清華苑だより

はな華

NO.59

２０１９年1月１５日　第５９号
発行：社会福祉法人　三幸福祉会　特別養護老人ホーム　清華苑
発行責任者：施設長　池田昌弘　　編集：広報委員会
〒674-0051　明石市大久保町大窪３１０４番１　TEL 078-934-0800　FAX 078-934-0830　http://seikaen.jp

感謝

謹んで新春の寿ぎを申し上げます

PHOTO　2019/01/2(wed)　　新年会　晴れ着姿のスタッフがご入居者へお屠蘇を振る舞いました

法人公式キャラクターのゴスケ

「クリスマス会」

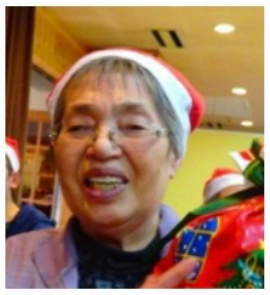
十二月十六日にクリスマス会を行いました。ボランティアの「もりアンサンブル」さんが来苑され、クリスマスメドレーや昔懐かしい小柳ルミ子の「瀬戸の花嫁」や美空ひばりの「真っ赤な太陽」等の楽曲を演奏して頂きました。

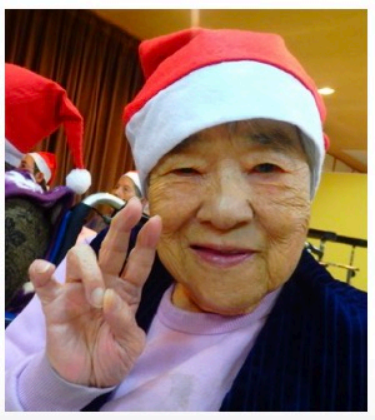
楽器の演奏が始まると感動のあまり涙ぐまれる方や指揮者のように手を動かされる方もおられたり、歌を口ずさまれたりと良い雰囲気でクリスマス会を行うことが出来ました。ボランティアの方が退室される際には「また来て下さいね～。よろしくお願いします」と手を振りながら声を掛けられるご利用者もおられ、とても楽しまれていました。

職員が扮するサンタクロースからプレゼントをお渡しするとすぐにプレゼントのリボンを外され、「まぁ～、こんなのもらえた！」と嬉しそうに笑っておられ、ニット帽やひざ掛け等をその場で被られたり、膝に掛けたりされていました♪

いつもと違う表情を拝見する事が出来て、私自身嬉しい気持になりました。

介護員　井上由紀





「法人合同忘年会　新人スタッフの余興」

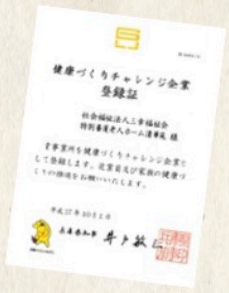
毎年恒例の新入職員による余興ダンスを行いました。今年は「ミッキーマウスマーチ」、「踊るポンポコリン」、そして今年話題になったDAPUNPの「USA」を踊りました。特に「USA」は、苦労しました。テンポが速い上に振り付けも複雑で、これは本当に皆踊れるのだろうかと内心不安でしたが、練習していく内に少しずつ踊れるようになってきました。ですが、課題も多くなり、全員そろっての練習がなかなかできず、どうすればいいか悩んでいたところ、先輩方から「楽しみにしてるよ」「今年は何するの？」「練習すすんでる？」等多くの声を掛けて貰い、期待して下さっているんだな、そして私たちもその期待に応えなければ、とよりいっそう気合いが入りました。本番当日の最後の通し練習から、リハーサルを終えたんだんと緊張が増してきました。そして迎えた本番。大盛り上がりで、大成功をおさめることが出来ました。君の華麗なソロダンス、そしてみんなの笑顔だったと思います。同期の絆もより一層深まったと思います。また、来年のダンスも楽しみにしています。ありがとうございました。

介護員　柏田朝花

職員サークル活動　REPORT「筋トレサークル！」

特別養護老人ホーム　清華苑では平成二十七年十月一日より、健康作りチャレンジ企業として兵庫県に登録を行いました。これは清華苑で勤務する従業員が運動を通した健康づくりの場を整備し、穏やかな生活習慣の普及に寄与することを目的としており、兵庫県より一部助成を受けて三台のトレーニングマシーンを導入してもらいました。

それから週一回程度ライザップを文字ってタイザップなる筋トレサークルを立ち上げ、事業所や部署の垣根無く筋トレに励んでいます。当初は二十名程度の参加がありましたが、最近では五名程度に落ち着きました(笑)　健康な身体は良い仕事をする第一歩です。これからも続けて行きたいと思います。が、近いうちに一人きりになるのではと心配しております。



生活相談員　岩西太一

医務室だより「私たちの願い」

みなさんいかがお過ごしでしょうか。平成最後の年が明け、目標新たに元気いっぱい楽しい事いっぱいの一年であって欲しいですね。さて、風邪やインフルエンザの流行期に入りました。体調を崩していませんか。手洗いうがいを徹底し、バランスの良い食事と十分な睡眠をとるように心掛けましょう。

私は二年任期の特養のサービス評価委員の仕事をして今年三月でようやく任期終了します。兵庫県内の特養を一日見学し、主に良いところを見つけその施設の更なるサービスの質の向上を支援することが目的です。私自身勤務している施設しか知らないので他施設でのいろんな取り組みや思いを聞くことは大変参考になりました。

普段私達が行っている当たり前は、他では普通ではないことや認知症ケアでは正解のないところであの手この手で対応し、励んでいるところは一緒だなあと感じ、そして福祉で働く人達は皆、同じ気持ちを持った人達が集まっていると感じました。

特養は終の棲家です。私たちが普段生活しているのと一緒です。朝起きておはようと挨拶を交わし、ポカポカと陽のあたる窓辺でひなたぼっこをし、テレビをみたりコーヒーやおやつを食べ、たわいもない会話をしたり、お誕生日会やお花見・盆踊りなどうつろいゆく季節と共に行事を楽しんだり、暮れゆく夕陽を眺め「おやすみまた明日ね」と言葉を交わす。何気ない日常がそこにはあります。しかし、その生活の延長線上には最期（死）があります。その方にとって余生を過ごす場所が快適で「ここで良かった」と思ってもらえるような〝家〟であってほしいと思っています。私たちの介助した食事や排泄・入浴が最後かもしれない、その会話が最後かもしれないという思いで関わり、その方から学びを得て行きたいと思います。そのためには他職種連携し、質の高いチームケアが必要です。そして、ご縁があって出会ったご利用者・ご家族・職員がいつも笑顔でいてほしいと願っています。

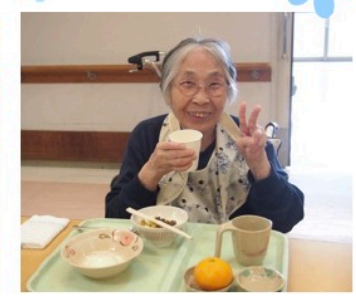
看護主任　大島　さおり

入居者様からのお手紙紹介

天高く馬肥ゆるすみきった晩秋の季節
皆様には御迷惑かけお世話になっています
先日 鍋の会食に舌鼓 美味しく 具材 甘口 味加減
最高で 喜んで頂戴しありがとうございました
今年も後残り少なく 日々過ぎ去る如く暮れて行きます
職員の皆様の御親切に接し 感謝致し候
今後共宜敷く 有難う御座居ました

平成三十年十一月十七日

入居者S様（93歳 女性）



「すき焼き鍋の会」

鍋の会を行いました♪ お鍋はなんと、すき焼きでした！ 徐々に寒さが増してきている今の時期にピッタリですね。
普段の食事ではお酒を嗜むことができないので、お昼時からビールを呑まれたりされ職員やご利用者同士でもたくさんコミュニケーションをとられ上機嫌なご様子でした。
食後に「食べ過ぎたわ～」とお話しされる方もおられ、いつもと違った雰囲気での食事を楽しまれていました。

ボランティア様　ご紹介「よろず会」様

今回の発行より、いつもお世話になっているボランティアの方々を紹介させて頂くこととなりました。
たくさんのボランティア団体の皆様にお世話になっているため、順次ご紹介できればと考えております。
今回ご紹介するのはいつも車椅子の清掃でお世話になっている「よろず会」様です。

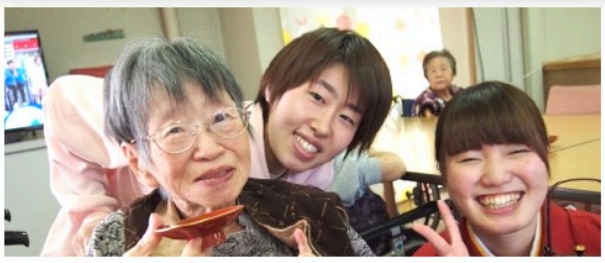
よろず会は、平成十年八月に創立されました。メンバーは、定年を過ぎた六十歳以上の方々で構成されています。団体名の由来は、現役時代に身についた技術を活用して社会貢献したいという想いから「私たちに出来る事なら何でもやります」という趣旨の元、よろず会と命名いたしました。
活動の目的は、会員相互の親睦のもと永く地域福祉の向上をめざす事としています。主な活動場所と活動内容は、特別養護老人ホームで車椅子の点検・修理・蒸気洗浄を行ったり、入浴後の整髪やドライヤーでの髪の乾燥を行っています。また、ひとり暮らしの高齢者宅で庭木の剪定、花壇の植え替え、簡単な日曜大工、不要品の廃棄処分、買い物手伝い、外出補助も行っています。
★主な活動実績(平成二十九年度)
特別養護老人ホーム：六十回・延べ二百二人

★清華苑スタッフより★

よろず会の皆様、いつもご利用者の車椅子を綺麗にして下さりありがとうございます。簡単に落ちないような汚れも落ち、助かっています。
この度、当苑以外でも様々な活動されていることを知り、敬服致しております。今後も月１回お会いできるのを楽しみにしています。

スタッフ紹介
川口琴音　介護員

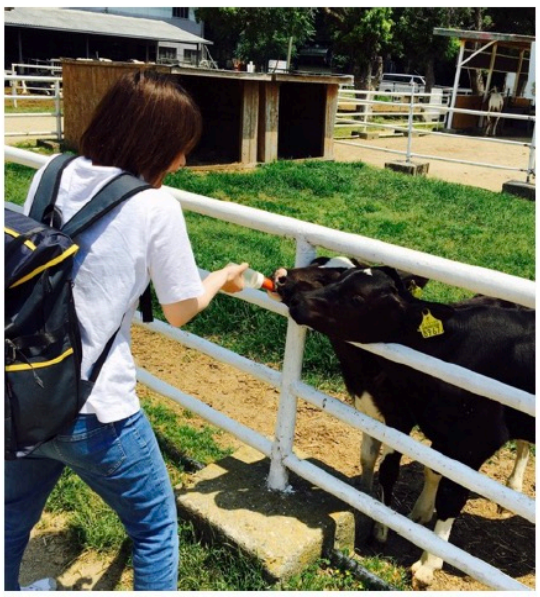
Kotone Kawaguchi



来年の四月で入職して十年目となり、気付けば後輩職員が多くなりました。私が先輩職員から教えて頂いたこと、十年目となり学んだ事などを伝えていき、ご利用者により良いケアを届けていこうと思っています。ご利用者には笑顔で日々過ごして頂きたいと入職当時から変わらぬ思いで仕事に励んでいます。そして職員一人ひとりも笑顔でいて欲しいという思いも常にあります。ご利用者が職員の笑顔の連鎖で清華苑が心地よい場所になればと思います。

★わたしのオフタイム★

休日には友達と出かけることが多いです。介護員の休みは土日祝関係なくあるので平日はどこも比較的空いており、のんびりと楽しむことが出来ます。もちろんしっかりと睡眠時間を取り、次の仕事に備えることが出来るように意識しています。



スタッフ紹介
石田恭子　調理員

Kyoko Ishida

ご利用者は施設内の生活が主である為に季節を感じる事ができません。そのため、私たちが作る食事を召し上がって頂くことで季節感や喜びを感じていただければいいなと思っています。そして伝統的な清華苑の味を受け継ぎつつ、新しいメニューでは私たちで工夫して食べやすく、美味しい料理を提供していきたいです。

★わたしのオフタイム★

健康とダイエットのためにジョギングしたり、タイザップ(法人内の筋トレサークル)やスポーツサークルに参加したりして老化を遅くすることに必死です。そして一年に一回フルマラソンに出ることにしています。

総務部長
田村智之の
コラムコーナー

皆様とのごえんがあってこそ！

縁 to 円 to 苑 VOL.2

才能とご縁

昨年も多くの日本人アスリートが世界で活躍しました。流行語大賞にもなった「そだねー」のカーリング女子をはじめとする平昌オリンピックに出場したアスリートの皆さんに始まり、サッカーのロシアワールドカップや野球ではアメリカのメジャーリーグで新人王にも輝いた二刀流の大谷翔平選手、その他様々な競技で世界チャンピオンが誕生しました。兵庫ゆかりの選手では柔道の阿部一二三選手・詩選手が同じ日に兄妹揃って世界選手権を制したことやフィギュアスケートの紀平梨花選手がグランプリファイナルの女子シングルに初出場で優勝したことが話題になりました。

その中でも女子テニスの大坂なおみ選手がテニスの4大大会の1つとされる「全米オープンテニス」で、初優勝を飾ったことは多くの方の記憶に残っていることと思います。その際、大坂選手と共に注目されたのがドイツ人のサーシャ・バインコーチです。大坂選手は、サーシャ・バインコーチとの出会いで、その才能が一気に花開いたとも言われています。そのサーシャ・バインコーチも元プロテニスプレーヤーでした。さぞ好成績を収めていると思いきや、シングルスの最高位は1165位でした。その後、選手を引退しヒッティングパートナーという球出し、いわば練習相手の仕事を続け、コーチとしての仕事は大坂なおみ選手が初めてでした。

大坂選手はサーシャ・バインコーチと出会ったことで選手として実を結びました。

人にはそれぞれ自分に合った才能がありますが、どうしても他人の才能と比べてしまいそうになります。自分の才能に気づき、さらにその才能が実を結ぶ『ご縁』にいつ巡り合うかが大切だということを改めて感じました。

三幸福祉会の経営理念には「ご縁を大切に」という言葉が出てきます。ご利用者に限らず、地域の方々や職員にとっても、三幸福祉会が実を結ぶご縁の場となるように、残り4ケ月足らずとなった平成とまだ見ぬ新しい元号の初年度を懸命に誠実に歩んでいきたいと思います。

今年も当苑の運営に際しましてご理解とご協力の程よろしくお願い申し上げます。また広報誌をご覧頂いている皆様にとって、健やかな1年となることを願っています。

（総務部長　田村智之）

朝礼 今日のひとことコーナー

平成３０年１０月～平成３０年１２月抜粋

先　日旅行のパンフレットを見ている際に、「紅葉狩り」という言葉が気になり、ネットで調べてみました。いちごの狩りやブドウ狩りの様に紅葉した枝葉を狩るのではなく、山野に紅葉をたずねて楽しむことだとありました。枝をポキッと！葉っぱ一枚…と百人が勘違いしてしまうと、枯れ木になってしまいます。ちなみに食べられる紅葉もあるみたいです。それは「紅葉の天ぷら」というもので紅葉とお猿で有名な、大阪府箕面市に伝わる昔ながらの伝統銘菓です。私も機会があれば食べに行こうと思います。また実家から一番近い有名な紅葉スポットの「神戸市立須磨離宮公園」は十一月上旬～下旬が見ごろみたいなのでまた友達と紅葉狩りに行ってこようと思います。

（介護員　小林紗弥）

先　日岡山の倉敷にある有鄰庵というお店に行きました。そのお店の看板メニューとして「しあわせのプリン」というものがあります。この「しあわせのプリン」は〝食べてから二週間後に倉敷や有鄰庵での楽しかった記憶を思い出すと、幸せなことが起こる〟というエピソードがあります。これは、プリンの味と楽しかった記憶の両方を覚えていないといけないそうなので、二週間後までしっかり覚えておいて自分にどんな幸せなことが起こるのかと楽しみにしていたいと思います。みなさんもぜひ行ってみてください。

（介護員　竹中胡桃）

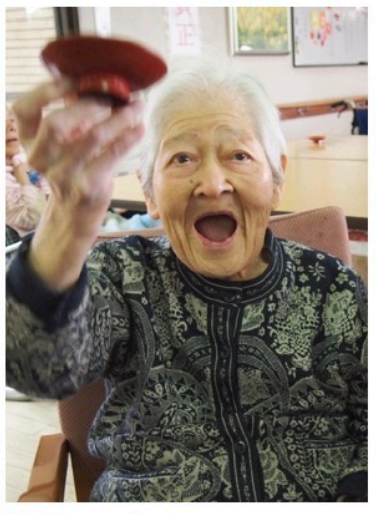
九　月二十二日は敬老の日でした。連休を利用して帰省し、実家愛媛の祖母に敬老のプレゼントで、祖母の好物のカニをごちそうしました。うちのおばあちゃんはずっと元気！だなんて当たり前に思っていましたがこの仕事をしていると、お年寄りはいつどうなるか本当にわかりません。当たり前の生活が続いていく難しさを切に感じます。だから自分の祖母にもできる時にできるだけのことをしてあげたいと思いました。本人は「一日、一日が必死でしんどいんよ。けど、わたしは元気で生かされとるけん全力で楽しまんといかん気がしとる」と話していました。カニを全力で楽しむ姿は、まさに有言実行で、か弱い小さな祖母からは想像できないほど豪快に焼ガニのツメを素手で割って美味しそうに食べていました。家族の思い出話や、歳をとっていく自分の話、わたしのいつになるかわからない結婚の話に華が咲き祖母ととても良い時間をすごしました。また仕事をがんばってたくさん稼いで、祖母の「人生を全力で楽しむ」お手伝いをしたいと思います。

（相談員　三好佑果）

み　なさんは今年、どんな一年でしたか？私はたくさんの人に迷惑と心配をかけた一年でした。そして感謝の一年でもありました。私は、今年の五月二十九日に清華苑の調理室の洗浄中にクモ膜下出血で倒れてしまいました。もし、倒れた場所が調理室ではなく、車の運転中や、家で一人でいる時だったら…と思うととても怖いです。入院中、看護師さんに「クモ膜下出血で島田さんのように順調に回復する人って珍しいのよ！」と言われました。クモ膜下出血で救急搬送されるのは三人に一人の割合だそうです。あとの二人は気付かれないまま亡くなる方が多いようです。搬送されても適切な処置をしてもらえるのも三人に一人、脳専門のドクターのいる病院は、ドクターが忙しく、すぐに診てもらえないことが多いそうです。処置をしてもらえても後遺症が残るのが三人に二人と言われました。この話を長女にすると、心配させたことに怒っているのか「お母さんは悪運が強い」と泣きながら言っていました。こうして元気になれたのも、栄養士さんをはじめ、調理室の皆さんに適切な判断と処置をしてもらえたからこそだと思っています。本当に感謝しかありません。みなさんに助けてもらった命を大切にしたいと思います。

（調理員　島田めぐみ）

★編集後記★

新年明けましておめでとうございます。今回の広報誌は行事の紹介だけでなくいつもお世話になっているボランティアさんや現場で働く職員の紹介などいつもと違った内容も盛り込んでおります。ご利用者の為に行われている活動や職員の想いを少しでも知って頂ければと思っております。今後ともよろしくお願い致します。

生活相談員　大久保健太