

# おたっしやかわら版

## 卯月



### 認定証

(大規模法人部門)

法人名 **社会福祉法人正仁会**

貴法人は、従業員の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践する「健康経営」の取組が優良であると認められました  
よって、ここに「健康経営優良法人 2024 (大規模法人部門)」として認定します  
経済産業省及び厚生労働省と共に、今後一層取組を推進されることを期待いたします

2024年3月11日

日本健康会議



2024  
**健康経営優良法人**  
Health and productivity

健康経営優良法人 2024

大規模法人部門

優良法人認定

(“あとがきではないけども…”を

ご参照ください)

## なごみ新聞

# 262

もくじ

2P..... 副施設長から  
 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..... メンクレア  
 16~17P..... グループホーム可部  
 18P..... 専門家の知恵  
 19P..... 3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

# 2024年4月号

## 三澤副施設長から

「新年度始動！～新たな変容と利他の心を携えて～」

2024 年も 3 か月が経過し、いよいよ新年度の幕開けを迎えました。ご承知の通り今年度は医療・介護報酬の同時改定がおこなわれ、介護報酬の改定率は全体でプラス 1.59%となりました。現在の物価高や人件費の高騰という側面からみると物足りなさは否めませんが、我が国の経済状況を踏まえると致し方ないのかもしれないかもしれません。改定に伴う内容について大まかには医療との連携強化や尊厳の保持を目的とした虐待防止への取り組み、介護職員の処遇改善、LIFE(科学的介護情報システム)の活用・深化などが挙げられます。そして新たにチームによる認知症ケアへの取り組みや生産性の向上(ICT 機器の導入による業務の効率化や働きやすさの追求)を評価しています。本改定にあたり、基本報酬ならびに各種加算単位数の増加に加えて居住費の増額(令和6年8月以降)が図られたことから、利用者様におかれましては費用の増額となりますことを何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。

さて、“なごみの郷”においては今年度、介護報酬改定だけではなく以下の 3 つの様変わりを予定しています。

まず 1 つ目は介護報酬改定内容の「生産性の向上」に大きく関わってくるのですが、従来の ICT 機器を大幅に刷新いたします。具体的にはケア記録システムの変更により、各職員が 1 台/1 人のスマートフォンを携帯し、タイムリーにケア記録を入力することができる環境となります。また音声による記録も可能であるため記録業務効率化が期待できます。合わせて利用者様ごとに睡眠状況やバイタル(心拍・呼吸)が遠隔から確認することが可能となる見守り支援機器(センサーおよびカメラ)の導入により、利用者様の安心および安全確保の向上を目指していきます。現在、ケア記録システムと見守り支援機器の実装と連携に向けて準備を進めているところです。

2 つ目は、多床室の個室化となります。プライバシー保護と感染症拡大防止を目的に 4 名居室と 2 名居室内をパーテーションで仕切りを設けることで、個室的な環境でご利用いただけることとなりました。すでに工事は完了しており、部分的に使用を開始しています。利用者様からも「部屋が良くなったね～」との声を頂戴しております。面会制限の折、多くのご家族の皆様には直接ご覧いただく機会が設けられず残念ではありますが近々のうちに何らかの形でご確認いただけるよう善処したいと考えています。

3 つ目は制服の刷新となります。開設から 22 年余り愛用してきましたがこの度、ケアスタッフが中心となり着心地や機能性、ファッション性を総合的に勘案した上で新たな制服を選定いたしました。制服が変わることにより心理面において気分の高揚や仕事への意識、自己肯定感の高まりなどが期待できると言われています。年度替わりを機に、大きく変容する“なごみの郷”となりますが、利用者様と職員の幸福を両立していく上でしっかりと機能させていく所存です。

最後に今春、入職の学卒新人職員 3 名(ケアワーカー:男性 1 名・女性 1 名、管理栄養士:女性 1 名)についてご案内いたします。まず先日(3/18)、学卒新人職員 3 名のうち 1 名(女性)が卒業したトリニティー医療・福祉専門学校の第 26 回卒業式にお招きいただいたことに触れておきます。その卒業式の中で彼女は卒業生代表として答辞を述べる大役を担っていたのですが、教職員の先生方をはじめ学校の仲間、そして親御さんへの感謝の気持ちを自身の言葉で堂々と伝える姿にたいへん頼もしさを感じた次第です。もちろん彼女だけではなく、これから“なごみの郷 LIFE”を共に歩む 2 名の学卒新人職員においても、自分たちの輝かしい未来を信じて相応に心に期するものがあると考えます。そんな彼らに“なごみの郷”は最大限に応えていく使命と責任があることは言うまでもありません。その過程において既存の職員はもちろんのこと、これから社会人として成長を果たしていく上で利他の精神をいかに携えるかが肝要と思われれます。

マザーテレサは「他人のために何かをすることが、真の幸せへの道である」と教えています。この教えは、私たちが他人と共感し、他人のために行動することの大切さを示しており、対人援助職の神髄とも受け取れます。ともすれば忘れがちなこと多い私たちですが、新年度を機に改めて利他の心を携えて互いに助け合える良好な人間関係のもと、ご利用者の豊かな生活創りに貢献できるよう努めていきたいと存じます。今年度も皆さまからのご指導・ご鞭撻よろしくお願い申し上げます。

特別養護老人ホームなごみの郷  
副施設長 三澤 広隆

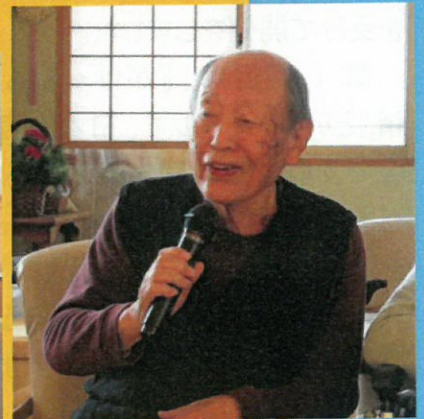
# 集いの時間



春の訪れを心待ちにしている今日この頃ですが今年はゆっくりと暖かくなっており、季節の変わり目を存分に感じられているような気がします。

さて、ケアハウスではコロナ禍も明けたことでちょっとした楽しみの時間を作りたいと考え、その思いに賛同して下さった、なごみの郷居宅介護支援事業所の井川ケアマネジャーのご協力をいただき、みんなで集まって何か楽しい事をする会、名付けて『集いの時間』を企画しました。

初回の2月7日(水)と2回目の3月13日(水)は皆様にカラオケを楽しんでいただきました。コロナ禍以前は、毎週水曜日にカラオケの時間を開催しておりましたが、約4年振りのカラオケに、皆様、少し緊張されているご様子でした。



そんな空気を一新させてくださったのが、昨年9月に入居された瀬田徳之様でした。普段のお声も優しくて素敵なのですが、歌声は力強く、そして感情豊かで素晴らしいものでした。聴くところによると、“フラワーフェスティバル”や“西条の酒祭り”の会場で歌ったことがあるとの事で納得の歌唱力でした。

他入居者様もタンバリンやマラカスを振りながらウツリと聴き入っておられました。「こんなに素敵な歌を聴かせてもらえると思わなかった」、「次は裕次郎をお願いします！」と何曲もリクエストをされていました。



ケアハウスの皆様におかれましては、コロナ禍の間、様々な制限があり我慢をしていただいた事も多かったと思います。これからは、カラオケ以外にも手芸や料理など皆様の要望を伺いながら月に一度のちょっとした楽しみの時間を一緒に作っていかれたらと考えております。

事務 大林 佳世

## あいあいねっと

# ちょっぴり笑えて、ためになる講座と映画鑑賞会をしました！！

“あいあいねっと”では、2024年1月より、『みんなで考えよう！心豊かな暮らし～ちょっぴり笑えて、ためになるお話と映画～』と題して、ミニ講座と映画上映会を3回ずつ計6回開催してきました。普段は、家事や介護などの家庭の事情や健康面等の理由で遠出や外出しにくい方も、近隣で楽しめるイベントに参加することで、地域の人と交流を深め、明るい気分になり、心豊に暮らすきっかけができるのではないかと考え、マイクロン財団の助成を受けて開催をしました。

第1回目は、『がけっぶち！？日本の台所事情』というタイトルで、日々の食生活に役立つ、安全で安心な食に関する情報を学びました。普段食べている豆腐を購入するとき、何に注目して豆腐を選ぶべきか…。その行動が地球を守り、世界も変えて、私たちの暮らしを守ることもつながると感じるお話でした。第2回目は、『お終活～熟春！人生、100年時代のすごし方～』の上映会を開催しました。笑いあり、涙ありのストーリーで、家族の温かさや大切さを改めて感じました。第3回目は、『あなたも狙われている！？特殊詐欺』と題して高齢者をターゲットにした特殊詐欺の手口の実態と被害にあわないための対策を安佐合同法律事務所の代表弁護士原田さんにお話していただきました。第4回目は、『老後の資金がありません』の映画上映を行いました。定員を超える115名の方がご参加くださいました。お互いを認め合い、人とのつながりを大切に、助け合いながら暮らしていけたら、お金がなくて不安を感じることも少ないのではないかと思う内容でした。映画は、「食と農の映画祭」でお世話になっている、サロンシネマ様にご協力いただき上映しました。上映前に、映画の見所なども解説いただきました。どの映画も、心に元気をもらえる内容で、参加者からも大変好評でした。

(第5回目と第6回目の開催の様子は、来月お伝えいたします。)

講座後のアンケート調査では、楽しめてためになる講座を引き続き行ってほしいとの声が多くありました。そこで、4月以降も「ちょっぴり笑えて役に立つ講座」の開催を企画する予定です。どうぞお気軽にご参加ください。

あいあいねっと 増井 祥子



第1回「がけっぶち！？日本の台所事情」の様子



第3回「あなたも狙われている！？特殊詐欺」  
会場の様子



第4回 映画上映  
「老後の資金がありません」  
サロンシネマ様の挨拶

みなさまこんにちは！春の訪れと共に、自然界が新たな息吹を吹き込み始めました。この季節の変わり目は、寒暖差など、健康に影響を与える要素も多く含んでいます。特に、心と身体への意識が高まるこの時期です。そこで、今回は認知症予防の重要性についてお伝えしたいと思います。

まず、“認知症”と“物忘れ”の違いを理解することから始めましょう。“物忘れ”は一時的なもので、例えば何を食べたかを忘れても、食べたこと自体は覚えています。一方、認知症では日常的な記憶や認識、思考、判断能力が影響を受け、食べたこと自体を忘れることがあります。

そこで、以下に認知症を予防するための3つの重要なポイントをご紹介します。

① バランスの良い食事を心がける。

バランスの良い食事は、身体や精神の健康を維持し、認知症のリスクを低減するのに役立ちます。野菜、果物、穀物、良質なタンパク質を含む食事を心がけましょう。

② 適度な運動を心がける。

運動をすることは、心身の健康を促進し、認知症のリスクを減らすことが示されています。ウォーキング、水泳、ヨガなど、楽しみながら続けられる運動を見つけて取り入れましょう。

③ 社会活動に参加する。脳に刺激を与え、認知症の予防に役立ちます。外出して友人と会ったり、趣味を楽しんだりすることで、脳を活性化しましょう。

桜も咲き、暖かくなってきました。外出しやすくなった今が、散歩や友人との集まりを楽しむ絶好の機会です。健康な生活習慣を身につけ、認知症予防に努めましょう。

居宅介護支援事業所 原岡 千佳

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59回 4月19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：クラフト作成、お菓子作りなど…

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：廣森・田中

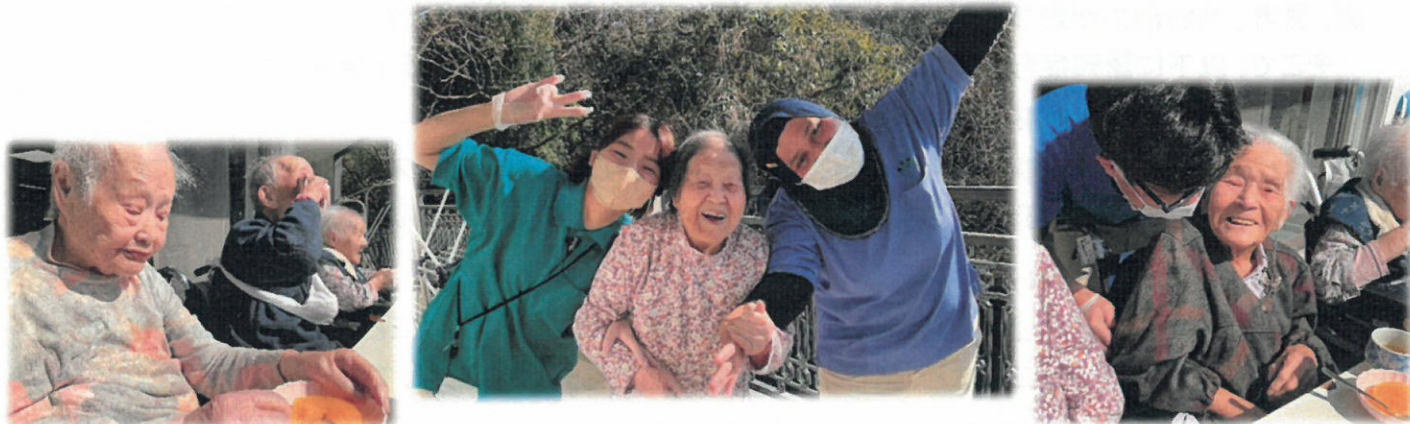


第60回 5月10日（金）13：00～16：00（毎月第2金曜）

# 特養3階

## ぽかぽかお茶会

皆様、こんにちは。日中は温かいものの、夜になると寒くなりますが、いかがお過ごしでしょうか。さて、今回は3階でお天気の良い日に緑を見ながら、お茶会を開催しました。参加された皆様は、「まあ、あったかい。」「ぽかぽかじゃ。」「美味しいねえ。」とお茶やお菓子を楽しみながら会話をされ、とても楽しまれた様子でした。特に、一人のご利用者様は、「昔、畑作りをしていた時、お昼ご飯はこんな感じで、ぽかぽかだったよ。」と、貴重な思い出を共有してくださいました。



今後も、ご利用者様が心温まる思い出を作れるようなイベントやレクリエーションを企画し、実施していきたいと考えております。皆様にとって、楽しい時間や有意義な交流の場となるよう、スタッフ一同、努めてまいります。また紹介させていただきますので楽しみにしててくださいね。

3階 持永 妙香

# 特養4階

## チョコ作り！

皆様こんにちは。過ごしやすい季節になってきましたがお変わりなくお過ごしでしょうか。

先日4階ではチョコレート作りを行いました。利用者様に果物を切る係、チョコレートに乗せる係と分担してお手伝いをしていただき、とても楽しそうに作業を手伝って下さいました。

徐々に出来上がっていく工程を見ながら「早く食べたいね、美味しそうじゃね」等と話声が聞かれてました。出来上がりを皆さんにお配りするととても美味しそうなお表情をされ喜ばれていました。

今後も引き続き色々な企画を考えて皆様に楽しんでいただきたいと思います。



4階 川中 まり子

# 特養 5階 ~プリンアラモード作り!~

皆さんこんにちは。3月になりましたが、まだまだ肌寒い日が続きますね。

さて、5階では2月15日にプリンアラモードを作りました。パインやみかん、ホイップクリーム、チョコソースなど様々なトッピングを用意しました。

プリンをお皿に盛り付け、それぞれデコレーションしてもらいます。「どれくらいかけていいの?」「うまくできるかね?」「果物たくさん入れようかな」等、真剣な表情でデコレーションされました。

できあがったプリンアラモードを見て、皆様嬉しそうな表情が溢れておりました。甘い物は笑顔になりますね!

また季節に合わせたお菓子作りも企画していくので、楽しみにしててくださいね。



5階 尾岩 由理

## デイサービス落合 ～今年度も宜しくお願いします～

春の気配をようやく感じられるようになってきましたね。とはいえ寒の戻りもあり、まだまだ気温の変化が激しくもありますが、体調を崩されている方はおられませんでしょうか？私は、お天気の良い暖かい日は嬉しい反面、花粉症にずいぶん悩まされています。

さて、令和6年度、新年度のスタートです。デイサービスセンター落合も数人の職員の入れ替わりがあり、新体制で今年度を迎えました。一年を通して色々なイベントを行ってまいります。

まずは、『母の日会』に始まり、『七夕会』や『敬老会』、『年末お楽しみ会』など大きなイベントに加え、これまで以上に利用者様に寄り添い大いに楽しんでいただけるレクリエーションも計画しております。また、日常の中でも間もなく咲く桜の下でお花見をしたり、秋には紅葉を見ていただいたりと、四季折々の自然も感じていただきたいと思います。

日々、利用者様が楽しめ、笑顔で元気に生きがいを感じながらお過ごしいただけるよう、デイサービスセンター落合の職員全員で頑張ってお参りますので、ご期待くださいませ。

満足 信頼 楽しみ 安心

元気 チーム 一丸 喜び

幸せ お届けします

癒し 生きがい

笑い

デイサービス落合 千々和 敦子



# デイサービス落合

## ～春のお茶会～

皆様こんにちは。いかがお過ごしでしょうか？

だんだんと暖かくなり春を感じる日も増えてきましたが、デイサービス落合では、去る3月1日、2日と春の訪れを前に「お茶会」を開きました。

当日、いつもはおやつを食べる 15 時に、職員がお茶を点て、とっておきの和菓子と一緒に召し上がっていただきました。皆さま、「ひさしぶりに飲んだよ。」「嫁入り道具として、持ってお嫁に行ったんよ。」「昔は、主人にお茶を点てていたんよ。」など、たくさんのお話をして下さいました。



新茶が出る時期になりました。抹茶や緑茶には、がん予防や高血圧、糖尿病などの生活習慣病の予防に効果があるとされています。是非、新茶でおいしいお茶を飲んでみてくださいね。

デイサービス落合 西村 美里

### デイサービスセンターなごみの郷 落合 4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	レクリエーション	レクリエーション
備考					春ランチ	春ランチ	春ランチ
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							
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		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
備考							
日付	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				
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

## ～ひな祭り会～



早いもので令和6年も3ヶ月経とうとしていますね。世間一般ではこの時期を「去る」(※一月往ぬる二月逃げる三月去る)と表現しますが本当にその通りだと感じ、身の回りの日々の移り変わる早さを感じている今日この頃です。この度デイサービス可部では3月5日に「ひな祭り」会をさせていただきました。最初は桃の節句のお話、雛飾りのお話をしました。そのあとは「ひな祭りゲーム」を行いました。ゲームの内容はお雛様に当てない様ように鬼の的に鉄砲の玉を当てていきます。のぞき穴から狙いを定めるも中々当たらず悔しい表情をされているもおられました。



当たった瞬間には笑顔が溢れ「やったー！！」と利用者様全員で喜びました。当たらなかった時も同様に「わー残念！集中、集中」と言われ真剣な表情を見せてくださる利用者様も…。

その後は皆さんと記念撮影をさせていただきました。職員がお雛様、お内裏様のパネルから顔を覗かせると皆様笑顔になられて、素敵な写真を撮らせていただきました。



これからだんだんと温かくなっていきますね。体に気をつけて楽しく過ごしましょう！職員一同お待ちしております。

デイサービス可部 佐々木 貞子

# デイサービス可部

# ～職員紹介～



このたびデイサービスセンターなごみの郷可部に異動してまいりました。

ご利用者のみなさま、職員のみなさまと、明るく楽しいデイサービスにしていきたいと思ひます。どうぞよろしくお願ひいたします。

岡 和枝



3月よりデイサービスセンターなごみの郷可部に異動してきました。デイサービスで勤務するのは初めてで慣れないこともたくさんありますが、利用者様からたくさんの元気をいただいております。利用者のみなさまに楽しんでいただけるデイサービスとなるよう頑張っていきたいと思ひております。よろしくお願ひいたします。

原 喜美子

よろしくお願ひします！



2月からデイサービスセンターなごみの郷可部に異動してきました、看護師の山田晃子です。デイサービスでのお仕事は初めてですが、皆様が安心して楽しく過ごしていただけるようお手伝いできればと思ひていますので、何か体調の変化や不安なことなどありましたら教えてください。よろしくお願ひします。

山田 晃子



## デイサービス可部 4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・よがんぎ体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操
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	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操
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・よがんぎ体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操
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	21	22	23	24	25	26	27
午前	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操
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	28	29	30				
午前	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操	ラジオ体操・ストレッチ 脳トレ・よがんぎ体操				
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

## ～平田正夫様誕生日～

みなさん、こんにちは。気が付けばあっという間に3月になりました。暖かい日もあればまだまだ寒い日が続いていますが、いかがお過ごしでしょうか。

3月1日 平田正夫様が91歳のお誕生日を迎えられました。

事前に娘様から焼き菓子とお饅頭のプレゼントが届き、当日にはお孫様からメッセージカードや、ひ孫の写真も届いており「嬉しいねえ。かわいいえ」と何度も見返し、喜ばれていました。

職員からはマグカップとお饅頭をプレゼントさせていただきました。大好きなお饅頭がたくさん食べられますね！美味しいコーヒーも一緒に飲みましょう。

平田正夫様にとって素敵な1年になりますように職員全員で祈っています。



グループホーム 亀山 間賀田 知美

## グループホーム 亀山

## ～防災訓練～

2月20日、グループホーム 亀山では日中の火災を想定した消化訓練と避難訓練を実施しました。今回の訓練はグループホームだけでなくデイサービスや、はなまる保育園の職員も交えて実施をしました。訓練自体はそれぞれ緊張感を持って、スムーズに初期消火・避難誘導ができたのではないかと思います。しかし、万が一、本当に火災が発生した際には訓練通りには動けません。訓練の振り返りでは迅速かつ的確に命を守るためには何をすべきなのかを確認しました。

これから先、大きな地震が来るともいわれています。火災だけではなく自然災害にも目を向け、利用者様の安全を担保できるよう、常日頃から防災について意識しなければならないと感じた訓練でした。



グループホーム 亀山 三宅 克

皆さまこんにちは。春の訪れを感じる今日この頃、いかがお過ごしでしょうか？

2月にはバレンタインデー、3月にはホワイトデーとチョコレートやクッキーなどのお菓子をプレゼントする時期が続き、中には食べきれないほどのチョコレートをもらった方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

グループホーム亀山でも、時期を合わせてバレンタイン会を開催しました。職員から皆様に日頃の感謝を込めてチョコレートの詰め合わせのプレゼントをさせていただきました。入居者様から「今日はいつもとチョコが違うね、何かあった？」と不思議がられているご様子でした。職員が「バレンタインですよ。」と伝えると、「そうだったね、特別なチョコで美味しいよ。」と笑顔で応えて下さり、皆様に満足していただけたと思います。

また、ある入居者の方からは、「戦時中にアメリカの兵隊からもらったチョコの味が忘れられんのよ。今まで食べたチョコの中であのチョコが一番おいしいと感じる。これもおいしいけどね。」と昔を思い出し、お話しをしてくださいました。

これからも皆様に喜んでいただける企画を準備しますので、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

# デイサービス亀山

# ～ひな祭り会～

梅や桃、桜が咲いていると「わ～っ！春だなあ！」と、ほんわかした気持ちになるこの頃ですが、皆さん元気にお過ごしでしょうか。デイサービス亀山では、毎日春にちなんだ歌を歌ったり、その音楽に合わせて体操をしています。春の歌と言えば「あかりをつけましょぼんぼりに～でお馴染みの」「うれしいひなまつり」という歌がありますが、ある利用者様から、「この歌は3番まであるんよ」と教えていただいた際には驚きました。みなさんご存じでしたか？

「ひな祭り会」ではゲーム大会で楽しんでいただきました。どれだけカップに入れられる？お寿司取り放題ゲームや順番に棒を引いて赤色の棒が沢山出た方が勝ちとなる、シンプルですが大変盛り上がる、おみくじゲーム。日頃とても静かな、ご利用者様が赤色の棒を引き当てると「やったぜ！」と大きな声で喜ばれ、他の利用者様は「にた～っ」とお得意な笑顔になっていました。スポンジ積み木ゲームでは、バランスが崩れ10個以上積み上げるのが難しく皆さん「あ～あ～」と言われながら何度もチャレンジされておられました。ひな祭り会では11個が最高記録となりました。また「お雛様とお内裏様」に見立てた可愛らしいおやつは「カワイ子ちゃんじゃねえ」と喜んで召し上がられ楽しんで頂きました。さて、まだまだ寒暖差がございます。どうか皆様ご自愛くださいませ。



デイサービスセンター亀山 松尾 佐江子

### なごみの郷 亀山 4月カレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
日付		1	2	3	4	5	6
午前		お誕生日会	体操	2F全体往診	体操	なな美容	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
日付	7	8	9	10	11	12	13
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	14	15	16	17	18	19	20
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	21	22	23	24	25	26	27
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	28	29	30				
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				
日付							
午前							
午後							

## 訪問ヘルパー

### ～引っ越しで考えたこと～ 断捨離のすすめ

春爛漫、外に出るのが楽しい季節になりました。4月といえば新年度の始まりの月でもあります。ヘルパーステーションも4月に、今の事務所から新しい事務所へお引越です。新しい事務所は高陽クリニックビルの隣にできる看多機(看護小規模多機能型居宅介護)の2階にあります。

引っ越しに伴い、必要なもの・廃棄するものを取捨選択しましたが、結構な量の廃棄物ができました。事務所も家も同じだと思いますが、少しずつの物でも年月が経てば溜まって捨てるのも大変です。年に一度の大掃除改めて必要だなと感じました。訪問している利用者様も「捨てられない」といわれる方は多く、捨てる、捨てないは悩み多き問題です。もったいない、また使うかもという気持ちは決して間違いではないのですが、「自分にとって必要なもの」に向き合うことも大切なかもしれません。年度変わり新たなスタートを切るこれからのいい季節にぜひ荷物等の見直しをしてみませんか？

新年度からは制服も新しくなるということで、スタッフ一転頑張りたいと思います。せっかく身軽になったので、新しい事務所はミニマルオフィス(※機能性を重視し、 unnecessaryなものを省き、シンプルで整然とした環境)を目指します！(ハードル上げすぎ?)

ヘルパーステーション 上坂 奈美

## メゾン・クレア ～これまでの感謝と新たな挑戦～

令和6年3月までメゾン・クレアなごみの管理者を務めさせていただいた山本浩一です。平成29年4月に松林施設長からお声掛けをいただき、7年間にわたりこの責務を果たしてまいりました。施設開設し、当初からの利用者も数名利用頂いておりますが、これまで約170名の方々に利用いただきました。時が経つのは本当に早いもので、開設してからクレア職員(看護師、ヘルパー等)と共に努力し、利用者の快適な生活をサポートしてまいりました。様々な問題に直面しましたが、ご家族の理解と協力があつたおかげで乗り越えてまいりました。これまで正仁会職員や恵正会の皆様にも多大なご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

この間、社会の大きな変化として4年前からの新型コロナウイルスの流行がありました。長期間にわたって面会制限を行わなければならない等、当施設だけの問題ではないとはいえ利用者様・ご家族の方には大変なストレスを強いることになりました。また施設内感染の発生にも最大限の注意を払わなければならなかったわけですが、幸いにも当施設入居者の感染は令和5年7月に2名の入居者が軽い発熱だけで陽性となるにとどまりました。職員の感染者は時々出たのですが、どうやらそれを利用者さまにまで持ち込むことにはならなかったのではないかと考えています。感染の蔓延は管理者として一番気を揉むところなのですが、大きな影響が出なかったことにはホッとしています。とはいえ、自分自身も今年1月末に初めて新型コロナ陽性となりましたし、また人的規模の大きな特養では最近でもクラスターが発生しています。これから先も終息することのない感染症として引き続き注意していかなければと考えています。

私は65歳定年を迎え、管理者の職務を離れますが、引き続きパート勤務職員として活動する予定です。また、隣接地に開設される看護小規模多機能ホームにも関わり、地域の活動に貢献してまいります。これからもよろしく願い申し上げます。

メゾン・クレアなごみ 山本 浩一

## グループホーム可

## ～ひな祭り会～

皆さんこんにちは。去る、3月3日(日)に『ひな祭り会』をしました。

当日、桜餅を買いに行くと、ショーケースの前で雛ケーキを購入する親子連れの大行列がありました。ひな祭りと言えば桜餅というイメージでしたが、そこでは桜餅がどこにあるかわからないほど、お饅頭や大福と一緒に他の商品の横にひっそりと置かれていました。今ではひな祭りと言えば「雛ケーキ」という時代なのだと、少し驚きました。

とはいえ、グループホーム可部の利用者の皆さんは、桜餅を「美味しいねえ」「良い香りだね」と喜んでくださいました。

桜餅を食べる事が難しい利用者様には、中のこし餡を召し上がっていただきました。餡だけが、ちゃんと桜餅の香りがしました。

桜餅の香りでみなさんに、少し早い「春」を感じていただく事が出来ました。

春を感じたあとはカラオケ大会となり、歌が好きな方が多いので、とても楽しい時間となりました。少しずつ暖かくなり、楽しい企画も盛りだくさんです。次回もお楽しみに。



グループホーム可部 澤田 里知子

## ～杉田 サツエ様 お誕生日～

3月6日(水)、杉田サツエ様は98歳のお誕生日を迎えられました。

以前「焼き肉が食べたいねー」と話された杉田様。当日は、ご希望通り可部の焼肉センターにランチを食べに行きました。現地で、家族様と合流し、メニュー表をご覧になると「どれも美味しそうじゃ。」と笑顔で話されました。その際、長男様から「母から焼肉が食べたいと話を頂いた時は、まだまだ肉を食べる元気がある事を知れて嬉しかったですよ。」と話されました。

注文したお肉を待っている間に、お嫁様からお誕生日のメッセージカードとズボン、長男様からはお花とメッセージカードをプレゼントされました。プレゼントを見られ「こんなにもありがとう」と笑顔で話されました。注文したお肉も到着し、焼いていくと「本当に久しぶり、良い匂いだね～」と笑顔満面になりました。ご飯と一緒に肉を食べられると、「美味しい、美味しい」とどんどん食べられ、一人前のお肉もあっという間に完食されました。長男様より「一緒に98歳のお誕生日を祝えて良かったです。」と喜んでいただけました。これからも楽しく元気に過ごして行きましょうね。



グループホーム可部 國本 拓



# グループホーム可部 ～市川 八重子様 お誕生日～

市川八重子様は普段から今日は何月何日ですか？と問うと「3月1日は私の誕生日よ」と言われるほど、ご自身の誕生日をととても楽しみにされています。そしてこの度、楽しみにされていたお誕生日がやって来ました。日頃からご自分の年齢を数え年でお答えになられる市川様は「今日で90歳」と笑顔で教えて下さいました。

午後から娘様がお祝いに来られました。心のこもったプレゼントを受け取られて、お話も弾んで和やかな時間を一緒に過ごされました。

おやつの時間には、利用者様全員でバースデーソングを合唱しお祝いをさせて頂きました。

市川様が「ありがとね」とお礼を言われると、「誕生日をみんなで祝うのはええねエ！」、「私も3月が誕生日なんよ」と皆さんで楽しそうな会話が弾んでいました。

美味しいケーキとステキな笑顔とコーヒーの香りに包まれた時間をありがとうございました。

市川八重子様89歳のお誕生日おめでとうございます！90歳の誕生日会も楽しみにしています。



グループホーム可部 川口 潤子

## グループホームなごみの郷 可部 4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	2階 全体往診	お花見ドライブ		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	7	8	9	10	11	12	13
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	14	15	16	17	18	19	20
午前	体操	体操	1階 全体往診	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
日付	21	22	23	24	25	26	27
午前	体操	体操	2階 歯科往診		体操	体操	体操
午後	レクリエーション	レクリエーション		理美容"NANA"	レクリエーション	レクリエーション	お誕生日会
日付	28	29	30				
午前	体操	「昭和の日」					
午後	レクリエーション	レクリエーション					

## 専門家の知恵

### ～コミュニケーションをとるために～

生活をしていく中で、人とコミュニケーションをとることは欠かせません。新型コロナウイルス感染症が5類感染症に移行となった今日、家族、恋人、友達、ご近所さん、職場の同僚、スーパーの定員さん、病院の看護師さんなどなど、人と話をする場面が増えてきています。

ところが、「目が見えにくくなった」「耳が聞こえにくくなった」「ことばが出にくくなった・理解しにくくなった」「体が動かしにくくなった」場合、人とのコミュニケーションが少なくなる傾向にあります。外出せずに家に引きこもってしまったり、家族としか話さなかったり、あるいは誰とも話さなくなってしまうといった方もいらっしゃいます。新聞やテレビも見にくくなれば、これは「人と交流する」という人生の楽しみが減少するだけでなく、今の社会の情報が入らず、認知症のリスクが高くなります。

こんな時に役立つのが「コミュニケーション支援用具」です。これは色々な障害によって妨げられたコミュニケーションを復活させたり、手助けしたりするための道具や機器であり、障害の特徴に合わせて、様々な用具を使い分けることができます。

コミュニケーション支援用具の例を、いくつか紹介させていただきます。

#### ● 目が見えにくい方に向けて

- ・ 拡大鏡(ルーペ)…文字を大きく表示します。
- ・ 音声出力商品…時計、血圧計、体重計などの中には、時刻や測定結果などを、画面に表示しつつ、音声で読み上げる機能を持ったものがあります。
- ・ コンピュータ読書機…本や書類の文字をスキャナで読み取り、音声で読み上げてくれます。

#### ● 耳が聞こえにくい方に向けて

- ・ 補聴器、集音器、音量増幅装置…音を大きくします。
- ・ テレビの字幕…テレビの機能として一般的になりました。
- ・ 携帯電話のメール機能…昔はFAXが主流でしたが、今はLINEなどが活用されています。

#### ● ことばが出にくい・理解しにくい方に向けて

- ・ コミュニケーション・ノート…自分がよく使うことばなどを、1冊のノートに文字や絵、写真などでまとめたものです。

#### ● 体が動かしにくい方(声を出したり字を書いたりすることが難しい方)に向けて

- ・ パソコン…数個の押しボタンで操作したり、視線を動かしたり瞬きをすることで文字を入力したりするようなものが開発されています。

科学の進歩に伴い、便利な道具が開発されています。けれどどんなに科学が進歩しても、自分の気持ちを完璧に伝えたり、相手の気持ちを完全に理解できたりするような道具は生まれません。道具はあくまでも補助であり、「こんな風に言ったらわかりやすいかな」「こんなことが言いたいかな」と、相手に気を配りながら接することが、コミュニケーションの基本であり醍醐味でもあります。どんな時も、思いやりの気持ちを大切にして、人と接していきたいですね。

言語聴覚士 山本 有紀恵

# 4月のお誕生者様

氏名	生年月日	年齢	氏名	生年月日	年齢
湯浅 節子 様	大正13年04月01日	100 歳	東 弘光 様	昭和12年04月01日	87 歳
下野 ヒデコ 様	大正14年04月19日	99 歳	武田 照子 様	昭和13年04月30日	86 歳
竹本 ミツエ 様	昭和03年04月30日	96 歳	原 富恵 様	昭和16年04月25日	83 歳
上田 郁子 様	昭和05年04月08日	94 歳	丸本 津紀子 様	昭和16年04月27日	83 歳
沖野 幸子 様	昭和07年04月10日	92 歳	下石 佳雄 様	昭和19年04月29日	80 歳
宮本 郁夫 様	昭和07年04月09日	92 歳	中土井 シズエ 様	昭和22年04月28日	77 歳
吉松 良子 様	昭和09年04月17日	90 歳	一木 徳男 様	昭和22年04月24日	77 歳
藤元 忠彦 様	昭和09年04月08日	90 歳	井出 セツコ 様	昭和23年04月19日	76 歳
小畑 保 様	昭和10年04月01日	89 歳	水口 照子 様	昭和25年04月09日	74 歳
加川 愛子 様	昭和11年04月01日	88 歳	田中 弥生 様	昭和27年04月08日	72 歳
喜田 しほり 様	昭和11年04月14日	88 歳	山根 敬子 様	昭和34年04月06日	65 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6年2月度

日付	摘要	収入	支払	差引残高
2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…

4月、卯月、英語で書くと「April」エイプリル、メーサー(カンボジア語)、ブウランアプリル(インドネシア語)、タントウー(ベトナム語)。4月は年度替わりでもあり、気候も心地よく新しい季節の到来を感じさせてくれる節目の月。多彩で美味しい食材や行事が豊富な月だ。春の訪れを告げるさまざまな野菜や魚介類、そして新鮮な果物が市場や料理に活気をもたらしてくれる。

まず、旬を迎える春野菜の代表格である新たまねぎや新じゃがいも。新たまねぎは甘みが強く、生でサラダや薬味として食べたい。一方、新じゃがいもは、ホクホクとした食感で、ポテトサラダや煮物などにするのがいい。また、春キャベツや菜の花、アスパラガスもこの時期に美味しさが増す。栄養価も高く、ビタミンやミネラルが豊富で、我が家の食卓によく登場する。そして、桜の季節でもあり、桜の花を使った食材やスイーツも多い。桜餅や桜の花を使った和菓子は、春を感じる味わいがある。また、果物ではイチゴが主役。4～5月はイチゴが旬の時期であり、甘酸っぱくて香り高く、生で食べるのが一番。その他にも、春らしい爽やかな風味の柑橘類やキウイフルーツも外せない。マックの「春はテリタマ」のテリタマバーガーも楽しみだ。

また、行事やイベントも多彩。桜の花見が行われ、友人や家族と一緒に桜の美しい景色とともに会食を楽しみたい。また、新年度が始まる時期でもあり、入学式や入社式が行われる。新たな一歩を踏み出す人々が多く、出会いや挑戦の始まりを祝う行事で盛り上がる。いい季節だ。

さて、時は3月中旬。毎年この時期は、土手の土筆を観ながらのジョギングや散歩で季節を感じるのが小生の楽しみのひとつ。しかし今シーズンは生憎、1月21日(日)に痛めた左ひざ半月板損傷の影響で、ここ最近、おとなしくすることを余儀なくされており、運動どころではない状態…(涙)。従って、土筆の状況を全く把握できていなかった。当日は「全国都道府県対抗男子駅伝競走大会」が開催された日で、小生がそれを見た後、性懲りもなく、選手気分でお巻いた…。レース後の平和公園の様子を見たくて、自宅からそこまでハッスル。これまで、多少の左ひざの違和感を覚えてはいたが、その日は「自分もまだまだ若い。現役に負けてなるものか」と自答しながら走っていた。ある程度の無理をするのはいつものことだが、自分に負けまいと、「こん畜生」と心の中で叫びながらのそれであった。これを自分は「こん畜生精神」と呼んでいるが、この日は、自分が自分の左ひざに引導を渡したようなもので、まさに自爆。帰りはまともに歩行できない状態(ビッコ)になっていた。以来、安静とともに治療に通いながら約2か月が経つ。ジョギングできず、ウォーキングできず…。ストレスが募るばかりの今である。だからここ最近、自分がイライラすることが多く、心のバラ

ンスも崩れているように自覚している。先日、ようやくリハビリのため、ウォーキングだけは再開したところ。でも、「いつ完治できるのだろうか」と暗中模索の中、土筆散策で気持ちを持ち逸らすものの不安いっぱいなのが本音だ。こう考えると、やはり、心と身体のバランスを上手に保って健康を維持し続けていくことが大切で、それを改めて実感しているこの頃である。

そんな折の3月11日(月)、我々の社会福祉法人正仁会が健康経営優良法人2024大規模法人部門において、優良法人認定を受けたので報告したい。

健康経営とは、近年、注目されている考え方で、会社が職員の健康管理を経営の課題としてとらえ、積極的に健康増進に取り組むこと。職員の健康増進を図ることで生産性の向上や組織の活性化が期待でき、サービスクオリティも向上して利用者の満足度アップにもつながっていく、と言われている。経済産業省が健康経営を推進していて、健康経営に係る各種顕彰制度として「健康経営優良法人認定制度」を創設している。優良な健康経営に取り組む法人を公表し「見える化」することで、職員や求職者、関係企業や金融機関などから「従業員の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に取り組んでいる企業」として社会的に評価を受けることができるのだ。

少し前までは、健康管理は従業員個人が実施するものと考えられていたが、職員の健康保持や増進が企業全体のパフォーマンスに大きく影響することが明らかになった現在では、健康経営の実施は単なるコストではなく会社を成長させる投資であるとされ、健康経営に取り組む企業が増加しているのが現在である。

だから、我々の法人の健康経営における取り組みが評価され、大企業法人部門で「健康経営優良法人」の認定を受けることができたのは、喜ばしく誇らしいことである。全国で大企業部門にエントリーした企業は3,520社で、優良認定をうけたのは2,988社、広島県内では43社しかなく、その内、社会福祉法人は4社で、正仁会はその中のひとつだ。この名誉な認定を受けたことは、我々の企業文化と価値観の証明であり、また、職員一人ひとりの健康と幸福を大切にする姿勢の表れでもある。

今後、健康経営は、正仁会の活動においても重要な要素で、職員の健康と幸福が法人の成長と成功に直結していることを理解し、健康経営をさらに推進し、職員が安心して働ける環境を提供していくことで、持続可能な成長と社会への貢献を目指していこうと考えている。

小生も、この流れに乗って、自身の膝の回復とともに、健康の増進に努めたく思っております。皆さまと一緒に…。

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](mailto: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”