

おたっしやかわら版

交月



なごみ新聞 265

もくじ

2P.....	副施設長から	12~13P.....	亀山
3P.....	ケアハウス	14P.....	香多機ホーム
4P.....	あいあい通信	15P.....	訪問ヘルパー
5P.....	居宅介護支援事業所	15P.....	マンクレア
6~7P.....	特別養護老人ホーム	16~17P.....	グループホーム可部
8~9P.....	テイ落合	18P.....	専門家の知恵
10~11P.....	テイ可部	19P.....	6月のお誕生者さま



社会福祉法人 正仁会

2024年7月号

6 月に入って以降、厳しい暑さが続いておりますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。今月以降は熱中症をはじめ体調管理に一層の注意が必要とされる時期にもなります。こまめな水分補給や十分な休息（睡眠）などを心がけながら元気に今夏を乗り切っていただきたいと思います。

さて特別養護老人ホームなごみの郷では、この4月以降に ICT（情報通信技術）機器の大幅な刷新をおこなったことは4月号でもご紹介したところですが現在、介護業界では ICT および DX（デジタルトランスフォーメーション）が急速に推進されています。その背景には介護保険制度の複雑性を伴った深化やケアニーズの多様化、何よりも人材不足および介護現場の魅力向上などの課題が山積していることが挙げられます。これら諸課題の解決の一助と期待されている ICT や DX の利活用がどのような影響をもたらすのかについて少し触れてみたいと思います。代表的なメリットとして、「業務効率化と負担軽減」（記録の電子化により情報の入力や検索、共有が容易になることで、より多くの時間を利用者のケアに割くことができる。）が挙げられます。次に「質の高いケアの提供が可能」（例えば、センサー技術を用いた見守りシステムは、利用者様の動きをリアルタイムで監視し、異常を検知した場合には職員に通知する。これにより、転倒などのリスクを早期に気づきやすくなる。また、AI（人工知能）を活用したケアプラン作成支援システムにより、個々の利用者にも最適なケアプランを迅速に作成することが可能となるなど）とされています。この他には「人材育成と教育の充実」（e ラーニングやオンライン研修により、介護スタッフの教育が充実する。これによりケアスタッフは時間や場所にとらわれずに学習することができる。特に、VR（仮想現実）技術を用いた介護シミュレーション研修は、現実に近い環境での実践的なトレーニングを提供し、新人スタッフの早期育成に貢献する）などが挙げられます。一方、デメリットについては、「高コストと導入のハードル」（経営的な観点から導入およびメンテナンス、更新時の費用など継続的かつ多額費用の捻出が必要）が挙げられます。次に「技術依存と人間味の喪失」（技術革新により、介護業務

の多くが自動化される可能性があり、職員と利用者とのコミュニケーションが減少し、人間味の喪失が懸念される。特に介護は人との触れ合いが最も大切であるにもかかわらず、技術に依存しすぎると心理的なケアが不足するリスクがある）や、「セキュリティとプライバシーの問題」（個人情報情報のデジタル化により、情報セキュリティのリスクが高まる。サイバー攻撃やデータ漏洩のリスクに対して万全の対策を講じる必要があり、これに失敗すると利用者のプライバシーが侵害される恐れがある）などが挙げられます。ICT・DX の導入は、介護業界に大きな変革をもたらす可能性を秘めていることは間違いなく、業務効率化や質の高いケアの提供、人材育成の充実など、享受できるメリットがある一方で、高コストや技術依存と人間味の喪失、セキュリティの問題といった負の側面も存在することを適切に踏まえておく必要があります。なごみの郷においては開設当初より「利用者様に向き合い寄り添えること」を念頭に全人的な関りに努めています。この度の ICT 機器の刷新により、スタッフにおいてはさらなる利便性の向上が期待できるわけではありませんが、最終的に利用者様に還元されなければ本末転倒ということになります。よく言われることとして ICT・DX の導入は業務効率化によりケアの質を向上させるための1つの手段に過ぎず、目的であってはならないことがあります。テクノロジーの進歩により、これからも数多くの ICT 機器が開発されることは必然で、極端な話として10年後は入所施設であって夜間勤務は必要なく、ロボットが担うことになっているかもしれません。しかしながら人と人との繋がりや関りでしか感じ得ない温かみや安心、感動、感謝など人ならではの感性のやりとりこそが介護の本質の1つであると考えます。今後も ICT・DX が及ぼす利便性に甘んじることなく、あるいは負の側面に翻弄されることのないよう常に介護の本質を見据え、利用者様をはじめご家族、地域の皆様に信頼を寄せられるなごみの郷であり続けたいと思います。

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

～梅シロップ作り～



6月6日(木)、『梅シロップ作り』を行いました。梅シロップは夏の暑さや疲労回復にぴったりの飲み物で、昨年作ったものがみなさまに大好評であったため、夏場の飲水量確保のために今年も再挑戦しました。ただ、今年は暖冬の影響で梅が大不作との情報があったため心配していましたが、なんとか無事に美しい青梅を GET することができました。当日は数名の入居者様と一緒に作業を行いました。みなさまの手際がよく、短時間で作業は終わりました。あとは、毎日ビンをゆすってあげるといってお守りは必要ですが、簡単な作業で美味しい梅ジュースをいただくことができます。ニュースで、今夏はラニーニャ現象が原因で猛暑が予想され、観測史上 1 位の暑さになる可能性があるといわれていますが、漬かった梅ジュースを飲んで夏を乗り切りましょう！



～餃子作り～

6月19日(水)、『餃子作り』を行いました。みなさまには、職員が予め準備していた種(豚ひき肉、ニラ、白菜)を皮に包む作業を手伝っていただきました。「具が多いかねえ?」、「皮に水をつけて蓋をするんよ



ね。」と、言いながらあっという間に 120 個の餃子を包み終わり、ホットプレートで焼き上げました。熱々の餃子をほおぼって、おかわりもしていただき、笑顔いっぱいの一と時となりました。「美味しかった〜！」の一言に職員も大満足でした。



事務 三井 由起

あいあいねっと

広島なぎさ中学校で講演会を行いました！！

5月27日(月)、市内佐伯区にある広島なぎさ中学校の3年生200名を対象に、「食品ロスとフードバンク、“あいあいねっと”の活動」についての講演を行いました。広島なぎさ中学校での講演は、今回で10回以上になります。社会問題をテーマに活動をしている団体として、中学校での講演会と“あいあいねっと”での職場体験を毎年行っています。生徒の皆さんは、食品ロスやフードバンクについて調べたり、意見を出し合って学習を深めておられます。以前、この講演がきっかけで、卒業生が“あいあいねっと”までボランティアに来てくださったこともあり、毎年とても素敵なお縁をいただいています。今年も熱心に聞いてくださり、質問もたくさんいただきました。



7月19日(金)「知っておきたい くすりの話！」ミニ講座開催！！

7月19日(金)13時30分から、「もっと知りたい くすりの話！」というタイトルでミニ講座を開催します。講師は、のぞみ薬局の薬剤師、浅野陽子さんです。服用の仕方や管理方法などの基本的なことから、調剤薬局の薬剤師さんをお願いできること、新薬の紹介、薬とサプリメントの違いなど、幅広くお話しいただく予定となっています。場所は、可部3丁目にある“あいあいねっと”の事務所の交流スペースです。店員は40名を予定しています。この講座は、「みんなで考えよう！心豊かなくらし」のミニ講座の第7弾となっており、「こまったを解決する」活動の一環として開催しています。お薬のことで困ったことや疑問に思うことはありませんか？この機会にぜひ、ご参加されてみてはいかがでしょうか？

広島文教大学のボランティアさんのご紹介！！

今年の4月末から、広島文教大学の地域貢献活動を行うゼミに所属する学生数名が、“あいあいねっと”に届く食品の点検(賞味期限や外装の確認)、食品の仕分け、引き渡しなどのお手伝いをしに来てくださっています。ボランティア活動を通して、フードバンクの実態や地域コミュニティーを知り、卒業論文の作成に取り組むそうです。学生の皆さんからは、「たくさんの食品が集まっており、活用団体も多く驚きました。スタッフの皆さんが楽しく仕事されているのが印象的です。」との感想が聞かれました。今後の活動を通して、どんな卒業論文ができるのか楽しみです。忙しい授業の合間を縫って、フードバンク活動の手伝いをしていただき、作業がスムーズに進むので大変助かっています。これをきっかけに、学びが広がること、スタッフ一同嬉しく思います。引き続きよろしく願いいたします。



あいあいねっと 増井 祥子

居宅介護支援事業所 ～6月から10月は水害に警戒を～!

皆さんこんにちは。今回は災害から身を守るための「日ごろの備え」についてご案内します。近年、日本各地では6月から10月にかけて、水害リスクが高まっています。集中豪雨や台風がもたらす洪水被害が懸念されるこの時期、事前の備えが重要です。水害は突然に発生し、大きな被害をもたらす可能性があります。そのため、日ごろからの準備を怠らず、災害に備えることが求められます。

【具体的な対策として】

- ① 地域の水害ハザードマップを確認し、自宅や職場の浸水リスクを把握する。
- ② 避難場所や避難ルートを事前に確認し、避難指示が出た際にスムーズに行動できるようにする。
高齢者や体の不自由な家族がいる場合特別な支援が必要か確認する。
- ③ 重要な書類などの保護
保険証券、通帳などの重要書類は防水ケースに入れておく。
- ④ 非常用物資の準備
非常食、水、医療品、懐中電灯、電池、ラジオ、携帯電話の充電器など

広島市では、災害情報ポータル、避難誘導アプリが提供されていますのでぜひご活用ください。

水害から身を守るためには、個々の意識と行動が重要です。繰り返しになりますが6月から10月にかけては特に警戒を強め、適切な対策を講じて被害を最小限に抑える努力が求められます。

平時から「災害に遭ったら？」と想像し、対策などの備えを行いましょう。



居宅介護支援事業所 大藤 毅虎

認知症カフェ・・・『なごみオレンジ』

グループホームなごみの郷可部では、今年度第3回目の「なごみオレンジ」を開催しました。

当日はグループホームへ入居されている方にも参加していただき、地域の方を含めると4名の方が参加をしてくださいました。

今回の内容は、災害時の備蓄と熱中症対策についての講座を行いました。

改めて災害時にはどんなことを備えていいのか皆様真剣に聞かれました。実際に非常食も食べてみました。熱中症対策では、簡単にできる飲料水を作り飲んでみました。



★次回★

日にち:7月12日(金)

時間:13時から15時

場所:グループホーム可部

<お問い合わせ>

社会福祉法人正仁会

グループホームなごみの郷 可部

TEL:082-819-0505

担当:廣森・田中

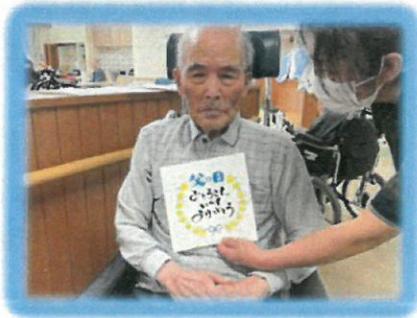
～ 特養 ～

父の日

6月16日(日)は父の日でした。
特養の各階の男性利用者様の写真を撮らせていただきました。
職員から、「いつもありがとうございます」と声掛けると、ニッコリ笑顔が見られました。足浴をしていただいたり、おやつは暑い時期になってきたので、アイスをお出しました。
リラックスしていただけたでしょうか？



3階 山田 佳穂



デイサービス落合 ～父の日会～

デイサービスセンターなごみの郷では、去る6月13日(木)と14日(金)の2日間、「父の日会」を開催しました。本来であれば6月16日(日)の当日にできれば一番良いのですが、日程の都合上早めの開催とさせていただきます。

今回の「父の日会」では、幼少の頃に誰しもが行ったことのある懐かしい遊びを取り入れて、楽しんでいただこうと「紙ひこうき飛ばし」を行いました。

まずは紙ひこうき作りを行いました。テーブルで一人ひとり、思い思いの紙ひこうきを作っていました。久しく折ったことがなくて忘れたという利用者様もいらっしゃると思い、折り方の見本も各テーブルに置き準備も万端です。しかし「こういう折り方が飛ぶんよ」、「こんな感じで折ってみたけど飛ぶかね」と、皆様しっかりと、自分色に染めた紙ひこうきを仕上げている様子でした。特に男性利用者様のこだわりのある作り込み方は流石の一言。皆様が出来上がるまでに、何度も飛ばしながら試行錯誤されていました。

全員が作り終えて、いざ本番です。作業場とは別に、紙ひこうきを飛ばす会場に移動して一人ずつ飛ばしていただきました。思い通りに飛んだ方、思ったより飛ばなかった方など様々な結果となりましたが、一様に笑顔の溢れるひと時となりました。

「久しぶりに紙ひこうきを折ったけど、結構飛んだよ!」、「もうちょっと時間があればもっと飛ばせるのを作れたんじゃないかね。」と、皆さま負けん気を前面に出して楽しまれていらっしゃいました。

最後に紙ひこうきを持っての記念撮影です。今回の思い出を記録として残させていただきます。

今後も、季節行事を通じて楽しみと季節感を味わっていただければと思っております。次回も楽しみにしてくださいね。



デイサービス落合 林田 崇

デイサービス落合 ～選べるレクリエーションの日～

皆さまこんにちは。デイサービス落合では6月10日選択レクリエーションを行いました。『ハーバリウム作り』『手浴足浴』『カードゲーム』の中から好きなものを選んでいただき、3グループに分かれて行いました。

ハーバリウムでは「簡単で可愛いのができた」手浴足浴では「肌がすべすべ気持ちいいよ」カードゲームでは、ババ抜き・七並べ・神経衰弱など行い「頭の体操になりますね」など色々な感想もいただくこともできました。皆様の嬉しそうな笑顔がとても印象に残りました。次回も楽しみです。



デイサービス落合 後藤 直美

デイサービスセンターなごみの郷 落合 7月カレンダー

日付	日	月	火	水	木	金	土
		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	選択レク	レクリエーション	七夕会	七夕会
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		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	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	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
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		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 ～母の日会～

爽やかな風が心地よい季節となりました。皆さまいかがお過ごしでしょうか。

さて、デイサービス可部では5月11日に「母の日会」を開催しました。日頃の感謝を込めて、ミニゲームとスイーツでお祝いしました。ミニゲームではペットボトル、缶、砂の入ったボールを横一列に並べ、紐の付いた輪っかを取っていくゲームを楽しみました。皆さまは高得点を狙いながら楽しく参加され、大いに盛り上がりました。

ゲームの後は、お待ちかねの“おやつタイム”。この日のおやつはシフォンケーキで、皆さまにお好きなだけ生クリームで飾って楽しんでいただきました。控えめに装飾する方もいれば、たつぷりと生クリームを絞って楽しむ方もおられ、笑顔広いっぱいひと時となりました。「次のイベントもスイーツを！」と甘いものを楽しみにされる方がたくさんいらっしゃいました。これからも、皆さまに笑顔で楽しんでいただけるイベントを企画してまいりますので、ぜひ楽しみにしてくださいね。



デイサービス可部 鈴木 千穂

デイサービス可部

～作品紹介～



田植えも終わり、厳しい暑さが訪れました。最近では、携帯する小さな扇風機や冷たいタオルでクールダウンする光景をよく見ますね。この夏を快適に過ごすためには、暑さ対策に工夫が欠かせません。ぜひ工夫して、この夏を快適に過ごしましょう。

さて、デイサービス可部では、毎月ご利用者様の素晴らしい作品を1階のエントランスに展示しています。今回は素敵な紫陽花が登場しました。皆さまの色鮮やかな作品を楽しんでいただけます。

次回作にもぜひ期待してくださいね！

続く暑い日々に向けて、熱中症にはくれぐれもご注意ください。こまめな水分補給や適切な服装で快適にお過ごしください。



デイサービス可部 鈴木 真帆子

デイサービス可部 7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	七夕会
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						
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	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						
午後	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						
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	28	29	30	31			
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			
午後	レクリエーション	納涼祭	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

～お散歩～

ぽかぽか陽気が気持ちの良いある日の朝、利用者様から「今日は天気が良いね。」「外に遊びに行ったら良いようなね。」「ほーじゃね」と声が聞こえてきました。職員が「午後からお散歩に行きませんか？」とお誘いしますと、「ほんとよ。お日様が呼びよるよー。行こうやー！」と即答されました。今月はそんな日常の一場面をお伝えしようと思います。

外へ足を延ばすと、ゆっくり景色を眺めながら道端に咲く花や綺麗に手入れされている花壇を立ち止まって見られては「色が鮮やかできれいなね。季節を感じるね。」などと話されていました。

日頃から「お宮に行きたい」と話されていた利用者様は近くのお宮に、花がお好きな方はきれいな花をたどりながら歩かれたり、皆さん思い思いの道を散歩されました。

「楽しかったよ。ありがとうね！」と嬉しいお言葉をいただきました。こちらこそ良い運動になりました。ありがとうございました。また、のんびり一緒にお散歩しましょうね。



グループホーム亀山 江口 麻由美

グループホーム亀山

～ミニ遠足～

皆様こんにちは。蒸し暑い日が続いていますがいかがお過ごしでしょうか。

さて、今回は月に1回企画しているイベントでミニ遠足に行った様子をお届けします。

遠足当日は晴天に恵まれ絶好の遠足日和でした。近隣の公園へジュースとお菓子を持って行きました。公園では季節の花がたくさん咲いており、「花が綺麗じゃね！」と眺めながらお菓子とジュースを召し上がっていただきました。ブランコを見つけると「座ってみたい。」と昔を思い出された方もいらっしゃるなど、皆さま思い思いに楽しんでいただけたと思います。また、公園で遊んでいる子に利用者様から声をかけて交流されることもしていただきました。

これからも皆様に楽しんでいただける企画を考えていますのでお楽しみにしてください。



グループホーム亀山 齋藤 沙希

デイサービス亀山

～父の日会～

水田には青々とした若苗が並び、紫陽花の鮮やかさが雨粒に映える季節となりました。

デイサービス亀山の近くには沢山の紫陽花が咲いている道があり、まさに「紫陽花ロード」です。送迎時に利用者様と「うわ～凄い綺麗じゃねえ！」と、この時期のだからこそその楽しみがあります。

6月16日は父の日でしたので、デイサービスでは「社長」札をめがけてボールを転がしたり投げたり置いたりする「社長さんゲーム」をして楽しんでいただきました。

実際にゲームが始まると「こりゃあ、なかなかじゃ…」、「あ～係長じゃ」など言われ、お互い応援されながら大変盛り上がりました。ゲームの後はデイサービス亀山恒例の「父の日ビール風おやつ」です。「これ何?」「もお酒はやめたんよ」と言われておられましたが本物のビールではなくビール風ゼリーであることをお伝えすると、「美味しい!美味しい!」と召し上がられていました。

これからの時期、より暑さは増し、熱中症も懸念されます。お茶ばかり飲めないと思われる時は気分転換にゼリーで水分補給をしてみてください。



デイサービス亀山 松尾 佐江子

なごみの郷 亀山 7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	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	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						
日付	14	15	16	17	18	19	20
午前	体操	体操	体操	3F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	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	こころ往診	体操	体操	体操	体操
午後	レクリエーション						
日付	28	29	30	31			
午前	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			

看護小規模多機能ホーム

笑顔が溢れる2か月、これからも皆様と共に

開設2ヶ月、笑顔あふれる日々

「看護小規模多機能ホーム なごみの郷」は、開設から約2ヶ月を迎え、地域の方々に支えられながら活気に満ち溢れています。正式名称は「看護小規模多機能型居宅介護」ですが、略称である「看多機(かんたき)」で親しまれています。

通い・泊まりの様子

看多機では、通いや泊まりの利用者様が、まるでご自宅にいるかのように、ゆったりとくつろぎの時間をお過ごしいただけます。日中は、デイサービスのように、集団での体操やレクリエーション、個別での趣味活動など、充実したプログラムをご用意しています。



利用者様のペースに合わせた柔軟な対応

小規模ならではの利点を活かし、送迎時間は利用者様やご家族の希望にできる限り柔軟に対応しております。早朝から来設される方、入浴のみで帰宅される方、夕食までゆっくり過ごされる方など、皆様のライフスタイルに合わせてご利用いただけます。

人ひとりの個性を大切に

私たちは、利用者様がその人らしく、個性を活かした生活を送れるよう、職員一同心を込めてサポートいたします。ガーデニングや洗濯物干しなど、個別での活動も大切にしています。



地域に根ざした存在を目指して

通い、訪問、泊まりのサービスを組み合わせることで、ご自宅での生活を支えるお手伝いをいたします。今後も地域に根ざした温かい介護サービスを提供できるよう、職員一同努力を続けてまいります。

なごみの郷で、笑顔あふれる毎日を

看多機「なごみの郷」では、無料見学や体験を受け付けております。まずは当事業所を知っていただくことが大切だと思っております。皆様のご来設を心よりお待ちしております。

看護小規模多機能ホーム なごみの郷 廣木 佑介

訪問ヘルパー

感謝の心を日常に

輝く太陽がまぶしい今日この頃、暑い日が続いていますね。いよいよ夏本番を迎えます。さて、最近私が感じていることをお話しさせていただきたいと思います。

私たちには、感謝を伝える特別な日があります。こどもの日、母の日、父の日、敬老の日、誕生日などですが、皆様はどのように感謝の気持ちを伝えていきますか。日々忙しく過ごしていると、当たり前にあるものや周りの人々のありがたさに気づくことが難しくなりがちです。私自身も、そのような日々を過ごしている一人かもしれません。しかし、つつい忘れがちな“感謝の気持ち”ですが、「ありがとう」の一言を添えるだけで、心があたたかくなるものです。

私は仕事を通して、たくさんの利用者様やその家族様と出会います。その中で、お互いを思いやる気持ちを強く感じる場面を多く見てきました。手紙や贈り物など、感謝を伝える方法は様々ですが、一番大切なのは「その人を思う気持ち」だと感じています。

お子さんからのお手紙や、小さな贈り物など、何気ないけれど心のこもったものがたくさんありますが、最も大切なのは形ではなく、「その人を思う気持ち」なのです。そして、小さな行動でも心を込めて「ありがとう」と伝えることで、思いは必ず相手に伝わります。

家族や友人、同僚、そして利用者様との関わりにおいて、「その人を思う気持ち」を忘れずに、「ありがとう」の感謝の気持ちを大切に、一日一日を過ごしたいと思います。

皆様も「ありがとう」を言葉にしませんか。それが人間関係を豊かにし、日々の生活をより幸せにしてくれるはずですよ。

ヘルパーステーション 宗兼 真由

メゾン・クレア

夏の風物詩・暑さに対する備えを万全に

蒸し暑く、猛暑日が続く本格的な夏の季節がやってきました。広島市の夏と言えば、広島市中区三川町にある日蓮宗の寺院、福昌山慈善院圓隆寺にて、夏の始まりを告げる「とうかさ祭り」が6月7日、8日、9日の3日間開催されました。あいにくの雨模様でもありましたが、「浴衣で来んさい」というキャッチフレーズで、大勢の人が浴衣を着てとうかさ祭りに行かれたようです。私は浴衣と言えば、特養で毎年開催されていた「なごみの郷夏祭り」を思い出します。近年は規模の縮小や中止の年もありましたが、開設当時は一大イベントで、200個ほどの提灯を下げ、数々の屋台、カラオケ大会、神楽、ゲームなどの催しがあり、職員も浴衣に着替えて利用者様と一緒に盆踊りを楽しんでいました。当時は結構大変でしたが、今では懐かしい夏の思い出です。

暑い夏の季節になると、私たちヘルパーが一番気になることは、熱中症のリスクです。利用者様宅へお伺いすると、クーラーや扇風機を使わず、窓も開けてもらえない状態で過ごされている方が結構いらっしゃいます。クーラーや扇風機の風が苦手とおっしゃる方が多いですが、近年の異常気象では猛暑状態です。夜になっても温度が下がらないこともありますので、ぜひ水分補給と共に部屋の環境、着るものや掛物などで調整しながら気を付けていただきたいと思います。訪問時にはしっかりお声がけさせていただきますので、元気に夏を過ごしていただけるようサポートしていきたいと思っています。

ヘルパーステーション管理者 今田 幸子

グループホーム可部 ～らっきょう漬け～



皆さんこんにちは。

グループホーム可部では毎年恒例の行事となった、「らっきょう漬け」をおこないました。

入居者の皆さまには、茹でた“らっきょう”を一粒一粒丁寧に拭き取っていただきました。作業中は真剣なまなざしで「美味しくなあれ。美味しくなあれ」と心を込めて拭いていただきました。その後は酢に漬けて、美味しくなるのを待つのみです。

漬かった“らっきょう”は先日のカレーパーティーで皆さまに食べていただきました。心を込めて作業した甲斐があり、とてもおいしく漬かっていました。

“らっきょう”には様々な健康効果があるとされています。グループホーム可部名物の“らっきょう”をしっかり食べて、これからの暑さを乗り越えていきましょう。



グループホーム可部 藤永 奈穂

グループホーム可部 ～ 仁井フジ江様お誕生日～

皆さまこんにちは！

グループホーム可部では、仁井フジ江様が6月3日(土)に88歳の誕生日を迎えられました。日ごろから「お寿司が食べたいよ」と話されている仁井様の希望を叶えさせていただこうと、誕生日に米寿お祝いをかねて「いっちょう」にお寿司を食べに行きました。

まずはノンアルコールビールで乾杯しました。その後、料理が届くと「わ～私こんなにたくさん食べれるかしら～」と言われながらも「美味しい～こんな美味しいお寿司は、初めてよ！」とあっという間にたべられました。久しぶりの外食に大変喜ばれていました。

グループホームに戻ってからは、みんなでハッピーバースデーの歌でお祝いをしました。プレゼントをお渡しすると「私にこんな良い物ありがとうね。」と言われ笑顔いっぱい喜んでくださいました。

来年のお誕生日も、外出して美味しい物を食べに行きましょうね！笑顔が絶えないステキな1年になりますように！



グループホーム可部 高橋 千寿恵

グループホーム可部

～ランチ会～

皆さま、こんにちは。グループホーム可部では5月29日(水)「カレーパーティー」を開催しました。当日は天候にも恵まれ、風も心地よかったので外での食事会としました。料理が得意な入居者様には野菜の皮むき、カット、材料をフライパンで炒める作業を手伝っていただきました。「昔はよー子どもや孫に作ってあげよったよ。美味しく出来るといいね」と笑顔が溢れ昔話に花が咲きました。ルーを入れて煮込んでいると、フロアにカレーの匂いが広がり「早く食べよーや」と皆さん待ちきれない様子でした。



しっかりと煮込んで完成し、お膳がそろったところで「いただきまーす！」と合掌、皆さま、急に静かになりお喋りを止め食べることに一生懸命な様子でした。

職員が味を尋ねると「自分らで作ると美味しいね。また作ろーや！」と最高の笑顔をいただきました。先日漬けた“らっきょう”も大好評で、皆さま綺麗に完食されました。

グループホーム可部 谷本 彩

グループホームなごみの郷 可部 7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	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	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	「海の日」	体操	1階 全体往診	体操	1階 歯科往診	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	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
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	体操
午後	レクリエーション	レクリエーション	お誕生日会	理美容"NANA"	レクリエーション	お誕生日会	レクリエーション
日付	28	29	30	31			
午前	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			

専門家の知恵

～劇症型溶血性レンサ球菌感染症について

～劇症型溶血性レンサ球菌感染症について～

最近ニュースなどで耳にする機会が増えた「劇症型溶血性レンサ球菌（劇症型溶連菌）」をご存じでしょうか。急速に症状が進み、致死率が高いことが知られています。今年は過去最多のペースで急拡大しています。致死率がおおよそ 3 割とも言われる危険な感染症で、手足の壊死や多臓器不全を引き起こし、ショック症状から死に至ることもあり、【人食いバクテリア】とも呼ばれています。

【感染経路】

一般的な溶連菌は感染しても無症状のことが多く、ほとんどは発熱、咽頭炎、皮膚の発疹などにとどまります。ところが、この溶連菌の中に毒性の強いタイプがあり、皮膚や粘膜から通常は細菌が存在しない筋肉や血液、肺などに溶連菌が入り込むと、劇症型の症状を引き起こします。罹患するのは 30 歳以上がほとんどで、急激に症状が悪化し、発病後数十時間で死に至ることも少なくありません。

がんや慢性呼吸器疾患、糖尿病のある方、ステロイドなど免疫低下させる薬剤を使用している方は発症する危険性が高いとされています。

【症状】

初発症状

咽頭痛、**発熱・悪寒**、消化管症状（食欲不振、吐き気、嘔吐、下痢）、**四肢の疼痛や腫脹**、全身倦怠感、低血圧などの敗血症症状、筋痛など。しかし、明らかな症状がない場合もある。

後発症状

循環不全、呼吸不全、血液凝固異常(DIC)、肝不全、腎不全など多臓器不全を来し、日常生活を営む状態から 24 時間以内に多臓器不全が完結する程度の進行を示す。

【予防】

傷口、打撲部に対する適切な管理

傷口は石鹸と流水で清潔に保ちましょう。その後絆創膏などで傷口を保護しましょう。

水虫、皮膚の潰瘍などの治療

水虫などによる皮膚の感染症があると皮膚のバリア機能が阻害され感染リスクが高まります。また、水虫によるジュクジュクした部位に菌を保菌してしまうと言われています。

体の表面のチェック

入浴前など全身の皮膚の異常がないか確認して下さい。

劇症型溶血性レンサ球菌感染症は**早期発見、早期治療がとても大切**です。上記の初発症状、特に、**四肢の疼痛・腫脹、発熱**などの感染の兆候が見られる場合には速やかに医療機関を受診するようにしましょう。

メゾン・クレア 山地 時雄

7月のお誕生者様

氏名	生年月日	年齢	氏名	生年月日	年齢
丸岡 キクエ 様	大正10年07月20日	103歳	木本 登代子 様	昭和10年07月12日	89歳
瀧村 信子 様	昭和02年07月26日	97歳	廣元 吉子 様	昭和10年07月20日	89歳
熊谷 タツ子 様	昭和04年07月20日	95歳	升原 要子 様	昭和10年07月26日	89歳
山口 裕子 様	昭和05年07月17日	94歳	谷本 實 様	昭和11年07月05日	88歳
応野 平子 様	昭和05年07月20日	94歳	井原 清 様	昭和11年07月12日	88歳
佐々木 栄子 様	昭和06年07月10日	93歳	増田 ミエ子 様	昭和12年07月12日	87歳
内田 宗人 様	昭和06年07月18日	93歳	榎原 増雄 様	昭和15年07月15日	84歳
吉本 義生 様	昭和07年07月15日	92歳	水尻 千代子 様	昭和15年07月23日	84歳
石井 公子 様	昭和07年07月25日	92歳	滝本 岩男 様	昭和16年07月07日	83歳
三上 忠 様	昭和08年07月03日	91歳	中土井 誠治 様	昭和16年07月16日	83歳
亀田 麗子 様	昭和08年07月11日	91歳	岸本 昭 様	昭和18年07月07日	81歳
深見 好枝 様	昭和09年07月27日	90歳	藤本 照且 様	昭和18年07月15日	81歳
寺西 宗子 様	昭和09年07月30日	90歳	岡野 秀規 様	昭和19年07月19日	80歳
宮崎 節子 様	昭和10年07月05日	89歳	上梶迫 省志 様	昭和26年07月21日	73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5月度

日付	摘要	収入	支払	差引残高
5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…

7月、文月、英語で書くと「July」ジュライ、カッカダー（カンボジア語）、プウランジュウリ（インドネシア語）、タンバイ（ベトナム語）、夏本番がやってくる。この時期は、暑さに負けず楽しむための魅力的な要素が盛りだくさん。

そんな夏の食材といえば、何と言っても夏野菜。トマト、キュウリ、ナスビ、ピーマンなど、まさに夏野菜のオールスター。これらをぶち込んだ夏野菜カレーが一番の楽しみ。トマトたっぷりの冷やし中華、ピリ辛のナス炒め、ピクルスにしたキュウリ、そして焼きピーマン…、どれも涼やかで美味しい。

そして、行事は七夕。7月7日に願い事を書いた短冊を竹に吊るし、ロマンティックな夜空に祈りを捧げる。健康や長寿、宝くじ当選など、皆さまざま願い事をとどけてみてはいかがだろうか。

また、海やプール開きのシーズンでもあり、海水浴場などが一斉にオープンし、家族や友人と水辺で過ごす時間が待ち遠しくなる。ビーチボールで遊んだり、サーフィンに挑戦したり、砂の城を作ったりと、楽しみ方は無限大。焼けた肌を冷やすためにカキ氷を片手に、まさに「夏、ここにあり」という感じだ。

そんな7月は夏休みのスタートでもあり、児童や学生たちは一斉に開放感に包まれ、大人たちも休暇を利用してリフレッシュするチャンス。家族旅行やキャンプなどもいいが、時には家でのおんびりと過ごすのも良いだろう。ともあれ日常の喧騒から離れ、心と体をリセットする時間となるだろう。夏バテに気をつけながら、季節の恵みとイベントを存分に楽しんで欲しい。

ところで、小生の心の中でいつも気になって仕方がないことがある。それは、彼方此方で繰り広げられ、決して途切れることのない争い…。そう、世界で勃発する戦争のこと。

世界の国の数は全部で194カ国あり、その中で今現在戦争をしているのは、24の国や集団に及ぶという。割合でいえば12.4%だ。つまり世界の1割以上の国々が争っているということになる。あまりに多くて驚くばかり。

主には中華人民共和国とチベット自治政府、パレスチナ自治政府とイスラエル、トルコとクルド人独立勢力、ロシアとウクライナなど。また、実際にドンパチや殺戮の応酬ではなくとも、スパイが情報収集や破壊工作をしたり、あるいは外交や貿易において圧力的な交渉を行ったりする冷やかな戦いなどを含めるともっと多くなる。

特に、メディアが身近に取り上げるロシアの侵攻によって引き起こされたウクライナでの戦争は、本当に愚かな行為としか思えない。戦争を始めたトップの気持ちは全く理解できない。資源の奪い合いがことの発端なのだろうが、平和的に話し合っただけで済むものを、

力で奪い取るという無分別な考えが根底にあるのだろう。戦争は人を殺すこと、命を粗末にする惨たらしいもので、様々な理由があつてのことではあろうが、その影では多くの人々が犠牲になっている。一部の民は兵士として戦闘を強いられ、相手国の者の殺害を強要され、心と身体に大きな影響をこうむる。子どもたちへは満足いく教育の機会が与えられず、ふとしたことで暴力的な思想に染まる大人になっていく恐れもある。いいことは何一つない。

そんな戦争はなぜ起きるのだろうか。どうしたら平和を守れるのだろうか。そもそも人間は愚かなのだろうか。

争いの当事者たちは言うのだ。「平和のために戦いを続ける」…なんて愚かなことか。何らかが原因で言い争うとき、我々はいつも無意識の内に「自分は正しくて、相手は間違っている」ということを前提に自分の正しさを主張する。だけど、争っている相手も同じ思いの中で自らの正義を主張するので、そこに「争い」が生じることになる。そうすると、争いとは悪と悪とのぶつかり合いではなく、善と善とのぶつかり合いであると言えなくもない。そして、正義の行いであると信じる思いが強ければ強いほど、その主張は激化していく。

したがって、たとえそれがどれほど素晴らしい主義主張であったとしても、客観的に自分たちを見つめる視点を持たない限り、必ず一人よがりの独善となってしまう。そこにいくら崇高な理想があつても、何ら変わることはない。だから争いは助長し、結果、悲惨な戦争が行われていく。

つまり平和だろうが、正義だろうが、何を旗印に掲げようとも同じことなのだ。戦争そのものが、命を奪い取る愚かな行為に他ならない、と認識するべきである。

街や建物が無茶苦茶に崩壊した地獄のような街並みや、小さな子供が血まみれになった痛々しい姿、泣き叫ぶ人々…、そんな映像がしょっちゅうテレビに映し出されるのである。そんな様子、見たくもないし耳にしたくもない。そう思いませんか。想像するだけでも悲しくなってくる…。皆が仲良くし笑顔だらけだったら、どれほど癒されるであろうか。

今年2月にオープンした新サッカー専用スタジアムピースウイングで、過日、初の国際試合が行われた。日本代表が、平和を願う広島で対戦した相手は内戦に苦しむシリア。森保監督は試合前日の記者会見で「平和を考える機会にしてもらえたら」と話されていた。むべなるかな。

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結ぶ みんなの笑顔がなごみの誇り”