

おたっしやかわら版



なごみ新聞

286

もくじ

2P..... 松林施設長から
3P..... ケアハウス
4P..... あいあい通信
5P..... 居宅介護支援事業所
6P..... 特別養護老人ホーム
7P..... テイサービス落合

8P..... 亀山
9P..... グループホーム可部
10P..... メゾン・クレア
10P..... 専門家の知恵
11P..... 看護小規模多機能ホーム
4月のお誕生者さま



社会福祉法人 正仁会

2026年 4月号

松林施設長から ～スポーツの祭典から平和を希求する～

2026年2月に開催されたミラノ・コルティナ冬季オリンピック（2/6～2/22）は、世界中の人々がスポーツを通じてつながり、共感し合う特別な舞台となりました。目標達成の喜びや思わぬ結果の悔し涙には選手一人ひとりの人生物語があり、還暦を迎えた老人の涙腺は、幾度も崩壊の危機に瀕していました。スポーツの祭典のその意義は単なる競技の場にとどまらず、多様な文化や価値観が交錯する現代社会の縮図でもあります。今大会では日本人選手が多くの競技で輝きを放ち、私たちに希望と勇気を与えてくれました。例えば、フィギュアスケート・ペアでは永年の努力が直前の悲嘆を跳ね飛ばして最高色のメダル獲得の結果となりましたし、男子で新星が金メダルを獲得し、その演技後に他国選手と抱き合い称え合う姿は、多くの人々の心に残りました。また、スピードスケート団体女子では、選手同士が支え合いながら困難を乗り越え、チームとして銅メダルを獲得。競技を超えた友情や絆が、感動を呼びました。スノーボードやスキー、その他の競技においても悲喜交々ですが、選手達の努力の結果には惜しめない喝采が送られました。日本の選手達は奮闘し、過去最高の活躍となりました（金5個、銀7個、銅12個）。オリンピックの舞台では、国籍や文化を超えた連帯感が生まれます。勝敗だけでなく、選手たちが互いを認め合い、励まし合う姿は、人間としての根源的なつながりの大切さを再認識させてくれます。競技者の努力や挑戦は、観客や応援する人々の心にも響き、社会全体に「支え合う力」が広がります。この度の大会も、いつも通りの感動のスポーツ祭典になりました。

一方で、世界ではウクライナとロシアの戦争、パレスチナとイスラエルの紛争、ベネズエラへの米国軍事作戦、イランに対するイスラエルとアメリカの攻撃など、暴力の応酬で幼子を含む多くの人命が失われる悲しい現実が続いています。なぜ人類は、同じ地球上で争いを繰り返してしまうのでしょうか。オリンピックが示すような人と人との絆や共感が、現実の世界にも広がれば、戦争や対立は避けられるはずです。今こそ、対話と理解の必要性を問い直すべき時です。

グローバル化と多様化が進む現代社会では、宗教や文化、習慣の違いが顕在化しています。違いを恐れるのではなく、互いを認め合い、尊重し合う姿勢が求められます。

DEI（Diversity; 多様性、Equity; 公平性、Inclusion; 包括性）の考え方は、グローバル社会の下で洗練されてきた考え方だと思います。スポーツや国際イベントは、多様性の価値を体現し、異なる背景を持つ人々が共に未来を築くモデルと

なります。そこには競争はあっても、他者を貶める行為は御法度となるルール（規則・約束）が存在します。当然のことながら国際社会にも国際法という法律の下に、互いを尊重し合うルールがあります。ルール無視の自国第一主義は、結局の所、回り回って自国の損失につながるということがこれまでの歴史的教訓の中からわかっています。さらに私たちの共通資源である地球は、永遠ではありません。形成されておよそ46億年が経過した母なる生命体を可能な限り存続させていくためには環境を保護して大切にしなければなりません。そこでSDGs（持続可能な開発目標）は、地球資源の保護と発展の両立を目指す国際的な取り組みとして打ち立てられました。経済成長や技術革新だけでなく、環境保全や社会的包摂も重視されます。オリンピックの開催地でも、持続可能な都市づくりや再生可能エネルギーの活用が進められ、スポーツを通じてSDGsの理念が広がっています。

私たちが小学生の頃、運動会で赤組と白組に分かれて赤白帽を被って競争をしました。オリンピックの選手も国の代表者として競技に参加します。選手は自らのチームカラーの帽子を被って奮闘し、チームメンバーや国民はそれを応援します。スポーツは、試合が終わったらノーサイドです。自国を発展させるための切磋琢磨は当然あるべき姿ですが、他者・他国を凌駕し、貶め、破壊するための武力攻撃や暴力的な侵略は、グローバル社会には必要ないのではないのでしょうか？

人は誰しも総論では戦争を否定しているはずなのに、この世から戦争がなくなりません。疑心暗鬼に苛まれ、他者を信じることを忘れた人類の世界終末時計は、2月10日に残り85秒となりました。歴史を振り返れば、人類は度重なる紛争や危機を乗り越え、協力と共感によって発展してきました。情報技術の進化や国際交流の拡大は、未来への希望をもたらしています。これからの時代は、違いを認め合い、争いではなく共創を選ぶことが、持続可能な未来への鍵となるでしょう。

長く続く東欧の戦争の影響もあってか、物価の高騰が止まりません。直近、中東で勃発した紛争によるエネルギーインフラの破壊や輸送路封鎖で、エネルギーコストも上昇の一途をたどります。スタグフレーション（インフレと景気低迷）の危機も踏まえ世界経済への影響は計り知れません。

先の大戦から81年、日本はこれまで戦争には加担していません。このことがこれからもずっと続くことを願っています。

2026（令和8）年3月25日

“なごみの郷”松林克典



JKA 補助事業により 車いす対応型介護浴槽を導入しました！

当施設では、2025 年度 JKA(競輪・オートレース補助事業)の支援を受け、車いす対応型介護浴槽を導入いたしました。本機器の導入により、入浴介助時間は約 17%短縮され、入浴関連残業時間半減を達成しました。また、導入後は入浴時の事故も発生しておらず、安全性の向上が確認されています。

ご利用者からは「気持ちよい」「安心できる」との声が寄せられ、職員からも「以前より手間が減り、身体的負担が軽減した」との評価を得ています。

今後も本機器を有効活用し、安全で快適な入浴環境の提供と、職員が安心して働ける環境づくりを推進してまいります。

※本事業は競輪・オートレースの補助金を活用して実施しました。



ケアハウス 手浴 & スクラブ

3 月 18 日(水)にケアハウスの皆様と手浴とスクラブを行いました。温かいお湯に手を浸すと、「気持ちがいいね」、「ぽかぽかするね」と自然と笑顔がこぼれていました。手浴で温まった後は、スクラブで手のひらや指先を丁寧にマッサージしました。スクラブとは、細かな粒子で古い角質をやさしく取り除き、肌をなめらかに整えるケアのことです。血行も促され、手先までぽかぽかと温まり、保湿効果も高まります。最初は少しざらざらとした感触ですが、洗い流すと手がつるつるになり、「気持ちいい！」、「すべすべになったね」と皆様に大好評でした。その後は、ハンドクリームでしっかりと保湿を行い、しっとりつるつるとした手を見て笑顔もさらに増えました。



季節の変わり目で体調を崩しやすい時期ではありますが、皆様が安心して笑顔で毎日を過ごせるようサポートしていきたいと思います。今後も、皆様が笑顔になれる企画を考えてまいりますので、どうぞ楽しみにしててくださいね。

事務 西永 祐子

第18回ミニ講座を開催しました！

2月28日(土)に、第18回ミニ講座を開催しました。今回は、やまだ司法書士事務所の山田陽介先生をお招きし、『知っておきたい「空き家」のはなし』というタイトルでお話をいただきました。前半は、空き家の現状についてのお話。家も年数と共に古くなり、傷みも増えいつかは処分しなくてはならない。でも、思い出もたくさん詰まっているし、財産として子供が受け継いでくれたら…。私の両親もそう思っているはず。実際に相続してわかる思いがけない苦労やコスト。まだ知らない苦労がたくさんあることを知りました。後半の質疑応答では、切実な相談が続々とされました。参加者からは、「空き家になる前に家を処分した方がいいのかな。という気づきができてよかった」、「固定資産税が変わることが知れてよかった」、「空き家と同じく、お米を作っていない田んぼ等まだまだ聞きたいことが多くあります。また教えてもらえる機会があればと思います」「空き家を作らない地域活動や相続に関する問題をより深く学びたい」等の感想が聞かれました。同じ空き家の問題でも、抱

いる悩みや内容は人それぞれ違います。ですが、一人で抱え込まずに、“早めに家族や専門家に相談する”、“地域で知恵を出し合う”ことも解決の糸口につながる可能性があることも教えていただきました。

講師の山田先生、ご参加くださった皆様、ありがとうございました。次回もお楽しみに！！

高齢者世帯を対象とした食料支援のご報告！

昨年11月より行っていた、高齢者世帯を対象とした食料支援を2026年2月末で無事に終わることができましたので、ご報告いたします。この活動は、「広島市生活困難者支援活動事業費補助金」を活用し、生活に困難を抱える高齢者を対象に、お米2Kgを2袋またはパックご飯25食を提供する食料支援です。この活動をするにあたり、安佐北区社会福祉協議会、広島市の社会福祉協議会、民生委員、生活と健康を守る会、広島市くらしサポートセンター、地域包括支援センター、“にのみやグループ”のケアマネージャー等多くの皆様にご協力を賜り、116世帯の方へお届けする



広島市社会福祉協議会さんへ食品の引き渡し



ことができました。感謝申し上げます。提供先の団体より、「お米やご飯を受けとった方は、とても喜ばれていました」とお礼の連絡がありました。世界情勢が不安定な中、長引く物価高に不安を感じる方も多いと思いますが、“あいあいねっと”は、今後も地域の皆様ともに、少しでも住みよい地域づくりを目指してまいります。

“あいあいねっと” 増井 祥子

居宅介護支援事業所 ～「知っておきたい歯とお口のケア」～

先日、口田公民館にて家族介護教室を開催いたしました。今回は、うつのみや歯科の宇都宮誠先生を講師にお迎えし、「一生自分の口でおいしく食べるために大切なこと」について学びました。講義では、そのための「3つのポイント」として、①虫歯にしないこと、②歯周病にしないこと、③意外と知られていない“噛みしめを防止すること”が挙げられました。毎日の丁寧な歯みがきに加え、歯間ブラシの活用や歯科医院での定期的なメンテナンスが欠かせないとのことでした。特に印象的だったのは、「夜の歯みがきが重要」というお話です。就寝中は細菌が増えやすいため、夜はできれば10分以上かけて丁寧に磨くことが理想と教えていただきました。日々の少しの意識が、将来の歯を守ることに繋がります。

また、適切な口腔ケアは虫歯や歯周病の予防だけでなく、誤嚥性肺炎のリスク軽減、味覚の改善、食べる意欲の向上にもつながることを学びました。お口の健康は全身の健康と深く関わっています。痛みや出血、歯の揺れなどの異変を感じた際は、早めにかかりつけ歯科医へ相談することが大切です。

次回の家族介護教室は5月の開催を予定しております。詳細が決まり次第ご案内いたしますので、ぜひお気軽にご参加ください。今後も地域の皆さまの健やかな生活を支える講座を企画してまいります。

また、このたびご講演いただきました宇都宮先生には、貴重なお話を分かりやすくご教授いただき、心より御礼申し上げます。ご参加いただいた皆さま、ありがとうございました。



居宅介護支援事業所 畑 政善

グループホームなごみの郷可部では、先月、今年度12回目となる「なごみオレンジ」を開催しました。今回は、毛糸を使った、たわし作りや、春にちなんだクラフト制作を行いました。

次回の「なごみオレンジ」

★日にち：4月8日（水）

★時間：13時から15時

★場所：グループホーム可部

★内容：クラフト作成など

<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



3・4・5 階



新年度が始まり、早いもので 4 月を迎えました。春らしい暖かな日が増えてきましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。

なごみの郷では、去る 3 月 3 日(火)にひな祭りを行いました。ひな祭りに欠かせない雛人形を設置すると、気づかれた利用者様から「今日はひな祭りだね」といった声が聞かれ、季節の行事を感じただけのひとときとなりました。ひな祭りは女性の健やかな成長や幸せを願う行事とされており、そのお話をすると、「家族が元気に過ごせますように」と、奥様や娘様、お孫様のことを思いながら雛人形に手を合わせる様子も見られ、温かい気持ちに包まれました。

また、ひな祭りといえばちらし寿司ということで、当日は昼食にちらし寿司をご用意いたしました。普段とは少し違う特別なメニューに、皆さま自然と笑顔になられ、「おいしいね」といった声も多く聞かれました。中には「どうしてひな祭りにちらし寿司を食べるのか」を詳しく教えてくださいと利用者様もおられ、会話も弾み、楽しいひとときとなりました。

今回のかわら版に掲載している写真は、職員が段ボールで手作りしたお雛様とお内裏様の顔はめパネルを使って撮影したものです。皆さまにご協力いただき、たくさんの素敵な写真を撮影することができました。その中から選んで掲載しておりますが、まだまだご紹介しきれない写真もありますので、今後はなごみの郷のInstagramでもご紹介していく予定です。ぜひご覧いただければと思います。

インフルエンザの流行や、これからの時期に多くなる花粉症など、体調管理に気を配る日が続きますが、これからも職員・利用者様一丸となって元気に過ごしていきたいと思ひます。



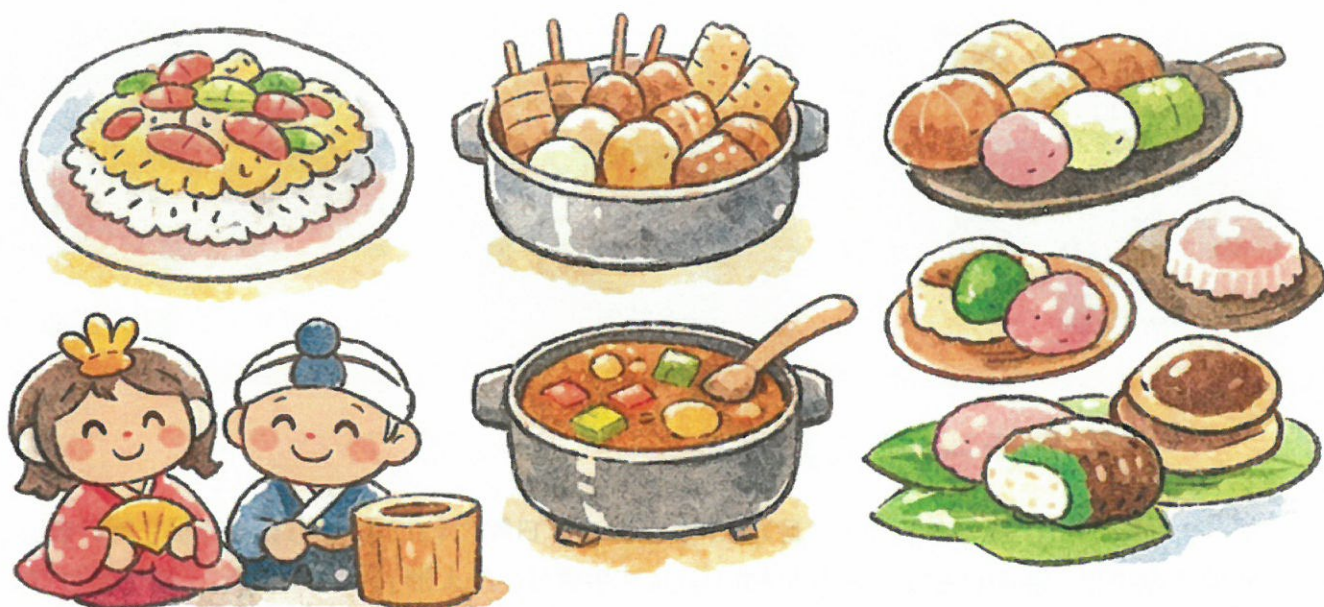
デイサービス落合

～新年度のご挨拶～

皆さま、こんにちは。

新緑がまぶしい季節となり、日ごとに暖かさが増してまいりましたが、いかがお過ごしでしょうか。4月を迎え、新しい年度がスタートいたしました。デイサービス落合でも新たな気持ちで出発し、今年度も皆さまに楽しく、安心してお過ごしいただけるよう職員一同取り組んでまいります。

さて、今年度も皆さまに喜んでいただけるよう、さまざまなイベントを企画しております。敬老の日の行事や年末のお楽しみ会、新年の餅つき大会など、これまで恒例となっている催しについても、「より一層楽しんでいただくにはどうしたらよいか」を職員同士で話し合い、工夫を重ねながら準備を進めているところです。季節を感じながら、皆さまと一緒に笑顔あふれる時間を過ごしていきたいと考えております。



また、食に関するイベントも充実させてまいります。毎年恒例の「お寿司の日」や「おでんの日」に加え、昨年ご好評をいただいた、菜園で育てた野菜を使って皆さまで協力しながら作る「夏野菜カレー」も引き続き実施予定です。さらに今年度は新たな取り組みとして、「和菓子の日」を6月・7月・8月・9月・11月・1月に予定しております。季節に合わせた和菓子を味わいながら、美味しいお茶とともに、いつもとはひと味違ったゆったりとしたひとときをお楽しみいただければと思います。

これからも、日々の活動や行事を通して、皆さまに「来てよかった」、「また来たい」と感じていただけるような場づくりを大切にまいります。ご利用者様同士の交流や、職員とのふれあいを通じて、心温まる時間を積み重ねていければ幸いです。

今年度もどうぞよろしくお願いいたします。

デイサービス落合 寺島 宏之

グループホーム 亀山

～ひな祭り会～

3月3日(火)、グループホーム亀山ではひな祭り会を開き、皆様と一緒に甘酒づくりを行いました。

地元の酒蔵から酒粕をご用意し、板状の酒粕を細かくする方、生姜をすり下ろす方、砂糖で甘さを整える方など、それぞれが役割を持って協力し合い、とても美味しい甘酒が出来上がりました。生姜の香りも良く、多くの皆様がおかわりをされていました。甘酒は「飲む点滴」とも言われています。これからの季節も元気に過ごしていきましょう。



グループホーム 亀山 上田 美紀

デイサービス 亀山

～ひな祭り行事～

デイサービス亀山では、3月2日(月)と3日(火)の2日間にわたり、ひな祭り行事を行いました。

制作活動では、手のひらサイズのかわいらしい「手乗りひな人形」を作りました。「顔は書けないよ」とおっしゃる方もいらっしゃいましたが、いざ描いてみるとそれぞれ個性あふれる素敵なお雛様が完成しました。ゲームレクリエーションでは「ひなあられ飛ばしゲーム」を実施。ひなあられに見立てた星をお内裏様とお雛様に向かって飛ばします。皆様、真剣な表情で挑戦され、成功すると大きな拍手と笑顔が広がりました。おやつには甘酒とひなあられをご用意。「甘くておいしいね」、「もう春だね」と会話も弾み、季節を感じながら楽しいひとときを過ごしていただきました。



デイサービス 亀山 河内 友梨加

グループホーム可部

～ひな祭り会～

グループホーム可部では、3月3日(火)に「ひな祭り会」を行いました。

当日の昼食メニューをご覧になり、「今日はお雛さんなんじゃね。お寿司はうれしいご馳走じゃ」と、皆様楽しみにされていました。

昼食後には、皆様でおやつの桜餅づくりを行いました。「おいしいのができるんじゃね」、「昔はよく作りよったよ」と思い出話に花を咲かせながら、手際よく作業を進めてくださいました。



出来上がった桜餅は、「生地がもちもちしておいしい」、「色も桜色でかわいい」と好評で、一緒にお出したひなあられも「こんなおいしいおやつが食べられて幸せ」と、大変喜んでいただきました。



最後に、ひな人形と一緒に記念写真を撮影し、和やかな雰囲気の中でひな祭り会を締めくくりました。

次はお花見でしょうか？いろいろと楽しみですね。



グループホーム可部 落合 貴子

皆さま、こんにちは。桜の開花の便りが聞かれる季節となりましたが、朝夕はまだ冷え込む日が続いております。新年度を迎え、何かと慌ただしい時期ではありますが、体調はいかがでしょう。

私は、昨年 3 月よりメゾン・クレアなごみにてお世話になっております、村崎と申します。これまで義母の介護のため、2 年間熊本で生活しておりました。地域によって介護保険サービスの内容には違いがあり、熊本でも市外であったため、メゾン・クレアなごみのように多職種が連携し、その人らしい終末期を支えるサービスを提供している施設はありませんでした。

当施設では、看護・介護・その他のスタッフが密に連携し、ご利用者様お一人おひとりの人生に寄り添った支援を行っています。その姿に触れ、私自身、理想とする高齢者看護の形であると感じております。体力の続く限り、精一杯努めてまいりたいと思っております。

さて、私ごとではございますが、最近山登りを始めました。健康維持とストレス解消を目的に始めたものですが、自然の中に身を置くと、日々の悩みが小さく感じられ、心が軽くなるのを実感しています。先日、江田島市の古鷹山からクマン岳に登り、自然に咲くミモザの花に出会い、その美しさに大変感動いたしました。春の訪れとともに、山々にも可愛らしい花々が咲き始めています。まだまだ未熟ではございますが、皆さまのお力になれるよう努めてまいりますので、今後ともどうぞよろしくお願いいたします。



メゾン・クレア 村崎 忍

専門家の知恵

～爪水虫（爪白癬つめはくせん）について～

爪水虫は、白いカビ（真菌）が爪に入り込んで起こる病気です。特に高齢の方に多く見られます。次のような変化はありませんか？

- ・爪が白や黄色に濁っている
- ・爪が分厚くなっている
- ・爪がもろく、欠けやすい
- ・長年変形したままの爪がある

年齢とともに爪の伸びは遅くなり、菌が残りやすくなります。「痛くないから大丈夫」と放置すると、爪がさらに厚くなり、靴に当たって歩きにくくなることがあります。また、ご家族へうつる可能性もあります。

【予防のポイント】

- ・足を毎日丁寧に洗い、しっかり乾かす
- ・同じ靴を続けて履かない
- ・バスマットやスリッパは共有しない

治療には、飲み薬や塗り薬があります。

足の健康は、元気に歩き続けるための大切な土台です。

気になる症状がある場合は、自己判断せず皮膚科へご相談ください。



看護小規模多機能ホーム 【ひな祭り制作とひな祭り会】

今年は春の訪れが早く、梅の花が 3 月には満開になり心弾む季節になりました。

3 月 3 日(火)は女の子の成長を祈ってお祝いする桃の節句ですね。看多機でも利用者様の幸せを願いひな祭り会を開催しました。



数日前から、紙皿や厚紙を使ってたくさんのかわいらしいひな人形を、利用者様と職員が一緒に制作しました。完成した作品はホール内の皆様の目に留まる場所に飾り、ひな祭りの雰囲気を一層盛り上げてくれました。当日の朝には、利用者様お一人おひとりの写真を撮影。女性には手作りの冠を頭に添え、男性には烏帽子を作ってお内裏様になっていただきました。完成した素敵な作品はホールの壁に飾り、皆様で楽しく鑑賞しました。



昼食には豪華なちらし寿司を堪能していただきました。午後からのひな祭り会では、職員がひな人形の歴史についてお話しすると、皆さま真剣な面持ちで耳を傾けておられました。

桃の節句にちなんだクイズや、ひな祭りの歌の合唱も行い、最後には桃まんじゅうと甘酒をご用意。「ああ、美味しいね！」と笑顔であっという間に召し上がられ、少し物足りなさそうな表情を見せられる方もいらっしゃいました。次の節句は、2 か月後の 5 月です。皆さまにとってまた楽しいひとときとなるよう、心を込めて計画してまいります。

看護小規模多機能ホーム 河野 容子

なごみの郷 Instagram も、ぜひご覧ください！



利用者様の日々の様子やお知らせなどを、
Instagram でも随時発信しております。

各事業所のアカウントもございますので、そちらもご注目ください！

@nagominoatosato_



4月のお誕生者様

氏名	生年月日	年齢	氏名	生年月日	年齢
下野 ヒデコ 様	大正14年04月19日	101 歳	岡田 進 様	昭和13年04月07日	88 歳
竹本 ミツ卫 様	昭和03年04月30日	98 歳	武田 照子 様	昭和13年04月30日	88 歳
榎平 羊一 様	昭和05年04月17日	96 歳	田上 賢一郎 様	昭和14年04月01日	87 歳
沖野 幸子 様	昭和07年04月10日	94 歳	香取 博子 様	昭和14年04月14日	87 歳
清水 益枝 様	昭和09年04月01日	92 歳	川崎 洋子 様	昭和14年04月25日	87 歳
小崎 トヨコ 様	昭和09年04月30日	92 歳	丸本 津紀子 様	昭和16年04月27日	85 歳
小畑 保 様	昭和10年04月01日	91 歳	大原 和子 様	昭和18年04月25日	83 歳
行武 満智子 様	昭和10年04月22日	91 歳	泉尾 ハルミ 様	昭和22年04月01日	79 歳
難波 昌枝 様	昭和10年04月23日	91 歳	中土井 シズ卫 様	昭和22年04月28日	79 歳
牧村 香代子 様	昭和10年04月28日	91 歳	井出 セツコ 様	昭和23年04月19日	78 歳
辻 麗子 様	昭和11年04月11日	90 歳	水口 照子 様	昭和25年04月09日	76 歳
喜田 しほり 様	昭和11年04月14日	90 歳	畠堀 和江 様	昭和25年04月22日	76 歳
三浦 安典 様	昭和11年04月18日	90 歳	島津 朋子 様	昭和29年04月25日	72 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!!



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

T e l 082-841-1331 F a x 082-841-1336

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

Email nagomi@nagominosato.jp

(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 8 年スローガン

“一期一会を大切に「会えてよかった」と感じてもらえる 心のケアを”