

おたっしやかわら版

睦月



なごみ新聞

259

もくじ

- | | | | |
|-------------|-----------|-------------|-----------|
| 2P..... | 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..... | メンクレア |
| 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..... | 1月のお誕生者さま |
| 10~11P..... | テイ可部 | 19P..... | 家族会会計報告 |



社会福祉法人 正仁会

2024年1月号

三澤副施設長から「2024年始動！新たな環境の下に良質なケア提供に邁進」

新年明けましておめでとうございます。旧年中は大変お世話になり、心から感謝申し上げます。本年もご利用者の皆様と職員の健康と安全を第一に考え、施設運営に努めてまいります。新たな年が皆様にとって、希望に満ち、幸せと笑顔が溢れる素晴らしい1年となりますよう心よりお祈り申し上げます。さて2024年は3年ごとに実施される介護報酬改定に該当する年度となります。また医療および障がい分野の改定とも重なり、いわゆるトリプル改定とも称されています。最終的には膨張の一途を辿る社会保障費の抑制に躍起な財務省とのせめぎ合いが肝になることは毎度のことではありますが、物価高騰や介護職員の処遇改善を背景に大筋では報酬アップの見通しのようです。これ自体は喜ばしいことですが、結果的には利用者負担の増大や介護保険料の値上げといったところに波及していく流れは不可避であり、悩ましいところです。肝心の改定内容については定かでないところは多分にありますが大枠としては以下の内容で検討が進められているようです。

1.「地域包括ケアシステムの深化・推進」：認知症の高齢者や単身高齢者、医療ニーズが高い中重度の高齢者を含め、それぞれの住み慣れた地域において利用者の尊厳を保持しつつ、質の高いケアマネジメントや必要なサービスが切れ目なく提供されるよう、地域の実情に応じた柔軟かつ効率的な取組を推進。具体的には、医療と介護の連携による医療ニーズの高い方や看取りへの対応、感染症や災害への対応力強化、介護現場における安全性の確保、認知症施策の推進などが議論されています。

2.「自立支援・重度化防止に向けた対応」：高齢者の自立支援・重度化防止という制度の趣旨に沿い、多職種連携やデータの活用を推進。具体的には、リハビリテーション・口腔・栄養の一体的取組やLIFEを活用した質の高い介護などが含まれます。

3.「良質な介護サービスの確保に向けた働きやすい職場づくり」：介護人材不足の中で、更なる介護サービスの質の向上を図るため、処遇改善や生産性。向上による職場環境の改善に向けた先進的な取組を推進。具体的には、介護ロボット・ICT等やいわゆる介護助手の活用によるサービスの質の向上と業務負担の軽減、経営の協働化等、テレワークなどの柔軟な働き方・サービス提

供に関する取組が含まれます。

4.「制度の安定性・持続可能性の確保」：介護保険制度の安定性・持続可能性を高め、全ての世代にとって安心できる制度の構築。具体的には、評価の適正化・重点化や報酬体系の整理・簡素化などが含まれます。以上の中から1.「地域包括ケアシステムの深化・推進」では、さらなる医療との連携が重要視されていることから当法人の「医療と介護の切れ目のない連携を第一に考え、地域社会に安心を提供し続ける」という理念をこれまで通りに実践していくことが何よりも肝要との信念を携えながら日々の歩みを進めていければと考えます。

3.「良質な介護サービスの確保に向けた働きやすい職場づくり」では、介護のDX（デジタルトランスフォーメーション）化が大きな柱として据えられています。当法人でも予めより記録の電子化をはじめICTの推進には注力してまいりましたが、2024年4月を目途にさらなる充実化に向けて準備を進めています。具体的には特別養護老人ホームなごみの郷館内のネットワーク環境の増強に伴う介護記録システムや見守りセンサー等の刷新によるケアの質向上と働きやすさの両立を目指します。DX化とは異なりますが、利用者様の居室環境についても、プライバシー確保と感染症拡大防止を目的にパーテーションで仕切ることで64床ある多床室（4人・2人居室）のすべてを個室的环境に変更していきます。すでにご利用者のご家族の皆様にはご案内申し上げているところではありますが令和5年12月18日より工事が開始され、今年の2月前半には完了の予定です。このように昨夏の大規模修繕（外壁塗装）から始まり、館内のネットワーク環境の増強、ICT機器の大幅刷新、多床室の個室化といった施策の目的は一重に人であれば成し得ないケアに傾注することを目的としています。2024年からのなごみの郷は新たな環境の下、すべてのご利用者のご家族・地域の方々により一層安心してご利用いただける施設として邁進していく所存です。引き続き当施設への変わらぬご指導・ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

特別養護老人ホーム 副施設長 三澤 広隆

ケアハウス ～忘年会～

令和5年も残すところ11日となった12月20日(水)、ケアハウスで『忘年会』を開催しました。

今年5月にコロナが5類となって、4年ぶりに職員の参加も多数となり、入居者15名、職員13名の総勢28名で、恒例となった“すきやき”を囲んでにぎやかに一年の締めくくりを行いました。

この“すきやき”のお肉が本当に美味しくて、普段、食事量の少ない方も、この日ばかりは“おかわり”の連発で、驚くほどたくさん召し上がられ、職員は美味しそうに召し上がるみなさまの笑顔に癒されると同時に、次回の企画への意欲が沸き上がりました。



お腹がいっぱいになったみなさまへは、この一年、さまざまな企画の中で撮りためていた写真を使用して、職員が手作りした『一年間の思い出アルバム』の贈呈を行いました。プレゼンターは施設長です。お一人おひとりにアルバムを渡しながら、記念写真をパチリ！みなさまのとびっきりの笑顔とともに素敵な一枚が撮れました。この写真もアルバムの1ページとなれば最高ですね！



令和5年は、コロナによる厳戒態勢が解かれ、少しずつ以前の生活を取り戻してきたように思います。ケアハウスのみなさまが、楽しみながら笑顔で過ごしていただけるよう、令和6年も職員一同がんばって参りますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

事務 三井 由起

あいあいねっと

新年あけましておめでとうございます。どうぞ今年もよろしくお願ひいたします！！

広島文教大学の皆様より食品提供を受けました！！

広島文教大学では、毎年、管理栄養士を目指す学生(1年生)が大学祭でフードドライブのブースを設け、大学祭に来られた方から食品を集め、“あいあいねっと”に提供してくださっています。今年は、食品がたくさん入った段ボールが18箱にもなり、それ以外にもお米が60キロもありました。大学祭後日、フードドライブに参加した学生の皆さんが、“あいあいねっと”に食品を届けてくださいました。たくさんあったので、運び入れるのを手伝っていただき、大変、助かりました。ありがとうございます。

フードドライブ本番までに、事前に食品ロスやフードバンクなどについて学習し、計画、実施されており、勉学に忙しい中、とても大変だったろうと思います。食品を提供してくださり、とてもありがたく、嬉しく思います。いただいた食品は、大事に活用させていただきます。どうぞ、来年度も、よろしくお願ひします。



ありがとうございます

(株)三幸産業様がパートナー企業に！！

11月より、(株)三幸産業様が、パートナー企業に登録してくださいました。(株)三幸産業様は、安佐北区深川地区に工場があります。主に、ふりかけやだし、佃煮、ヒートプレス商品などを製造している企業です。(鰹ふりだしという商品があり、とても美味しいので、私も愛用しています。)この度は、お味噌汁の具を寄付してくださいました。寒い時期は、あったかい汁物が嬉しいですね。手軽に具沢山の美味しいお味噌汁が作れるので、活用される方にとっても喜ばれると思います。ありがとうございます。今後とも末永くよろしくお願ひ致します。



「食と農の映画祭 2023in ひろしま」に参加しました！！

2023年も『食と農の映画祭』が、11月10日(金曜日)～16日(木曜日)まで開催されました。今年のテーマは、「あなたのしあわせ」の向こうにあるものでした。「あなたのしあわせ」が、だれかのそしてなにかの「しわよせ」の上に成り立っているという自覚をもって毎日過ごすことが大事な始まりの一步です。37パーセントという世界でも低い食料自給率のアップ、「みんなのそして地球のしあわせ」につながっていく、というコンセプトのもと、映画祭が行われました。第14回目となった今年も、大盛況でした。“あいあいねっと”も、食品ロス削減やフードバンク活動の紹介を呼びかけ、11月15日のトークショーは、代表の原田が行いました。どの映画もとても興味深いものばかりで、食べたいものが食べられるしあわせについて考え、私たちの何気ない暮らしが多くの人と繋がっていること学びました。また2024年も開催されますので、回見逃した方は、乞うご期待ください。



あいあいねっと 増井 祥子

【 耳よいのお知らせ…注目 】

《マイクロン寄付事業》 参加無料！

“あいあいねっと”では地域の方々を対象に、「生活に役立つミニ講座」及び「映画上映会」を計画しています。皆さまの暮らしの中での役立ち情報と、生活の中での息吹を提供したく思っております。多数のご参加をお待ちしております。

【生活ミニ講座】

「崖っぷち！？日本の台所事情！」

講師:あいあいねっと代表 原田佳子

会場:あいあいねっと

日時:2024年1月26日(金)13:30～15:00

【映画上映会】

「お終活 ～熟春！人生、百年時代の過ごし方」

会場:あいあいねっと

日時:2024年2月10日(土)13:20～15:30

居宅介護支援事業所 ～可能性を広げる福祉用具を有効に活用しよう！～

寒さが増す冬の季節、皆様いかがお過ごしでしょうか？今月は福祉用具の有効性についてご紹介いたします。福祉用具は高齢者の方々が安心して生活できるサポーターとして注目されています。

「歩行サポートで自由な移動を」

歩行が不安定になる方にとって、歩行サポートの福祉用具は大きな助けとなります。車いすや歩行器、杖など、個々の状態に合わせた選択肢があります。これらのツールを活用することで、外出や散歩が気軽に楽しめ、社会とのつながりが広がります。

「キッチンツールで料理の楽しさを」

キッチンでの活動が難しい場合でも、福祉用具は料理の楽しさを取り戻す手助けとなります。握りやすい調理器具や軽量で使いやすい食器などを利用すれば、自宅で美味しい食事を楽しむことができます。

「コミュニケーション支援具で心の交流を」

障害によってコミュニケーションが難しい場合、特定の支援具を使うことで、円滑な会話や情報のやり取りができるようになります。これは家族や友人とのコミュニケーションを促進し、より豊かな人間関係を築く手助けとなります。



上記のように機能的で使いやすい福祉用具を巧みに活用することで、役割や日課などが続けやすくなり、日常生活での可能性が広がります。これからもケアマネジャーとして、ご利用者の方々に生活の充実をサポートできるよう努め、お手伝いさせていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。

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56回 1月12日(金) 13:00~16:00

会場：グループホームなごみの郷可部階 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、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57回 2月9日(金) 13:00~16:00

特養3階 紅葉狩りドライブ！

皆様、こんにちは。

3階では11月21日に寺迫公園まで紅葉狩りドライブへ行ってきました。

車中、むかし住んでいた家の話や、家族の話等、懐かしい話に花を咲かせながら寺迫公園までの道のりを楽しまれました。道が変わっていることに「この辺も大分変わったね。」と驚かされている方もおられました。

寺迫公園へ到着し、紅葉は満開とまではいきませんでした。ちょうど良い色づきでした。少し公園内を散策し、上を見上げると色づいた紅葉がいっぱいに広がっており、「見えたよ。」「綺麗ですね。」と指を差して笑顔で言われていました。

久しぶりのドライブ企画、皆様に喜んで頂けて良かったです。また、季節に応じて何か楽しい企画を考えますので楽しみにして下さいね。



3階 大植 美沙

特養4階 クリスマス忘年会！

皆様こんにちは。

4階は12月15日(金)にクリスマス忘年会を行いました。

食事はメインに握り寿司とケーキをご用意しました。お寿司はおかわりされる方もいらっしゃり、「おいしかった。」と皆様満足された様子でした。

食後は職員の出し物を披露しました。恒例のけん玉と、新入職員の「365歩のマーチ」に合わせたダンスです。何度か失敗しながらも、利用者様から「頑張れー。」と声援を受けながら、最終的には無事成功し、大きな拍手をいただきました。

最後はカラオケで好きな歌を歌っていただき、今年の振り返りと、来年の抱負を利用者様にお話ししていただきました。

来年もみんながこの日を迎えられることを楽しみにしています。



4階 山田 佳穂

特養 5 階 緑化センターへ紅葉狩り！

冷たい冬風が吹き始めるこの季節、皆様いかがお過ごしでしょうか。

さて、5 階では 11 月 21 日に緑化センターへ紅葉狩りに行きました。始めは殆ど色づきが見られず、利用者様も「大丈夫かな。紅葉を楽しむことができるのかしら。」と心配されていましたが、緑化センターに近づくにつれ、次第に木々の赤色が色濃くなり、利用者様の心情も最高潮に達しました。

とはいえ、残念ながらまだ薄紅葉が多く見ごろほどではありませんでしたが、散在する赤い葉たちを利用者様が見つけては「見て、見て、あそこが赤くなってるよ」、「綺麗じゃないか、来てよかった。」との声が飛び交いました。今後も皆様でのドライブがより一層楽しいひと時となることを期待し企画したいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。



5 階 的場 慎司

デイサービス落合 ～ おでんバイキング ～

皆さま明けましておめでとうございます。旧年中は大変お世話になりました。今年もよろしくお願いいたします。

寒さも厳しくなりましたが、今回はそんな時期にピッタリのおでんバイキングを行いましたので紹介したいと思います。

12月11日～12月13日の3日間で行いましたが、職員はいつもの仕事に加えておでんの準備などいつもと違う流れで朝からバタバタ…皆一生懸命働きます！いざ準備を終え、昼食の時間を迎えると「おいしいね！」とご利用者様のにっこり笑顔☆この笑顔の為に職員は頑張っている！と言っても過言ではありません。

今年は例年と違って、しょうがの風味をきかせた味付けとなっていました。「よく味がしみとるね～」とごはんもすすみます。

具材は大根や玉子、はんぺんなどの定番のものからロールキャベツに海老団子、里芋などのめずらしいものも入っています。持病に配慮しつつも、おかわりもできるので、「さっきこれ食べてないけえ食べてみようかね～」とたくさん食べられる方もいらっしゃいました。



コロナが流行してからは、安全面を考慮してバイキングの行い方も形を変えています。テーブルに置いていた鍋は別の場所に配置し、メニューをテーブルに置いておかわりを職員が伺ってお持ちしています。何度も職員がおかわりに伺うのですが、最後には「もう食べられんよ～」と皆様お腹いっぱいになっていました。おでんで、心も体もぽかぽかになりました。

今年もイベントは盛沢山に予定しています。1月は餅つき大会に、2月には寿司バイキングと食のイベントが続きます。盛り上げていけたらと思いますので楽しみにして下さいね。

デイサービスセンター落合 川上 菜穂子

デイサービス落合 ～ 正月飾り作り ～

寒暖差により体調管理が難しいなか、利用者様はいつも元気いっぱい！体操にレクリエーションにと取り組まれ、笑いいっぱいの日々を私たちも一緒に過ごさせていただいております。

さて、デイサービスセンター落合では年明けにむけ、来年度の干支の『辰』や年号、正月飾りのクラフトを利用者様のお力を借り完成を目指しております。

「ここは何色かね？」「一年早いわね。」といった会話の中で、楽しみながら作成が進んでいるようです。どのような作品になったのか、是非デイサービスに見に来てくださいね。



デイサービスセンター落合 日高 香代

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
午前		デイサービス お休み			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
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							
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	レクリエーション	レクリエーション
備考							
日付	14	15	16	17	18	19	20
午前		DS 餅つき	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							
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	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							ご馳走の日
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		年末 お楽しみ会	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

～2023年を振り返って～

令和5年12月、広島でも20℃を超える日があり、宮崎県では133年ぶりに12月に夏日が観測されたとのニュースがありました。晴れた日の気温の高さは「気持ちがいいな」と感じる反面、「今は12月だよな～」となんとなく季節を疑う面も感じられます。降水量が少なかったため、水不足も心配されました。気候の急激な変化は生活にも影響があるので、今後が心配ですね。

デイサービス可部では、令和5年も利用者様と家族様のために頑張ってきました。利用者様がいつまでも元気で、慣れ親しんだ場所で暮らせるように、ケアマネジャー、家族様、他の事業所と協力し、連携を図りながら、令和6年もスタッフ一丸となって努力していきます。

過去、職員が不足していた時期もありましたが、チーム全体で協力し、困難を乗り越えました。最近では、メンバーが自発的に「ここはこうだから、こう対応しましょう」とアイデアを出し合い、それを全員で協力して解決しています。チーム力の向上を感じ、これからも利用者様へより良いサービスが提供できることを期待しています。



新しい利用者様も増え、「みんないい人ばかりね」「ここに来るのが楽しみなんだよ」という声を頂戴しています。いつも利用者様に「ありがとうございます。そう言っただけのことが何より嬉しいですよ」と応えています。健康でデイサービスを楽しんでいただけることも嬉しいですが、そのような気持ちでご利用いただいていることに心から感謝しています。人と人のつながりと信頼が、良い関係を築くために不可欠だと思います。利用者様、ご家族の皆様、いつも笑顔でデイサービス可部を利用いただき、本当にありがとうございます。これからもどうぞよろしくお願いいたします。

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

～カレンダー作成～

冬の寒さがひとしお身にしみる頃となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか？

さてデイサービスセンター可部では、毎月のカレンダーを利用者の皆さまと作成しています。完成したものは希望される方のみ持ち帰られています。12月はカレンダーの用紙上半分へこの時期の代表的な花『ポインセチア』をパーツごとに切った物を貼り付けていただき、下半分は12月のカレンダーを貼っていただきました。カレンダーの数字の部分には、好みの色を塗っていただきます。日曜日を赤にされる方、曜日ごとに色を変えておられる方もおられました。皆さまご自身で分かりやすいように工夫されていました。完成したのを見て「綺麗な花ができたね」、「持って帰って飾ろうか」と話され、その日に持って帰られる方もおられました。

今回使用した『ポインセチア』の花言葉をご存じでしょうか。ポインセチアには祝福、聖なる祈りという意味があるそうですよ。次のカレンダー作りも楽しみにしててくださいね。



デイサービスセンター可部
鈴木 千穂

デイサービス可部 1月カレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
日付		1	2	3	4	5	6
午前		デイサービスはお休みです			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					新年会	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	音楽レク	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	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	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	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			

グループホームなごみの郷亀山では 11 月に 3 名の方が誕生日を迎えられ、ひとつ年を重ねられました。

11 月 15 日に 2 階の児玉昭恵様が 95 歳を迎えられ、周りの人たちから「おめでとうございます！」と声を掛けられると本人様から、「ありがとうございます。おおきな歳になりました！！」と返答され、和やかな雰囲気でお誕生日会が行われ皆でお祝いをしました。



11 月 16 日は、3 階の山田美江子様が 89 歳を迎えられ、お誕生日会ではケーキを持ち、満面の笑みで周囲の皆様に「ありがとうございます。」と伝えられていました。

ケーキを食べている途中では、鼻にクリームがついて本人様笑いながら盛り上がりとても楽しい誕生日会となりました。



11 月 23 日には、2 階の高木巖様が 85 歳を迎えられ、周囲の人達からお祝いの言葉を受けると、「今日ケーキを持って来てくれるんだけどねえ。ロウソクが 8 本もあるから火を吹き消しきれない。うちわでも持って行こうか？」と冗談を言われ笑顔を返されていました。他にも姪の子ども様から猫のぬいぐるみや写真などのプレゼントを受け取られ、笑顔溢れる誕生日となりました。



皆様、お誕生日おめでとうございます。これからも健康で、笑顔が溢れる毎日を送りましょう。

グループホーム 亀山 松下 由美子

グループホーム亀山

～自然の恵み～

昨年好評だった干し柿を、今年も利用者様と一緒に作りました。「家にいる時は、こんな量じゃない。沢山作りよったよ。この位あつという間に出来るよ」と、手際良く皮を剥いで、ホワイトリカーに潜らせて、紐に吊るしてベランダに干しました。11月3日に作って9日後の11月12日には、利用者様が「そろそろ食べ頃じゃない？一個食べてみよう」と言われました。

1個食べられ「もう甘くなっているよ。あ～美味しい。今日のおやつだね。皆も喜ぶと思うよ」と、満面の笑みでおっしゃいました。3時のおやつに、出来立てほやほやの干し柿を皆さんにお出しすると「柔らかくて美味しい。明日のものもある？」、「甘くて美味しいね。2・3個ペロッと食べられるよ」、「懐かしいね。昔良く食べてたのよ」と、自然の恵みを美味しそうに召し上がっておられました。又来年も干し柿と一緒に作って食べましょうね。



グループホーム亀山 寺脇 和美

グループホーム亀山

～クリスマスリース作り～

長い夏が終わり、肌寒い日が増えてきましたがいかがお過ごしでしょうか。今回はグループホーム亀山の2階で作ったリースを紹介いたします。

12月にあるイベントと言えば、最初にクリスマスが思い浮かびますね。

クリスマスにちなんだ壁画を考えていたところ、女性利用者様の「ドアに何か飾りを付けたら可愛いかもしれない」という何気ない一言で手作りのクリスマスリースを作ってみようということになりました。毛糸や糸を巻く厚紙を用意し、リース作りに挑戦…。ですが一つのポンポンを作る為になんと50回も糸を巻かなくてははいけません(汗)。

皆さま「腕の運動よ～」と言いながら一生懸命に糸を巻かれました。その後は巻いた糸を切り、毛並みを整えてあつという間に完成。皆さまが作ってくださった素敵なリースは早速お部屋の前に飾りました。



これからどんどん寒い日が増えますが、風邪をひかないように気をつけていきましょうね。

グループホーム亀山 千葉 裳羅紗

デイサービス亀山

～クリスマス会～

皆様こんにちは。デイサービス亀山では、少し早めの「クリスマス会」を開催いたしました。利用者様にサンタの顔をチョコレートやクリームでデコレーションしていただき、可愛く美味しいサンタのカップケーキが出来上がりました。クリスマスの壁画は、サンタツリーです。色々な表情のサンタさんになり、「こっちのサンタが可愛い」、「これは困った顔になったわ…」など、皆さんで楽しく作りました。はなまる保育園の児童達にも大好評でした。そして、利用者様と一緒に作ったサンタの飾りを、園児さんにプレゼント致しました。「うわ～サンタさん！サンタさん可愛い」と喜んでいただき、無邪気な笑顔に職員、利用者様も癒されました。今年もあともう少し。体調に気を付けて元気に新年を迎えましょうね。



デイサービスセンター亀山 岡 和枝

なごみの郷 亀山 1月カレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
日付		1	2	3	4	5	6
午前		元旦	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
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	レクリエーション
日付	14	15	16	17	18	19	20
午前	体操	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	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	訪問理容	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	28	29	30	31			
午前	体操	体操	お誕生日会	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			

訪問ヘルパー

～ 2024 年の新たな始まり ～

2024 年は十干十二支で言うと、41 番目にあたる「甲辰(きのえたつ)」の年です。甲(きのえ)は十干(じっかん)の1番目で生命や物事の始まりを象徴し、辰は草木が伸び、形が整い、活気にあふれる様子を表しています。甲辰の年はこれらの成長を更に形作っていく年と言えるでしょう。新たな始まりの一環として、【新サッカースタジアム】“エディオンピースウィング広島“が2月にキックオフを迎えます。このスタジアムはサッカーだけでなく、ラグビーや他のイベントも予定され、世界遺産である厳島神社や原爆ドームなどの観光スポットをはじめ、国内外からの来場者が期待されます。建設中のスタジアムの傍を通るとその大きさに圧倒されますが、これから一度は訪れてみたい場所となりそうですね。

また、新たな始まりのもう一つは、落合 5 丁目(にのみや高陽クリニックビルの斜め向かい)に開設される【看護小規模多機能型住宅】です。この建物の 2 階には、居宅介護支援事業所、訪問看護事業所、訪問介護事業所が一つの場所に集まります。介護保険がスタートして 24 年目を迎える今年、医療・介護・障害のトリプル(報酬)改定が行われ、更なる技術や知識の研鑽が求められます。

利用者様が住み慣れた自宅で不安なく生活していく為に、訪問介護(ヘルパー)の役割を今一度再認識しながら、必要とされる事業所の継続の為に、ヘルパー一体で取り組んで参りたいと思います。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

ヘルパーステーション 今田 幸子

メゾン・クレアなごみ

～メゾン・クレアの冬の彩り～

新年あけましておめでとうございます。

昨年中は、クレアの皆様と関わりのある皆様に大変お世話になりました。コロナ禍の中、入居者様とご家族はお互いに思うように会うことが難しい状況にあるかと思いますが、スタッフ一同は安全を最優先に考えながら、職務に全力で取り組んでいます。

今回の記事では、クリスマスの取り組みについてご紹介させていただきます。少し前のクリスマス、クレアでは初めてとなる大きなクリスマスツリーが登場しました。スタッフの一人が高さ 1.8m の立派なツリーを持ってきてくれて、他のスタッフや入居者の方々の手作りオーナメントで装飾され、華やかな雰囲気が漂いました。入居者の皆様からは「大きいツリーじゃね」、「きれいじゃね」といった感想が寄せられ、クリスマス当日には特別なケーキもご用意し、皆様に楽しいひと時をお届けしました。

これからも、クレアの入居者の皆様がより楽しい時間を過ごしていただけるよう、季節ごとのイベントを企画してまいります。どうぞ楽しみにしててください。新年も引き続きよろしくお願い致します。



メゾンクレアなごみ 松下 あや

グループホーム可部 ～フラワーアレンジメント～

11月26日(日)、2階フロアにて1階利用者様と合同レクリエーションを行いました。

今回の合同レクは「フラワーアレンジメント」を行いました。

「もっと短くしたいね」、「ここはこれじゃあ変なかね?」、「昔、しとったんよ」と話をしながら手元の動きも早く、生き生きとした表情でされるなど皆さま思い思いのアレンジを楽しまれていました。言葉ではなく思いや気持ちが表現できることで穏やかな気持ちになったり、ストレス解消にもなったのではないのでしょうか。

レクを通じて利用者様の表情が生き生きと出来る事をまだまだ探していきたいと思います。今後も、『好きな事』を楽しまれる姿を沢山見せていただきたいと思います。



グループホーム可部 浅田 由美子

～ちから うどんランチ～

みなさん、こんにちは。グループホーム可部では、11月17日(金)に『外食レク』の企画があり、マルナカにある「ちから」で藤本様、市川様、そして特別ゲストとして藤本様の息子様の5人で温かいうどんを楽しんできました。何故「ちから」なのかと言うと、市川様が昔から大好きで良く行かれていたと言う話を聞き、最近寒くなって来たので、体もポカポカ温まるという事でうどんを食べに行こうという事になりました。

市川様は昔からよく食べられていたという天ぷらうどんを選ばれ、藤本様はメニューをじっくりと見て悩んだ末に、うどんではなく肉蕎麦を選ばれていました。

お二人とも美味しく食べていました。食事中は藤本様の昔話を息子様からお聞きし、お二人ともいつもとは違う雰囲気、新鮮な気分を味わっていただき、良い『外食レク』が出来ました。



夜勤明けで駆けつけてくださった藤本様の息子様に感謝です。ありがとうございました。今回は市川様の家族様と一緒に食事が出来たらいいなと思います。

グループホーム可部 藤永 奈穂

グループホーム可部 ～ドリミネーション～

11月29日(水)、夕方より平和大通りまでドリミネーションを見に行きました。

当日は天候にも恵まれ、夜でも温かいドライブとなりました。

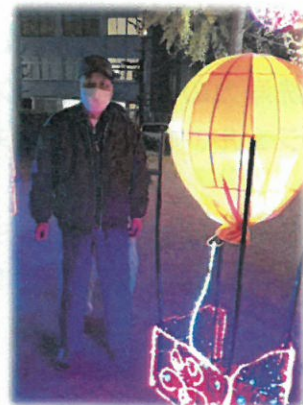
ドライブ当日は、皆様楽しみにされ、「ウキウキ、ソワソワ」と待ち遠しい気持ちになっていました。日が暮れ、いざドリミネーションへ出発です。

夜のドライブは、いつもと景色が違い、「光って綺麗よ」と満面の笑みです。

途中「少し飲み物が欲しいね」と言われ急遽マクドナルドへドライブスルーをしに行く事になり、ホット紅茶やカフェオレを購入し飲みながらドライブしました。平和大通りに到着すると、「うわあ、綺麗、初めて見る」と艶やかなイルミネーションに興奮されていました。

近隣の駐車場へ車を止め、ドリミネーション本番、夜道に気を付けながら散策しました。途中、プロジェクトマッピングでしゃべる木があり、ニコニコ話しかけたり、記念に写真を撮ったりと短い時間でしたがとても記憶に残る良い思い出となりました。

今まではコロナ感染症の為、制限のあるドリミネーションドライブでしたが、今後も状況に合わせてドライブ企画を計画し利用者様・職員ともども楽しめる企画をしていきたいと思っております。



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 1月カレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
日付		1	2	3	4	5	6
午前		「元日」🏮	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
日付	7	8	9	10	11	12	13
午前	体操	「成人の日」	体操	2階 全体往診	体操	体操	体操
午後	レクリエーション	お誕生日会	レクリエーション	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	14	15	16	17	18	19	20
午前	体操	体操	体操	体操	体操	1階 歯科往診	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	体操	体操	1階 全体往診	理美容	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	"NANA"さん	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	2階 歯科往診	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

～乾燥肌～

乾燥肌とは、肌の水分・皮脂が不足して潤いがなくなっている状態で、ドライスキンとも呼ばれます。肌の水分を保持するバリア機能が崩れ、肌から水分が蒸発して潤いを失うと、カサカサの乾燥肌になってしまいます。また乾燥肌は、悪化すると痒みや湿疹、細菌感染などの肌トラブルにもつながります。原因はさまざまですが間違った生活習慣で、無意識のうちに肌を乾燥させてしまっている可能性も！？スキンケア、食事、入浴などを見直すことで乾燥を予防するとともに、体質改善を行うことも大切です。

～乾燥肌の改善・予防～

◎洗顔後入浴後は時間をおかず、肌が水分を含んでいる状態で、ローション、クリームなどで水分油分の補給を！

◎クレンジング選びでは界面活性剤が多く配合され、洗浄力の強いオイルクリームタイプではなく、ミルク、ジェル、ローションタイプがおすすめ！

◎たんぱく質やビタミンなど栄養バランスの良い食事をとること。食事からとる栄養は肌の状態に大きな影響をもたらします。

◎適度な運動を行い、汗をかくことで肌の保湿に良い作用をもたらします

◎入浴では熱いお湯に長時間浸かるのは×。肌の潤い保持に必要な皮脂が流れ出てしまいます。

～おすすめの入浴法～

- ・湯船の温度は40℃以下に設定
- ・入浴時間は10分程度
- ・保湿成分配合の入浴剤を入れる

★40℃のお湯では物足りないよ～という方多いと思います。そのような時は、炭酸入浴剤を入れるといいでしょう。体感温度が2℃程上がります。

スキンケア、入浴法、食事、生活習慣を見直し健やかな肌を目指しましょう！！

医務室 内海 亜紀

1月のお誕生者様

氏名	生年月日	年齢	氏名	生年月日	年齢
古武 セツコ 様	大正14年01月25日	99 歳	上田 明男 様	昭和12年01月06日	87 歳
中本 博 様	大正15年01月05日	98 歳	有安 重宜 様	昭和12年01月13日	87 歳
能仁 貞祥 様	昭和05年01月29日	94 歳	梅田 昭子 様	昭和12年01月18日	87 歳
三上 一孝 様	昭和05年01月30日	94 歳	中原 正臣 様	昭和12年01月20日	87 歳
河本 美奈子 様	昭和06年01月05日	93 歳	久野 和枝 様	昭和13年01月08日	86 歳
日浦 久子 様	昭和06年01月21日	93 歳	橋本 郁 様	昭和13年01月21日	86 歳
佐伯 道恵 様	昭和07年01月05日	92 歳	脇坂 ハツ卫 様	昭和14年01月01日	85 歳
油目 美津子 様	昭和07年01月06日	92 歳	藏田 幸子 様	昭和14年01月09日	85 歳
武田 美登里 様	昭和07年01月26日	92 歳	田中 貴代子 様	昭和16年01月15日	83 歳
高下 正勝 様	昭和08年01月04日	91 歳	藤井 正子 様	昭和16年01月16日	83 歳
佐々木 利明 様	昭和08年01月06日	91 歳	岩田 紘美 様	昭和16年01月23日	83 歳
三吉 ヒトミ 様	昭和09年01月01日	90 歳	柳川 コシ卫 様	昭和17年01月05日	82 歳
鈴木 久子 様	昭和09年01月02日	90 歳	藤井 雅史 様	昭和17年01月25日	82 歳
前原 昇 様	昭和09年01月28日	90 歳	垣本 繁子 様	昭和17年01月27日	82 歳
大杉 定男 様	昭和10年01月27日	89 歳	鎗分 禮子 様	昭和18年01月04日	81 歳
吉田 忠義 様	昭和11年01月01日	88 歳	武田 禮子 様	昭和19年01月15日	80 歳
山崎 マツ子 様	昭和11年01月01日	88 歳	望月 明子 様	昭和21年01月04日	78 歳
三木 正 様	昭和11年01月26日	88 歳	角田 小波 様	昭和23年01月02日	76 歳
滝口 知和子 様	昭和11年01月26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5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	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



< 健康経営宣言 「健幸まるごと応援団」 >

にのみやグループ正仁会は、地域住民と職員が心身ともに健康で、個性や能力を最大限に発揮することが、グループの発展につながると考えています。もちろん目指すのは健やかで幸せな生活。でも仮に疾病を抱えたとしても、その人らしく生きていく…。「まるごと」とは地域住民、職員、その家族、グループに関わる全ての人の生活を指します。そんな全ての人が健やかに幸せになれるライフスタイルの実現に向けて、グループのパワーが一体となってトータルなサポートを行っていきます。

さらには、我々の健康に関する様々な活動を通じて、「まるごと」から世の中の全ての健康づくりに資し、社会に貢献していきます。

あとがきではないけども…

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）、プウランジャヌウアリ（インドネシア語）、タンモット（ベトナム語）、2024年辰年の到来だ。

旬の冬野菜は白菜、大根、ニンジン、ほうれん草、小松菜、ブロッコリー。魚介類は寒い海域で水揚げされるものでホタテガイ、牡蛎、ホッケ、サケ、マグロなど、果物では柑橘類（ミカンや伊予カン）、リンゴ、梨などが旬。お正月シーズンは、お節料理などのごちそうやお酒などを摂りすぎて内臓がダメージを受けるかも知れない。寒い季節でもあるため、免疫力が落ちて風邪もひきやすくなるので、特に旬の食材から栄養を吸収したいところ。

さて、2024年も色々な行事が予定されているが、広島を中心とした地域や、我々の生活に影響のありそうな話題を挙げてみた。

まず、1月7日、NHK大河ドラマ「光る君へ」が始まる。千年の時を超えるベストセラー「源氏物語」を書き上げた紫式部の人生を描くドラマで興味深い。1月12日から2月10日は4年に一度のアジア各国の代表チームによって戦うサッカーの国際大会、AFC アジアカップ 2023 がカタールで開催される。森保ジャパンが3大会ぶりの王座奪還なるか、注目している。1月14日、尾道市の「尾道福屋」が閉店する。新型コロナウイルス禍に伴う売上高の減少が響いた様子。JR尾道駅前に位置し、住民や観光客が利用してきたが、25年の営業に幕を下ろすことになった。また、同日に島根県唯一の百貨店、松江市の一畑百貨店も業績悪化により閉店する。どちらもwith コロナから観光客も増え、イベントやお祭りもかつての日常を取り戻しつつあったので、閉店が惜しまれている。

2月、広島市中央公園にサンフレッチェ広島の本拠地となる28,520人収容の新サッカースタジアム「エディオンピースウイング広島」が開業する。国際平和都市広島に、野球のZoomZoomスタジアム以来、ふたたびスポーツの熱気と感動がやって来る。世代や国をこえて、人が集い、楽しみ、歓喜し、憩う…。サッカースタジアムと公園が融合する新しい感動共有拠点。それは街に賑わいをもたらし、笑顔の花を咲かせ、大きなエネルギーとなるだろう。平和記念公園が「平和を祈る場」であるならば、その北側に位置するスタジアムは「賑わいと活力を発信する場」として、広島市のみならず広島県全体の活性化につながっていくだろう。開業が待ち遠しい。

3月16日、北陸新幹線の金沢駅と敦賀駅間が延伸開業する。関東からのみならず、広島から富山方面への移動時間も短縮されるため、旅の選択肢が広がっていく。3月29日はプロ野球が開幕する。2024年のカープのキャッチフレーズは「しゃ！」。勝者になるという強い意志を持って「がむしゃ

ら」に戦い、「しゃにむに」勝つことを考え、「よっしゃ！」をファンとともにつかみ取る。ロゴも、「しゃ！」の雄叫びとともに、高つき上げる拳がデザインしており、勝利の予感でワクワクする。

4月末、広島スカイレールが廃止される。山陽本線の瀬野駅と隣接するみどり坂団地の1.3km、高低差約200mを約5分で結ぶ。モノレールとロープウエーが一体化された国内唯一の鉄道路線であるが、こちらも残念ながら赤字が続いていることが廃止の理由だ。一度は乗ってみたいと思っていたので寂しい。

5月7日、ロシアのプーチン大統領の任期が満了するので、この日までにロシア大統領選挙が実施される。凶らずもアメリカの大統領選挙も11月に実施されるため、今後のロシアとウクライナ情勢への影響も踏まえ、世界中が注目している。

6月、2023年に広島で開催されたG7サミットがイタリアで開催される。広島開催からの流れを受けてどんな内容になるのか注目している。

7月、隣県松山市の「道後温泉本館」の保存修理工事が終了する。一部営業をしながらの工事であったが、全館営業が待ち遠しく、しまなみ海道経由でドライブがてら行ってみたいところ。そして20年ぶりにお札（日本銀行券）のデザインが一新される。様々な高度な新技術が採用され、偽造は不可能と言われている。肖像画の人物は皆さまご承知の渋沢栄一（1万円）、津田梅子（5千円）、北里柴三郎（千円）。残念ながら小生の肖像画は採用されなかった。

8月2日、フランスのパリで夏季オリンピックが開幕。続いて28日はパラリンピックが開催される。これも楽しみだ。

9月、自由民主党総裁の岸田文雄首相の総裁任期が終了するため総裁選挙がそれまでに実施される。広島県出身の4人目の総理大臣となって3年となるが、今後の動向が大いに気になるところ。

12月1日、広島マリーナホップが閉館する。2005年のオープンから20年を迎えるにあたり、定期借地権契約の満了が理由とは言いが…。跡地は、車をテーマにしたエンターテインメント施設として、屋内で電気自動車カートレースをはじめ様々な体験ができるほか、アウトドアも楽しめる野外イベントや食の催しなどが予定されている。新サッカースタジアムに続く広島の集客拠点として2027年の開業を目指しているという。

以上のようにワクワクするようなこと、一方で寂しく感じる事など、2024年も様々な出来事が予定されているが、ポジティブな解釈と判断を以って、よき一年間に仕上げたいもの。新たな年の節目を迎え、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6年スローガン

“一人ひとりの笑顔をつなぐ みんなの笑顔がなごみの誇り”