



おたっしやかわら版

五月

251

お花見会

4月

なごみ新聞

もくじ

2P.....	施設長から	12~14P.....	龜山
3P.....	ケアハウス	15P.....	訪問ヘルパー
4P.....	あいあい通信	15P.....	メソクシア
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.....	デイ集合	19P.....	5月のお誕生者さま
10~11P.....	デイ可部	19P.....	家族会会計報告



社会福祉法人 正仁会

2023年5月号

早咲きの桜もすっかり緑の葉へと姿を変え、ツツジやフジ、ヤマブキの時期へと移り変わってきました。この時期は一年のなかでも最も心地のよい季節の一つです。自然と百花繚乱に咲き乱れる花々を愛でようと戸外へと足を運びたくなってきます。寒い冬から早い段階で一気に心地のよい春が訪れるのは大歓迎ですが、少し気になることもあります。今年の 3 月（3 月 11 日から 4 月 10 日まで；気象庁データ）の平均気温（広島）は 14.0℃で平年より 2.8 ポイント高く、3 月 11 日には広島市三入で 23.4℃と観測史上最も高い気温を記録しました。今年は 4 月に入る前から夏日（気温 25℃以上）に近い日が何日もありました。このまま行くと今夏の暑さがどれほどのものになるのか不安を覚えてしまいます。広島一地点の春の平均気温が例年より高いことが、即ち温暖化のせいだと言い切ることはできませんし、たかだか 2℃程度などと切って捨ててしまいそうです。これが世界の年間平均気温が 2℃違うと意味合いが大きく変わってくるそうです。国連の専門機関である世界気象機関（WMO）の報告では、平均気温が上昇すると、海や地面から蒸発する水分が増加し、大気中により多くの水分が含まれるようになるため、大雨が発生する頻度が高くなることを指摘しています。また、大気を含むことのできる水蒸気量は、気温が 1℃上昇するごとに約 7%増加するため、1.5℃、2℃と上昇すれば、世界各地で今まで以上に激しい豪雨が発生することは想像に難くありません。一方で、水分を大気に奪われた地面では、過酷な干ばつが発生するおそれがあるということです。世界の平均気温が 2.7℃上昇すれば、熱帯及び亜熱帯地域は、1 年に何度も「日常生活が困難になるほどの猛暑」に襲われると推測されています。さらに生態系や食料安全保障の崩壊など、もはや人の力では対応しきれない事態に陥るおそれもあるということです。（「国連の気候変動に関する政府間パネル（IPCC）報告書」）世界年間平均気温が 1℃上昇すると、生物種の約 30%が絶滅するという研究結果もあります。もちろん、気温上昇だけの理由で絶滅と結びつけることはできませんが、2.7℃の上昇値はとんでもない数字だということが理解できます。そこで SDGs は、そういった最悪の地球環境を防ぐために 2030 年までに定められた環境目標です。一人ひとりが可能な限り地球温暖化防止に貢献したいものです。今夏が猛暑になりませんように……

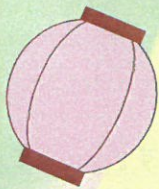
さて、話題はコロナウイルスに転じます。2020 年 1 月 14 日、神奈川県内の医療機関から管轄の保健所に対して、中華人民共和国湖北省武漢市の滞在歴がある肺炎の患者（神奈川県内在住の 30 代男性）が報告され、検査の結果、翌 15 日に新型コロナウイルス陽性が判明しました。1 月 3 日発症、10 日に入院して 15 日には軽快退院しましたが、本事例が国内 1 例目の患者です。（厚生労働省広報）それ以降、未知のウイルスとして恐れられ、爆発的な感染拡大の波が 8 度訪れて、これまでの累積患者数は 33,469,149 人、累積死亡者数は 73,953 人（4 月

2 日 NHK まとめ）となっています。死亡者数は近似値と思われますが、患者数は途中から全数把握ができなくなったことや無症候性感染者のカウントができていないため、その数は膨らむものと考えられます。世界中を震撼させた新型コロナウイルスパンデミック（感染爆発）もようやく落ち着きを取り戻しつつあります。日本でも 2023 年 5 月 8 日を境に感染症法上の扱いを 2 類（結核や新型インフルエンザ等）相当から 5 類（季節性インフルエンザ並）へとランクが下げられます。政府は今冬に向けて段階的にすべての医療機関でコロナ患者が受診できる医療体制を構築することを目指しています。実に 3 年超の長きにわたる制限づくしの生活が少しずつ以前の様子に戻ってきています。しかし、コロナ禍は感染弱者の生活を支える私たち福祉施設の安全管理、特に感染対策の考え方をこれまで以上に厳しく捉えるよう誘ったと考えます。例えば季節性インフルエンザと同等の扱いになっても、「施設入館時の手洗いやうがい・検温等」は継続され、「業務内のマスクの着用」についてもしばらくは続けることになるでしょう。入所者への面会も『新しい生活様式』を考慮して、「面会者の健康」や「濃厚接触の状況」、「面会簿記録の厳格化」に加えて「面会時の換気」や「面会人数の制限」、「大声での会話や飲食を控える」ことなどが継続して求められるでしょう。また、エッセンシャルワーカーとして職員自身の体調管理は元より、発熱や咳・咽頭痛・鼻汁などの『風邪症状を呈した就業を制限』することは当然の管理となると考えられます。これまでは、多少の発熱や風邪程度で休むことを躊躇っていた人たちも施設の感染弱者を守るための義務と捉えることが必須となってきました。このような『風邪の有症状者就業制限』の考え方は、例えば新型コロナウイルスの罹患ではなくとも施設内の風邪の蔓延を阻止するためにも必要なことです。昔から「風邪は万病の元」と言われ、これまでも職員や外来者が持ち込んだ風邪が施設内に蔓延し、それをこじらせて肺炎等の全身状態の悪化に繋がる方もたくさんいました。（日本福祉施設士会メルマガ 5 月号にも同義掲載）

今後、コロナウイルスに対する有効で安価な治療薬の普及やワクチン効果の向上に伴って、徐々に感染症に対する意識が薄れていくことが容易に想像できます。しかし、新しい生活様式下での施設管理では、一般的な風邪でさえも施設内に持ち込まないことが最も基本で大切な感染対策だと考えます。5 月 8 日以降の施設面会等も、これらの基本原則から外れること無く少しずつフリーにしていきたいと考えています。未だコロナウイルスは完全な治療薬はありません。重症化リスクも変化はありません。こういったことを理解してもらいつつ施設管理を行っていきたくと考えています。

“なごみの郷”に関係する皆様方にも、何卒ご理解くださいますようお願い申し上げます。

令和 5 年 4 月 25 日 “なごみの郷” 松林 克典



ケアハウス 室内でお花見会



お出かけにぴったりな春日和が続く今日この頃ですが、皆様いかがお過ごしでしょうか。ケアハウスでは、3年振りに城ヶ丘会館の桜の下をお借りしての盛大なお花見を、4月5日に開催する計画を立て、お弁当と桜餅を注文しておりました。しかし、当日になると10時頃から雨が降り出すとの予報…大切な皆さまのお身体を雨に濡らすことはできません。残念ですが、急遽室内での“お花見会”に変更いたしました。

施設2階の地域交流スペースにテーブルを配置し、スピーカーからは皆さまのお好みに合わせて選んだ春の曲を流しました。また、大きなスクリーンに日本の桜の名所の動画を映して、“お花見会”を演出しました。席に着いた方々からは「わぁ～綺麗な桜だね」、「日本にはこんな綺麗な所があるんだね」と感嘆の声が溢れていました。

また、お一人おひとりに選んでいただき注文した『ひろこめの天むす弁当』も、「このお米は本当に美味しいお米よ」、「そっちのお弁当も美味しそうじゃね」と大変好評でした。

食後には美味しい新茶と桜餅を用意させていただきました。「お腹がいっぱいなのにペロッと食べたよ」、「お茶が美味しいね」と笑顔で召し上がられる皆様のお姿を見て、職員一同大変嬉しく思いました。

今回は残念ながら本物の桜を見ながらのお花見は出来ませんでしたが来年こそ皆様と出掛けて4年振りのお花見をしたいですね。



事務 大林 佳世

食品ロス削減の輪が広がっています！！

“あいあいねっと”のフードバンク活動には、多くの企業や団体の方から食品の提供があります。最近新しく提供いただいた取り組みをご紹介します！

●3月14日(火)に、ホンダ労働組合四輪販売西中国支部様よりフードドライブで集まった食品の提供がありました。組合員に呼びかけて、家庭で余っている食品を集め、箱詰めをして、“あいあいねっと”まで持ってきてくださいました。食品は、缶詰やレトルト、乾麺、調味料、ドリンクなど、品目別に分類されて箱詰めされていました(写真右下)。担当者の方は、「この仕分け作業がとても大変だった」とお話しくださいました。食品を受け取るフードバンク側としては、点検整理の作業がとても楽になるため、とても感激しました！！

ありがとうございます。大切に活用させていただきます。



分類された提供食品

●3月17日(金)には、マックスバリュ ザ・ビッグ安古市店様から初めての食品の提供がありました。

マックスバリュ西日本株式会社様は、袋が破れたり、販売期限が過ぎたなどの理由で店頭に並べられなくなったお米を、10年以上も前より毎月約200Kgも提供してくださっています。お米は日本人の主食なので、子ども食堂や福祉施設、個人支援と多くの場で大変喜ばれています。この度は、お米以外の食品も提供して下さることになり、各店舗からの食品の受け取りも開始となりました。提供されたものの中には、賞味期限が迫った食品や、使い捨てマスクや鍋などの日用雑貨もありました。たくさんの品物を提供してくださり、ありがとうございます。引き続き宜しくお願い致します。

最近では、家庭の食品を提供する店舗常設型のフードドライブも盛んにおこなわれています。食べ物を捨てずに食べきる活動の広がりを感じる春です。

増井 祥子



お米をあいあいねっとまで運んでくれたボランティアさん



あいあいねっとのドライバーさんと副店長様

居宅介護支援事業所

エンディングノートについて

五月晴れの空に鯉のぼりが悠々と舞い踊るこの頃、皆様いかがお過ごしでしょうか。今月は書店等でも目にする機会が増えた「エンディングノート」についてご紹介します。

「エンディングノート」は終活ツールの1つとして注目されています。

※終活とは人生の終わりのための活動を省略した言葉です。しかし「終活に向けてエンディングノートを作りたいけれど、何を書けば良いかわからない」という方も多いのではないのでしょうか。



「エンディングノート」は遺言書と異なり決まった形式はありませんが、内容としては具体的に自分の基本情報、介護のこと、終末期医療や延命措置、葬儀の方法、財産の取り扱い等、自分に関するさまざまな情報や希望を書き記していきます。作成するメリットは「自分の希望を伝えられる」、「経済状況を把握できる」、「自分の人生を振り返り、自分を見つめ直すことができる」、「家族や親族の負担軽減になる」等が挙げられ、その後の前向きな人生になるとも思えます。また気持ちが変わったときは何度でも書き直しができます。始めるタイミングはいつでも良いです。

今後のよりよい人生を過ごすために、記載した内容について、家族や身近な人と共有してみたいかがでしょうか。私も先日「エンディングノート」を入手したので、記入できそうなところから少しずつ埋めてみようと思います。

なごみの郷居宅介護支援事業所 片岡 裕子

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48回 5月12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



第49回 6月9日(金) 13:00~16:00 (毎月第2金曜)

特養3階

お花見会！

先日、3階ではお花見会を行いました。今年は暖かく桜の開花が早かったこともあり3月の開催となりました。

当施設の玄関近くから見える満開の桜の木々に利用者様から感嘆の声が上がっておりました。中には吸い寄せられるように桜に近づいていき、夢中になって桜を見ておられる方もいらっしゃいました。



また当日は天気も良く青空の下で春の陽気に包まれながらお食事を楽しまれていました。また、普段から仲が良くお話されている利用者様方ですが、満開の桜を前にして会話にも花が咲いていたようです。1年に1度の特別な時間を楽しく過ごしていただけて私たちも嬉しく思いました。

特養3階 香取 諒

特養4階

緑化センターへお花見！



3月29日(水)緑化センターに、お花見ドライブに行きました。

当日は、天候も良くお花見日和となりました。多くの見学者が楽しんでいる中、利用者様も桜の下に行かれると、頭上の桜を見て「ワー綺麗」、「比治山の桜より綺麗」と、声を弾ませ笑顔で言われる方もおり、皆さん表情豊かに桜を眺められておられました。帰る時間になり、名残惜しそうに窓の外の桜を眺目ながら帰園しました。

コロナ禍のため、中々外出も出来ず、外の空気に触れる機会が無かったため、晴れ晴れとした笑顔や、表情を見ることが無かったので、とても嬉しかったです。

これからは、もっとドライブなども行けるようになると信じ、外出する計画や、楽しい企画なども立てていきたいと思っております。楽しみにしててください。

特養4階 三原 ひとみ

特養 5 階

お花見ドライブ！

風薫る季節となりましたが、いかがお過ごしでしょうか。

日中は暖かい日が続くようになり、桜の花も予定より早い見頃となっていました。少しでも春の空気を感じて気分転換していただければと4月4～5日にお花見ドライブを行いました。4日は朝から快晴で暖かく、お出かけ日和。移動中にも見える桜に「あそこによう咲いとる」と指をさして職員に教えてくださったり、普段と違う景色を楽しんでいただけている様子でした。

寺迫公園に到着すると、満開からは若干過ぎていましたが春らしい暖かな日差しを浴びつつ。風で舞う花びらなどを眺めながらゆったりとした時間を一緒に過ごせて私達も嬉しく思いました。



5日は打って変わって雨が降り、車内からのお花見となってしまいました。白木の方までドライブに行ってきました。外に出てお花見ができなかったのが残念ではありましたが、窓から外をじっと見つめて「綺麗なね。可愛いね」とお話されていました。桜は見納めとなってしまいました。また次回のドライブ企画でお出かけしましょう。

特養 5 階 前原 瑞紀

デイサービス落合 ～ 満開・お花見日和 ～

皆様こんにちは。汗ばむ陽気の日も多くなってきましたね。いかがお過ごしでしょうか。

さて、春真ただ中ですが、皆様は春といえば何を思い浮かべますか。入学式、桜、菜の花・・・など、思い浮かぶ言葉がたくさんあると思います。そんな中でも、やはり「桜」は、日本人にとって特別感のあるもので、眺めるだけでも心が弾みますよね。

先月、今か今かと待っていた、“なごみの郷”の「桜」が満開を迎え、天気の良い日に皆様とお花見へ出掛けました。満開の桜を見上げながら「まあ、綺麗じゃね!!」、「今年もよく咲いとるね」、「見事な桜じゃね」という声も聞かれ、自然と皆様の顔もほころんでいました。その後は桜の木の下で、お茶を飲みながら春の歌を唄ったり「宮島の桜も綺麗だったよね」、「昔はお弁当を持って、桜を見に行きよったんよ」と思い出話で盛り上がりしました。「お花見と言ったら、お酒が飲みたくなるわ!このお茶もビールだったらいいのに～」と言われる利用者様もおられ、その言葉にみんなで大笑いしました。

桜の時期は短いですが、今年もこの短い期間に、たくさんの利用者様と桜を觀賞することができました。「今年も綺麗な桜が見れて良かったよ!」と嬉しい言葉もいただき、また皆様との楽しい思い出を作ることができました。



これから、季節は夏に変わってきます。春は「桜」だったように、夏も季節を感じていただけるような行事を色々企画しています。皆様、楽しみにしててくださいね。

デイサービス落合 小早川 里枝

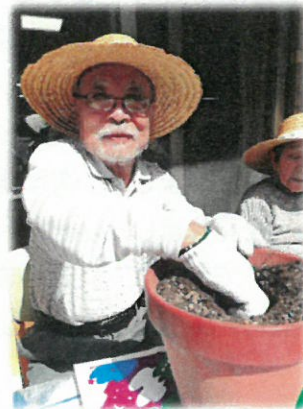
デイサービス落合

～ なごみガーデン ～

皆様、お元気ですか。突然ですが、皆様は一年を通して好きな時期はいつですか。

私は、今のこの時期が一番好きです。ポカポカ暖かくて、過ごしやすく、気持ち良くて…。沢山の花が咲く春が好きです。ただ、花粉症にはかなり悩まされていますが…。

ある暖かい日の昼食後の余暇の時間に、利用者様とチューリップの植え替えをしました。昔は、畑仕事や庭で土を触っておられた方も、今ではなかなかそのような機会もなく「本当に久しぶりに土を触ったわあ!」、「お日様に当たるのは、気持ちがいいねえ」など笑顔でお話しされながら作業してくださいました。植え替えを終えた後は、早速、水やりをしてくださいました。



今後も少しずつ『なごみデイガーデン』を広げていきましょうね!

デイサービス落合 千々和 敦子

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
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	7	8	9	10	11	12	13
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	母の日会	母の日会
備考							
日付	14	15	16	17	18	19	20
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		大ごちそうの日	紅白まんじゅう	紅白まんじゅう	紅白まんじゅう		
日付	21	22	23	24	25	26	27
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
備考							
日付	28	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	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			
備考							

デイサービス可部

～ 音楽レク ～

清々しい五月晴れが心地よい季節となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか？

私事ではありますが、先日息子が進級し保育園の年長さんになりました。ピカピカのバッジを着けて「母ちゃん、僕は一番上のお兄ちゃんじゃけえ、小さい子を守らんといけんのよ」としっかりした事を言う様になった息子を見ていて、日々成長を感じます。来年はいよいよ小学生。私も母親として、負けないようにしなければと思います。

さて、話は変わりまして、デイサービス可部では3月28日に音楽レクを行いました。音楽に合わせて体操をした後、「案山子」と「春の小川」の歌詞の中から一文字を抜いてから歌うという少々難しいレクをしました。間違えても「あっ、やっちゃった！」「簡単げに思えたけど、意外と難しいね」等と笑い合いながら歌いました。次に恒例となりました、職員による2部合唱を披露しました。歌は「ふるさと」と「花」。皆様、ゆったりとした様子で聞いてくださいました。「綺麗な声じゃねえ」、「二人とも息がぴったり合っとるね」と言ってくださり、少々照れくさか



ったです。その後少しお茶休憩をして、後半に職員のハーモニカで「イントロクイズ」をしました。中々イントロだけでは分からず、しばらく聞くと「アー分かった！あれよ、あの曲！」など言いながら、曲が当たると音楽に合わせて歌う方もいらっしゃり、ハーモニカの美しい音色に聞きほれる方もおられました。こうして午後からは半日、皆様と沢山の音楽に触れる事ができました。

音楽を通すと、皆様いつも以上に優しいお顔になられます。思い出の曲が流れるとその頃に戻ったような気分になりませんか。世代が違ってもこうして共有できることは素晴らしいですね。

最後に音楽の雑学を一つご紹介します。曲のテンポによって、食べたいものが変わるそうです。実際にレストランのBGMによって注文内容が変わるか調べた結果があるそうです。テンポが速いととってりしたものが食べたくなり、遅いと健康的なものが無意識に食べたくなるそうです。不思議ですよ。

ぜひ、ご自宅でも試してみてください。次回また新しい音楽レクや、音楽にまつわるアツと驚く話を考えております。是非とも参加してくださいね。

最後になりましたがこれからの季節、暑くなり体調を崩しやすくなります。

くれぐれも気を付けてお過ごしくださいね。



デイサービス可部 川田 恵利

デイサービス可部

～ 職員紹介～



皆様、こんにちは。3月11日付けでグループホーム亀山からデイサービス可部へと異動しました中尾香理(なかおかおり)と申します。以前、短期間ではありますがデイサービス可部で勤務していたことがありますので、長くご利用されている利用者様は覚えていますが、ほとんどの方が初めてです。新しい出会いに感謝して、早く利用者様と仲良くなり、私の事も知っていただきたいと思います。皆様が元気で過ごしていただけるようがんばってまいります。

ます。新たにスタートでまだまだ未熟者ですが、あたたかく見守っていただけると幸いです。どうぞ宜しくお願い致します。



デイサービス可部 中尾 香理

デイサービス可部 5月カレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
日付		1	2	3	4	5	6
午前		ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操
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
日付	7	8	9	10	11	12	13
午前	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操
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	レクリエーション
日付	14	15	16	17	18	19	20
午前	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操
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	21	22	23	24	25	26	27
午前	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操
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	音楽レク	レクリエーション
日付	28	29	30	31			
午前	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんす体操			
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			

グループホーム亀山 ～ お誕生日会 ～

春の風が心地よく、のどかで過ごしやすい季節となりましたがいかがお過ごしでしょうか。

さて、グループホーム亀山では、去る 3 月 24 日(金)に竹本恵美子様が 86 歳、4 月 1 日(土)に加川愛子様が 87 歳のお誕生日を迎えられたので皆でお祝いをさせていただきました。

3 月 24 日、竹本様のお誕生日当日は、竹本様のご家族様が大きな誕生日ケーキをご用意されました。竹本様は「わあ！大きいね！すごい！」と驚かれた様子で笑顔がこぼれていました。その後「皆で食べましょう」と言われ一緒に召し上がられ「美味しいよー！」と完食されました。職員からは猫柄の食器と計算プリントを保管するケースをプレゼントさせていただき「大事に使うね」とおっしゃってくださいました。



4 月 1 日、加川様のお誕生日当日は、職員が飾り付けをしたチョコレートティラミスをご用意し、皆でハッピーバースデイの歌をうたいお祝いをしました。加川様はしっかりと目を開かれてティラミスをペロリと完食され皆様もプリンと一緒に召し上がられました。その後、紙芝居『鶴の恩返し』、『お年とり』を鑑賞され、職員からはゼリーとプリン、写真入り誕生日カードをプレゼントさせていただきました。皆様から「おめでとう！」と声をかけられ、笑顔いっぱいのお誕生日会となりました。

竹本恵美子様、加川愛子様、お誕生おめでとうございます。素敵な年になりますように職員一同願っております。



グループホーム亀山 岩本 文子

グループホーム 亀山

～ メイク会 ～

グループホーム亀山では、メイク会をして過ごしていただきました。

女性の方はメイクをし、爪にはマニキュアを塗り、髪を整え、カチューシャや職員お手製のピンを付けて楽しめました。

「昔はお化粧をして友達と遊びに行きよったよ」、「目立たない色がいいよ。こんなの今までした事がない」と言われる方。鏡を見て「まあシワシワ」と手で顔をおおわれた方もメイクが終わると「誰かと思った」とニコリされる方もありました。

自身で眉を描かれたり、口紅を塗られる方もありましたよ。男性の方も「お化粧しようか」と盛り上げてくださる方もいらっしゃいました。メイク会は毎回皆様に好評ですので次回も開催したいと思います。

皆様お楽しみにしてください。これからも元気いっぱいでお過ごしくださいね。



グループホーム 亀山 寺脇 和美

～ 紙芝居の日 ～

去る3月18日(土)、グループホーム亀山の2階利用者様より「あなたはいつも何かをしてくれるから今日も楽しいことをしていただけないかしら？」とありがたいお言葉をいただいたので紙芝居を行わせていただきました。

安珍清姫物語や地獄物語を熱心に読んでいると、皆さま真剣に物語を聞かれる方、絵を熱心に見られたり、私の声に「うんうん」と頷かれたり「上手じゃねー」と話される方もいらっしゃいました。

皆様は、子供のころに紙芝居をよく見学していたそうで「懐かしいね」「昔に戻ったみたいよ」とのお言葉をいただけることもありました。

これからも紙芝居だけではなく時間を作り楽しいことを行っていきます。皆さまお楽しみに。



グループホーム 亀山 國本 拓也

デイスサービス亀山

～ 春のお花見会 ～

桜が綺麗な季節となりましたね。皆様いかがお過ごしでしょうか。

デイスサービスセンター亀山では、春のお花見会を開催いたしました。

今年は桜餅を利用者様と一緒に作りました。(*^-^*)

もち米から炊き上げ、丸いあんを作り、きれいに包むのに悪戦苦闘しながらできた桜餅はひとしおです。♡

春の温かい気候の中、テラスでいただきました。(*^-^*)

『外で食べると気持ちがいいね!』、『桜の香りがするね!』と体を伸ばされたり、ゆっくりとした穏やかな時間を楽しむことができました。(*^-^*)

これから過ごしやすい気候をめいっぱい楽しんでいきましょう!



デイスサービス亀山 峯松 詩織

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
午前		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
日付	7	8	9	10	11	12	13
午前	体操	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	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	14	15	16	17	18	19	20
午前	お誕生日会	体操	こころ往診	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
日付	21	22	23	24	25	26	27
午前	体操	体操	体操	3F内科往診	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	28	29	30	31			
午前	体操	体操	こころ往診	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			

新聞記事に何を書こうかと考えていて、ふと入社した頃の事を思い出しました。

思い出は山ほど。良かったこと、注意されたこと、色々と思い返されます。今回はその一部を書かせていただきます。

初仕事の時、先輩が同行してくださり、初めての事ばかりで見よう見まね、仕事の流れを一つも落とすまいと必死にメモを取りました。

初めて自分一人で訪問した時のドキドキは忘れられません。自分の家での調理には慣れていたものの、人の家で調理はしたことはなく、「味は？お口に合うか？」と心配でした。また、火を使う仕事ですから、消し忘れはないか、火の元を二度三度と確認した事を覚えています。

その後、少しずつ訪問先も増えていき、仕事の幅も広がり、家事援助だけではなく身体介護も行うようになりました。最初は移乗や座りなおしが苦手で、上手な人に聞いて練習、練習の繰り返し。間違えば利用者様に怪我をさせてしまうかもしれない責任のある仕事で、緊張もしましたが、やりがいもありました。

そんな中、利用者様との会話が楽しみの一つでした。昔の思い出話などたくさんお話を伺いました。中でも一番印象に残っている利用者様は、奥様が亡くなりデイサービスの支度が出来ず困っておられた方です。デイの送り出しに訪問するようになり、デイサービスの方から「良くしてもらい助かっている」と話されていたと聞き、一生懸命お手伝いした甲斐があったととても嬉しかったです。

これからも利用者様に喜んでいただけるよう、真心をこめてお世話していきたいと思っています。

ヘルパーステーション 田中 絹代

メゾン・クレアなごみ

～ 新しい職場で・・・～

皆さんこんにちは。青葉の美しい季節になりました。お変わりなくお過ごしでしょうか。新しい始まりの4月、それぞれにわくわくするような希望や夢を持って新たなスタートを切られた方も多いのではないのでしょうか。

私も一足先(今年の2月9)に、長年勤務した特別養護老人ホームから、メゾンクレア訪問介護事業所へ異動になり、新たな挑戦が始まりました。特養と訪問介護では同じ介護でも業務内容がちがいます。一日の過ごし方も各々であり、覚えることが盛りだくさんです。初めは緊張していましたが、徐々に慣れて

利用者様との会話も多くできるようになり、今は顔を覚えていただけるよう日々頑張っています。

コロナが5類になっても、全て収束するわけではなく、まだまだ注意が必要です。面会もままならない状態は続きます。ですので、ご家族様とお会いする機会も少ないのですが、お会いできる時にはしっかりとご挨拶させていただきたいと思いますので、よろしくお願いいたします。

これからも働く場所は変われども、私たちの担う役割をしっかりと邁進していきたいと思っています。

なごみの郷訪問介護員 桑原 美由紀

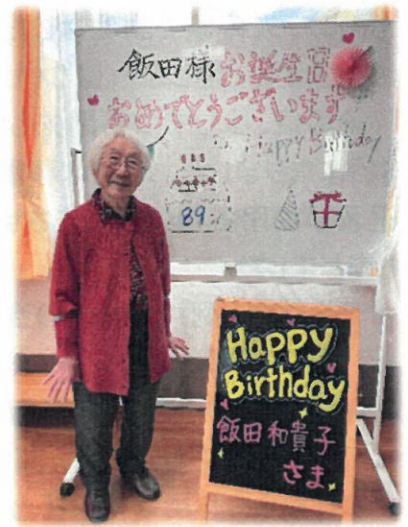
グループホーム可部 ～ 飯田和貴子様 お誕生日 ～

皆さん、こんにちは！

3月18日(土)、グループホームに入居されている飯田和貴様様の89歳のお誕生日でした。飯田様は、昨年8月に入居され、グループホームで迎えらる初めての誕生日でした。

当日は、娘様の面会があり、素敵なバースデーケーキを届けてくださりました。グループホームからのプレゼントとして、昼食時に好物である「うなぎ飯」を用意させていただきました。また、少食である飯田様に小ぶりのお茶碗・汁椀・マグカップを用意させていただき、毎日使っただいております

毎日自分の体の為に運動を欠かさず、新聞やニュースから世の中の動きを取り込み、自分のスタイルをお持ちの飯田様です。これからも、よろしくお願いします！



グループホーム可部 竹本 真理

～ 藤木弥生様 お誕生日 ～

春の気配もようやく整い心浮きたつ今日この頃となつてまいりました。

グループホーム可部では、藤木弥生様が3月28日(火)に89歳のお誕生を迎えられました。当日は、利用者様、職員と共にお誕生日のお祝いをさせていただきました。皆さんからお祝いの言葉をかけられると両手で顔を隠し、恥ずかしそうに笑っておられました。

職員の作ったケーキにロウソクを立て皆さんから歌のプレゼントです。歌が終わり拍手と共にロウソクを吹き消す瞬間に更に照れてしまい、なかなかロウソクが消せないお茶目なハプニングもありましたが、とても楽しい1日となりました。

これからも元気に楽しく過ごしましょうね！



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3月30日(木)、4月4日(火)、4月8日(土)の3日間、安野花の駅公園や可部町内、花緑公園へ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、ドライブを楽しみにされている様子でした。

道中は桜並木がとても綺麗で皆様、桜に見とれている様子でした。駐車場に立派な桜の木があり、記念撮影をしました。当日は、天気も良く最高の花見日和でした。

8日の花見ドライブは前日に天候が悪く、桜が散っているとの事で、シャクナゲを見に花緑公園へいきました。

道中にしだれ桜がまだ残っており、車内からは「わあきれいじゃね、凄い」と喜ばれていました。

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やいました。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
午前		体操	体操	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	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	7	8	9	10	11	12	13
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	14	15	16	17	18	19	20
午前	体操	体操	歯科往診(1階)	体操	体操	体操	体操
午後	「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	レクリエーション
日付	21	22	23	24	25	26	27
午前	体操	体操	体操	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	ヘアカット"nana"	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	28	29	30	31			
午前	体操	体操	歯科往診(2階)	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			

専門家の知恵

過敏性肺炎について

過敏性肺炎とは、日本では梅雨以降の高温多湿の季節に起こることが多くカビの胞子を吸い込むことによって、胞子に対するアレルギー反応が起き、肺に炎症が生じる肺炎です。

カビがエアコンで繁殖していることも多い為、5月～10月の間だけ症状が現れることも多いです。近年、過敏性肺炎が増えているのは、PM 2.5の中の有害な成分が増えることで、身体の免疫が下がり、さらにカビによって肺炎が起こりやすくなるからです。



肺炎といえば、冬のイメージかもしれませんが、

夏になるとよく風邪を引く、咳がいつまでも出るなどの症状があったら、過敏性肺炎かもしれません。

主な症状は、咳・発熱・だるさです。

風邪とよく似た症状なので、ほとんどの人はたいした病気とは思わず、放置しがちです。

病院でも風邪と判断されることが多く、抗生物質などで一時的に症状が改善されるので、治ったようにも思われます。

ところが、翌年の夏近くになると、また咳が出始めるのです。

その為、対策としてカビが繁殖しやすい条件を作らないことが大切です。

その対策として、

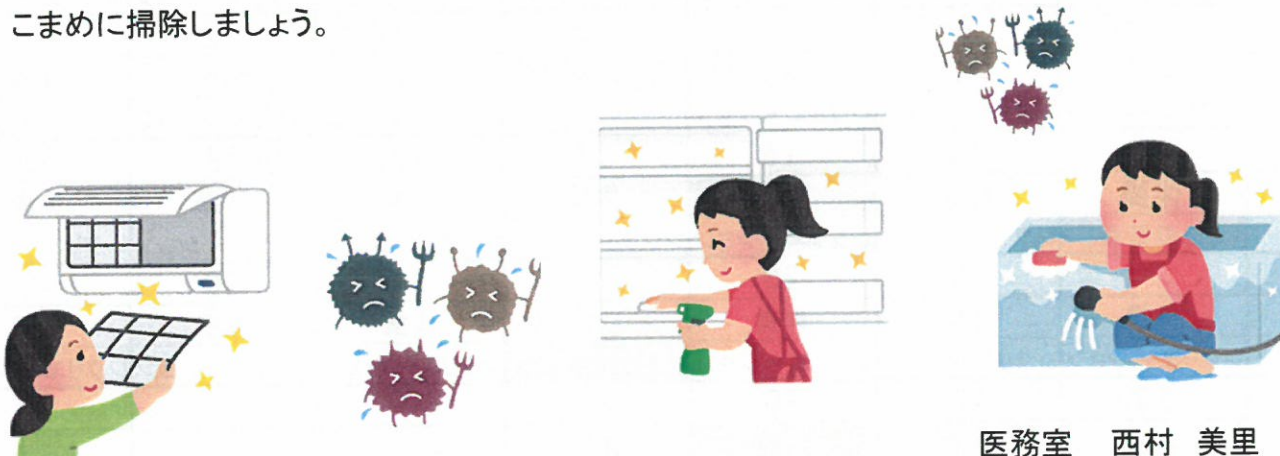
①エアコンや加湿器など小まめに掃除する。

②浴室や台所などの水周りは特に入念に掃除をする。

③冷房を使用後、送風運転を2時間することで、エアコンの中の湿度を70%未満に乾燥させることができます。

(70%未満でカビ本体の増殖は止まり寿命で死滅していきます。)

カビの胞子は、しぶとく残っているので油断すると、また増殖しますので、カビを増やさないように、こまめに掃除しましょう。



医務室 西村 美里

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	98 歳
東谷 保夫 様	昭和4年5月11日	94 歳
益永 カノエ 様	昭和5年5月30日	93 歳
森山 ツユコ 様	昭和6年5月26日	92 歳
中原 等 様	昭和7年5月29日	91 歳
芥川 信子 様	昭和8年5月14日	90 歳
土井 洋子 様	昭和9年5月2日	89 歳
秋山 節子 様	昭和11年5月24日	87 歳
浅野 壹恵 様	昭和13年5月28日	85 歳
村松 正敏 様	昭和13年5月30日	85 歳
井上 勇 様	昭和15年5月7日	83 歳
柴田 信子 様	昭和19年5月5日	79 歳
谷本 直人 様	昭和19年5月29日	79 歳
小林 和江 様	昭和21年5月5日	77 歳
夢沼 映男 様	昭和25年5月27日	73 歳
松永 いつ子 様	昭和27年5月29日	71 歳
樋口 英敏 様	昭和31年5月28日	67 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5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	305,544		305,544
	ピアノ喫茶		0	305,544
	なごみどり		0	305,544
合 計		305,544	0	305,544

<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…

5月、五月、メイ、英語で書くと「May」。ウサピアー(カンボジア語)、ブウランメイ(インドネシア語)、タンナム(ベトナム語)。アスパラガス、レタス、コゴミ、さくらんぼ、サザエ、シジミ、イチゴ、ビワ、カツオ、ホタルイカ、薔薇、ボタン、紫陽花、サツキなどが旬。5月は気温が上がり初夏の陽気となってくる。そして、少しは羽が伸ばせそうな感の今年5月のゴールデンウィークは何をしようか…。と、思案の方も多からう。

とところで、去る統一地方選挙(市長、県議、市議選)を見て、感じたことについて触れてみたい。それは“選挙を意味あるものにしたい”ということ。

一つは、国政の衆議院や参議院の選挙では政策論争を行う場面を見かけることがある。しかし、地方選挙では毎回そうかもしれないが、今回の市長や県市の議員選挙では候補者同士が政策を論争して戦うということはほとんどなかった。これは選挙の致命的な欠陥だと感じる。これには複合的な要因が重なっているのかも知れないが、兎角、政策について語っても票に繋がらない、というのが世の相場と見なされているからであろう。

実際に選挙戦の場では、握手と名前の連呼が中心の活動になっている。様々な集会で候補者は頭を下げ、支援をお願いする謙虚さを装う姿勢を演出する。政策は二の次、三の次、あるいはそれ以下なのだろう。こうした集会や運動が中心であるから、まともな政策論争が展開されることは少ない。真正面から政策を語ろうとすると応援する関係者から止めるように忠告を受けることがあるという。それには幾つかの理由がある。それは政策について語りすぎるとイメージが固くなるから。ましてや支持者の多くは政策を支持して付いているわけではないので、政策を明確にし過ぎると少なからずの支持者が離れることになるし、あさはかな知識と認識の候補者が政策を話すとボロが出てしまう。勤勉で世の中のためになる改革の手段を携えている真っ当な候補者は、街づくりの構想を持って立候補を志す。しかし、その志の高さと当選の確率とは必ずしも一致していない。つまり、こうした人に当選して欲しいと願ったとしても、その思いとは裏腹に落選してしまうことも少なくない。これが日本の選挙の実態だ。

選挙で当選するためには、「地盤、看板、鞆」の3つのバンが必要であると揶揄されている。それは、選挙では、政治家は優れた政策や資質や人柄で選ばれるべきであり、知名度や組織、資金の大小で選挙運動が不公平にならないよう、公職選挙法や政治資金規正法などで、選挙活動の制限と公平化が図られている。それにも拘わらず現実には、支持者の組織の強固さ、知名度の高低、選挙資金の多寡や集金力の多少に左右される場合が多いと言われている

のである。

志の高さも、政策の素晴らしさも、実行能力もここでは関係なくなる。まともな政策がなくても当選するのは大問題である。志が高く、政策をしっかりと組立てることができ、それを実現できる人が当選する選挙を作っていくことは、社会にとっても好ましいし、優秀な候補者にとっても好ましいことである。

政策をしっかりと語りたい、と優秀な候補者は思う。しかし実際の選挙戦ではそれはほとんど意味がなく、当選ハチマキを頭に巻いて、声の続く限り名前を連呼し、走って、走って、笑顔で握手をしまくる。本当にやりたいことを有権者に訴えて、その共感の輪から当選するような選挙であることが重要なのである…。だから今の選挙…、何だか変だね…。

そしてもう一つ感じたことは、投票率の低さに対する懸念である。先の統一地方選挙の投票率は、広島市長選挙で34.53%、県議会選挙は35.87%、市議会議員選挙は34.40%だった。いずれも前回から低下している。

では、投票率が低いとどうなるのだろう。投票率が低いと、企業・団体など組織戦を展開したり、労働関係や宗教団体などの支持母体の支援を受けたりする党や候補者が有利になる。反対に投票率が高ければ、無党派層からの票の上積みが可能で期待できる方に有利に働く。つまり低投票率は支持組織の一定の人たちに推された候補者が当選してしまい、その議員はその地域や国全体を見るのではなく、一部の支持者のこどだけしか考えないようになってしまう。

現状の政治に満足しているのであれば、投票に行く必要はないのかもしれないけど、投票率が低いということは、いつも選挙で投票する人が投票し、あまり投票に行かない人は投票しない傾向を意味する。新人より現職が当選しやすくなり、野党より与党が支持を集めることになる。つまり、これまでのやり方を踏襲した政治が選挙後も継続してしまう。

結局、有権者が選挙で自分の意思を示さなければ、政治家は世論を無視して政治を運営することになる。だから低投票率は民主主義の危機であるといえるのだ。

社会を変えたい、政治を変えたいと願うのであれば、投票することが不可欠である。誰がリーダーになるか、どの政党が主導権を握るのか、多数派になるのか、ということは重要だけど、投票率がどの程度なのか、ということがもっと大切だと感じるのである。だから“選挙に行こう…”。当たり前に言われていることだけど…。

政治がもっと市民の側に寄り添う。また同時に市民が政治の側に近づいていくことを追求しない限り、決して世の中は良くなりえないし、改革されにくいと考えています。

皆さまはどのように思いますでしょうか。

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

Tel 082-841-1331 Fax 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5年スローガン

“皆の力と個性の発揮 医療と介護の新たなステージへ”