業施設、レストラン、マンションが建設される。言うならばスタジアムを核とした大規模複合施設なのだ。北海道の新たな観光地として注目している。その流れの中、3月30日にはプロ野球が開幕する。新井監督率いる我らのカープが31日にヤクルトと開幕戦で激突。2023年のチームキャッチフレーズ「ががががががむしやら」の如く、1試合1試合、勝利を目指して、がむしやらに、全力で戦い続けて、優勝を成し遂げて欲しい。期待は超大だ。

4月8日、日銀の黒田東彦総裁の任期が満了する。後任に誰が選ばれるのか、新総裁が現在の金融緩和路線を今

後、どのように展開していくのかどうかに注目している。4月11日、マイクロソフト社のOffice 2013の延長サポートが終了する。延長や拡張セキュリティ更新プログラムは提供されなくなるが、利用は引き続き可能。但し、深刻で有害なセキュリティリスクにさらされる可能性があるので対応機種(正仁会内の現役パソコンに該当は無し)は注意が必要だ。4月、新しい省庁「こども家庭庁」が開庁する。こども家庭庁とは一言でいうと省庁の縦割りを排して、これまで組織の間でこぼれ落ちていた子どもに関する福祉行政を担う機関。常に子どもの最善の利益を第一に考え、子どもの視点で環境や権利を保障し、子どもを誰一人取り残さず、健やかな成長を社会全体で後押しする司令塔役を担う。少子化に歯止めがかからない中、本当に子どものための政策を打ち出すことができるかどうかに注目していただきたい。そして、統一地方選挙(道府県と政令指定都市の首長と議員、それ以外の市区町村の首長と議員)が行われる。貧困、少子高齢化、人材不足、後継者不足、待機児童、介護問題などの様々な課題がある今、政治が担う役割は大きい。また4月15日、ドイツの原子力発電所が、全て稼働を停止する。原子力はリスクの高い技術で、放射性廃棄物は世代を超えて負担になる。一方で、CO₂を排出しないことから地球温暖化対策に貢献する電源で、すぐれた安定供給性と効率性、低コストなどの特性があるため、日本では安全性の確保を大前提に、必要な規模を持続的に活用していくことが示されている。この賛否は奥の深い議論だ。

5月19日～21日、先進7カ国首脳会議(G7サミット)が広島で開催される。岸田総理は「G7首脳が広島の地から核兵器の惨禍を二度と起こさない。武力侵略は断固として拒否する。との力強いコミットメントを世界に示したい」と語っている。広島市民として、大成功することを期待している。

今夏、広島市中区の「そごう広島店新館」が閉店する。ビルを所有するNTT都市開発は、『改装して25年春に新たな商業施設の開業を目指す』と明らかにしている。

7月20日～8月20日、サッカー女子ワールドカップがオーストラリアとニュージーランドの共催で開催される。サムライブルーの如くなでしこジャパンの活躍に期待したい。

8月11日～20日、ハンガリー・ブダペストで世界陸上が開催される。

9月8日～10月28日、ラグビーワールドカップ2023がフランスで開催される。2019年の前回は、日本が初のベスト8(それまでは毎回予選敗退)に入り、ファンが大熱狂した。第10回大会の今回も期待するが、予選の組合せは厳しい組に入っている。

ざっと、ピックアップしただけでも今年の気になる話題は多岐にわたり楽しみが多い。

ともあれ新たな年のスタートだ。一人でも多くの方が、幸せを実感できる一年間になることを心から祈念しております。

合掌

矢矧秀樹 拝

STAFF 発行所／なごみの郷 おたっしゃかわら版編集部

〒739-1732 広島市安佐北区落合南町196-1

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

★ 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。)

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

Email nagomi@nagominosato.jp

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5年スローガン

“皆の力と個性の發揮 医療と介護の新たなステージへ”