

社会福祉法人 甲府市民生福祉会
特別養護老人ホーム 桜井寮

さくらんぼ通信 第17号

発行日：平成30年 4月 20日

〒400-0803 山梨県甲府市桜井町558 特別養護老人ホーム 桜井寮

電話 055-232-8261 FAX 055-231-2716

<http://www.sakurai-ryo.com> Eメール：sakurai-ryo.s56@ninus.ocn.ne.jp



利用者の作品

編み物・折り紙



藤田様

はり絵



飯島様

若人と交す
会話にふつつつと
思い出させる
青春の日々

穴水様

「ジャンケンー！」

利用者様ご家族

「ジャンケンポン！あいこでしょ！」

今日も面会はジャンケンで終わる。2勝1敗で母の勝ち。いつもの通りだ。

ジャンケンは母の元気のスイッチ。とたんにかつての勝気な一面が顔を出し、対戦モードに・・・可笑しくも嬉しく思われる。在宅生活は独りの時間が長く、気分も沈みがちでした。転倒や病気・入院を経て、昨年末に桜井寮の住人となる事ができました。高齢で新しい環境に馴染むことができているのか・・・不安を抱えての入所でしたが、杞憂にすぎませんでした。

様々な人生経験を積んできた母世代は、しなやかで強かった！体力・記憶力の低下こそあれ、培ってきた生きる力は健在。人生の先輩としての母を感じました。

現在、明るく活気ある職員の皆様に見守られ、落ち着いた毎日を送っております。

母娘の一生分のケンカ？を経て、穏やかに笑いあえる今が、とても貴重でありがたく思われます。温かい時間と心のゆとりを頂いた施設の皆様に感謝しております。

お母さん、ありがとう・・・
またジャンケンね！



『お花見会』 四月十一日(火)

今年のお花見会は、雨天の為、本館・新館に分かれて開催しました。会の中で、誕生者の方に、お花やメッセージカードを渡し、バースデーソングを歌うと、とても喜ばれておられました。職員による余興では「花さかじいさん」の劇を行い、お花見弁当を皆さん笑顔で「美味しい」と召し上がり、リフレッシュし、楽しい時間を過ごして頂きました。



『開寮記念祝宴』 五月二十二日(月)

今年で開寮三十六年目を迎えることができました。余興では、ソーラン節とラインダンスを職員が踊りました。ソーラン節ではビシッと、ラインダンスでは可愛くおちやらけ、その様子に利用者様の笑顔や笑い声が聞かれ、皆さん楽しい時間を過ごされました。

また、昼食は特別メニューにて豪華なご飯を召し上がり、「美味しい」と笑顔で喜ばれていました。



『室内運動会』 六月二十日(火)

今回初めて室内運動会を行いました。魚釣りゲームや玉入れ、玉転がし、パン食い競争などの競技をしました。パン食い競争では、大きなあんぱんを皆さん必死になりながらとられ、取れた時の満面の笑みを見られることができました。

食事では、ウインナーやとんかつ、そしておにぎりといった五種類のおかずが入ったメニューを、美味しく召し上がりながら、楽しい時間を過ごされていきました。



『七夕祭り』 七月七日(金)

七夕には由来や歴史があります。そこで桜井寮では、入居者の皆様に解かりやすくご覧になって頂けるよう、パネルシアターを交えた劇を行いました。お昼には色鮮やかなそうめんを召し上がって頂き、皆様とても喜んでいました。「楽しかった。良かったよ。」など、嬉しいお声を頂きました。来年はより一層楽しんで頂ける様、頑張りたいと思います。今後とも七夕祭りを宜しくお願い致します。



『桜井夏祭り』 八月二日(水)

今回新たに、利用者の皆様に向けた夏祭りを企画しました。お祭りの縁日の気分を味わって頂きたく、様々な屋台を用意いたしました。

飲食サービスでは、特にたこ焼きが大盛況で「美味しい、もっと食べたい」などといった声が聞かれていました。

射的や輪投げ、ヨーヨーすくいといった、遊んで頂く屋台も用意しました。利用者の皆様、童心に帰られたかのように、ゲームに参加しておられ、笑い声や喜び顔に溢れ、「楽しかったよ」とのお声を掛けて頂きました。

お祭りの最後には、盆踊りを皆様と一緒に踊りました。皆様口ずさみながら楽しそうに踊っている様子がみられ、夏の思い出になりましたかと思えます。





『みんなく夏祭り』 八月十七日(木)

今年の夏祭りは、急な雨にも対応できるように、玄関前での開催となりました。

当日心配された天気ですが、幸運にも雨は降ることはなく、過ごしやすい気候の中、沢山の来場者で賑わいました。

飲食サービスでは、焼きそば、フランクフルト、たこ焼き、綿菓子、ポップコーン、かき氷などを提供させて頂きました。今年は夏祭りをより楽しんで頂けるようにと、メニューを増やしましたが、どの屋台も大盛況で、美味しそうに召し上がっている様子が沢山うかがえました。また、子供たちに大人気だった、おもちゃの金魚すくい、輪投げ、お絵かきせんべいでは、列が絶えることなく、最後まで笑い声が聞かれています。

盆踊りは竹扇会の踊りのリードのもと、利用者の皆さんは楽しそうに笑顔で踊っておられました。今年はゲストに、三人組のグループ「アナロギア」様にお越し頂き、とても素晴らしい楽器の音色を聴かせて頂きました。そして、今年も御坂天雷太鼓の迫力ある演奏を聞くことができ、感動でいっぱいの中、無事閉幕となりました。



『敬老の日祝賀会』 九月十八日(月)

今年も天候に恵まれ、祝賀会を開催する事ができました。祝賀式では、来賓の方々から、祝辞を頂き、記念に残る様、家族写真を撮る企画も用意させて頂きました。祝賀会では、百歳、米寿、九月の誕生者のお祝いを行い、ご家族の方々と、美味しいお弁当を頂きました。会の中では、音楽クラブによる余興や、今年も「ゴスペルクラブ」による、「ゴスペルを乐しまれました。皆さん笑顔が溢れ、楽しく過ごされました。



『秋祭り』 十月十二日(木)

初めての行事「秋祭り」は、ハロウィンをベースに、利用者様、職員共に、全員で仮装をしました。外で行う事で、いつもと違う環境の中、職員の余興「懐かしの歌謡ショー」を見て、大笑いしたり、お昼には、おでん、オードブル、おにぎり、焼き芋など好きな物をお腹いっぱい召し上がりました。いつも見る事ができない笑顔に溢れ、「外はいいね。」と喜ばれていました。気温三十度と十月にしては、とても暑い日になりましたが、皆様楽しい時間を過ごされていきました。



『クリスマス会』 十二月二十五日(月)

十二月二十五日にクリスマス会を行いました。寮長がサンタクロースになり、一人一人にマフラーや靴下などのプレゼントをお渡ししました。食事は洋食をご用意させて頂きました。皆様うれしそうに召し上がっておられました。余興では職員によるハンドベル演奏が行われ「かえるの歌」、「キラキラ星」など利用者様にも参加して頂き演奏しました。しりとりクイズも行い、利用者の皆様次から次へとテンポよく答えて頂き、楽しい時間を過ごさせて頂きました。



『新年会』 一月十一日(木)

新年会では、職員の余興による獅子舞を行いました。久しぶりに見るのか、驚きと、どこか懐かしいかのような利用者様の表情が見られました。そして二人羽織では、クリームなどでバタバタになる職員顔を見て、会場が大きな笑い声で包まれました。

昼食では海鮮鍋を囲み、しめには雑炊を作りました。皆さんお腹いっぱいになるまで召し上がられており、笑顔溢れる年の初めの会となりました。





『正月レク』 一月一日～一月三日

毎年お正月には三日間レクリエーションが行われます。書初めは今年の干支の他、正月・初日・もち等のお手本が用意され皆さん新しい気持ちで筆をとっていました。また、おみくじでは職員手作りの優しいコメントが入った「大吉」～「凶」までが用意されており、皆さんドキドキしながら引いていました。他にはカルタや福笑い、けん玉に紙風船といった昔懐かしい遊びを行い、皆さん童心に返った気持ちで楽しく笑いながらお正月を過ごされました。



『映画会』 二月二十五日(日)

映画会では普段なかなか観る事のできない、懐かしの作品や、世代を問わず楽しめるアニメなどを幅広く上映しております。大きなスクリーンと音響により、まるで映画館に居るかのような気分になることで、利用者様の気分転換に繋がっております。映画会は毎月行っております。映画会は毎月行っております。映画会は毎月行っております。利用者様の楽しみや気分のリフレッシュとなる映画会にしたいと思えます。



『音楽クラブ』

今年度よりクラブ活動が始まり、毎週二回の活動を行なってきました。童謡や唱歌、歌謡曲などを職員が主体となって利用者の皆様と共に歌い、ゲストを招いての慰問演奏会も二回ほど行いました。また、「FREE DAM」をリースできることになり、今まで歌えなかった曲が歌えることで、皆様とても喜ばれていました。そのため、活動内容はカラオケが主体となっておりますが、すすんで歌われる方はご自慢の美声を披露し、「私はいいよ・・・。」と、遠慮される方も曲が流れれば一緒に口ずさむ姿が見られるなど、皆様一緒に歌や音楽を楽しまれていると感じています。

そして二月十九日には本館ふれあい食堂にて桜井寮音楽会を開催し、職員の伴奏による全体歌唱や、のど自慢大会などを楽しんでもらいました。初めての行事でしたが、皆様の笑顔が多くなりました。和やかな雰囲気の中で会を行うことができました。

来年度もカラオケを中心に、様々な形や方法を提案し、歌や音楽で利用者様の皆様に楽しいひと時を過ごしてもらえよう努めていきたいと考えています。



『レクリエーションクラブ』

レクリエーションクラブでは、日々同じ生活を送る中で、普段あまり使わない筋肉を少しでも使うことによって可動域の拡大、また拘縮予防につながる活動をおこなっています。

ラジオ体操の曲や時には利用者様の親しみのある童謡の唄に合わせて体全体をほぐしてから風船バレーやペットボトルを活用したポリング等を行いました。また、季節に応じて桜の木の下でシャボン玉やボール遊び、初夏には水鉄砲での当てゲームを行い、童心に返ったように楽しんで参加して頂けました。

年度末に行われたスポーツ大会では、青空のもと利用者様はじめ職員もユニットカラーのリボンを付け、大玉送り・パン食い競争・大型グランドゴルフ競技、と職員や同じユニットの利用者様の声援に励めるよう皆さん一生懸命汗を流していました。

これからも、利用者の皆様が楽しんで体を動かして頂けるレクリエーションを提案していただくと考えています。

レクリエーション活動を通じて、利用者様の皆様がこれまで以上に活きいきと過ごして頂けるよう努力してまいります。





『手芸工作クラブ』

手芸・工作クラブでは、カレンダーやちぎり絵、塗り絵や季節の飾りなどの作品を作っています。作品を作りながら、他の利用者様との会話を楽しんだり、大きな作品を皆様協力しながら作られたりしています。

十一月二十日、寮内にて「文化祭」を行いました。余興にボランティアの方による歌と踊りや、職員による劇などの催しを行いました。皆様とても笑顔で笑い声をあげながら楽しんでおられました。昼食には、山梨の郷土料理「ほうとう」をお出しし、皆様美味しそうに召し上がられていました。

また、クラブで作った作品を談話室に展示し、ご家族の方々にもご覧いただき、クラブに参加している利用者様もとても喜ばれていました。その他の活動は、地域の文化祭などに作品を出展し、地域の方々にも見ていただきました。



『日本一花の多い施設を目指して』園芸部より

桜井寮では、『日本一花の多い施設を目指して』を目標に、利用者の皆様が毎日花に囲まれた環境のもと、心身ともに健康で笑顔を絶やさず、生きがいに満ち「明るく楽しく」生活が出来るような活動を行っています。

活動は職員が主体となって行うのではなく、利用者様と職員が協働して行うようにしていますが、利用者の皆様は今までの生活の中から花を育てる知識を持っており、職員の足りない部分を補っていただいています。

プランターに植えた花は玄関前、ひだまり広場、食堂、サンルーム、各居室前のバルコニーなどに飾って利用者様、職員全員で手入れを行っています。最初のうちは勉強不足もあって、しおれた花をそのままにした為に種が出来てしまい株が大きく育たないこともありました。しかし、一緒に手入れをするうちに「ここを摘めばいいよ」「水はこのくらいがいいよ」などと入所者の皆様にアドバイスを頂けるようになり、花を育てたことがなかった職員も一緒に花を育てる楽しさを感じるようになりました。

またプランターだけでなく、新館北側ひだまり広場の花壇を4区画に分け、グループ毎に担当する花壇の整備を始めました。花を植えるだけではなくレンガや小物も配置して工夫を凝らしています。近所の人の中には、散歩の途中にひだまり広場に入ってきて花壇を眺めていく方もいらっしゃいました。

3月には藤の蔓を使用したリース作りを行いました。力仕事である蔓をまとめる作業は職員が行い、飾り付けは利用者の皆様に行っていただきましたが、職員が何も言わなくても思いおもしろい花をリースに挿し、見直してはまた挿し直しながら完成させていました。出来上がったリースは各居室の入口に飾らせて頂き、その中の一部を甲運地区の文化祭にも出展し大変好評でした。

今後もさらに花を増やしていく予定ですが、ご家族の皆様にも花の育て方やプランターの置き方、その他アドバイスを頂けたら大変うれしく思います。

利用者様と職員が協働して一つのことを成し遂げようとすることは、お互いの距離が近づき、自然と会話も増え、明るく楽しい施設が作られていくことに繋がると感じています。



三十年度 年間行事予定

- 四月 五日(木) お花見会
- 五月十七日(木) 開寮記念祝賀会
- 六月十八日(月) 室内運動会
- 七月未定 七夕祭り
- 八月 六日(月) 桜井夏祭り
- 八月未定 みんなく夏祭り
- 九月十七日(月) 敬老祝賀会
- 十月二十二日(月) 秋祭り
- 十一月十五日(木) 文化祭
- 十二月二十日(木) クリスマス会
- 一月 十日(木) 新年会
- 二月十四日(木) 音楽会
- 三月二十五日(月) スポーツ大会

以上を予定しております。

*誕生会は各月の行事の時に併せて行います。八月は桜井夏祭りの時に行います。

【クラブ活動について】

毎週月曜日・木曜日の午後には、音楽・レクリエーション・手芸工作の三つのグループに分かれて活動を行っています。好きなことや、得意な分野での活動となっていますので、毎回利用者様の笑顔や笑い声で溢れており、楽しく、有意義な時間を過ごしております。

二十九年新入職員より

一年目の心構え 野田一成 介護士

学校で習った事を活かすと言うより、何をすべきか?この仕事に関して全然分からなかったのが最初でした。分からない事は例え小さな事でも、上司の方のアドバイスを聞くことで、蓄えられる事もあり、振り返ると自分の為になる事が沢山ありました。四月からの入社を経過した今に至るまでは、仕事の優先すべき順位を間違えると、自分自身が困る事になるのが、良く分かるようになりまし。このような事を踏まえ、二年目はより介護に磨きをかけられるように、精一杯頑張りたいと思います。

一年間を振り返って 木佐貫史也 介護士

初めの頃は、仕事を覚える事が精一杯で、ミスなど沢山してしまいました。また、自分の仕事をする事に必死になりすぎて、周りを気にしながら仕事をを行う事ができませんでした。ミスをしてしまつた時などは、先輩方のアドバイスや教えがあり、今では、少し自分の仕事にも余裕が持てるようになった。周りを気にしながら仕事が行え、利用者が毎日楽しく生活できるように、笑顔を決めず楽しく仕事をさせて頂いています。これからも、一生懸命頑張っていきたいと思いますので、応援の方よろしく願います。

看取りケアを行う中で思うこと

医务 山本 成子

私の祖父は「俺が病院へ行ったら大変なことになるぞ。頼むな。」と言い、病院へ行かざるをえない状況の中入院し、翌日亡くなった。当時看護学生だった私は、衰弱しても病院へ行くことを嫌がっていた祖父に対し、何もできなかった。祖父は自分の死期を分かっていたのだと思うと、家で看取れなかったことが悔やまれた。それから数年後、祖母は家族や子供たちに見守られる中、家で最期を迎えた。介護した家族の労力は本当に大変なものだったが、祖母の意志を尊重できたことは、祖父への悔いも含め報われたと思っている。

人は誰もが必ず死を迎える。看取りケアは特別に行うものではなく、日常ケアの積み重ねであると考えている。これからも利用者との日々の関わりを大切にして、看取りケアを行なっていきたいと思う。



食事便り

管理栄養士 植田郁実

老人ホームの暮らしでは、自宅で暮らししていたころに比べ外出する機会が少なくなる方もおられます。日々の暮らしで、私たちが幼い頃から繰り返ししてきた四季の催事をこころも取り入れるとともに祝い、日々の暮らしにも小さな変化を敏感に感じて頂くことを目的とし食事面では行事食として日々の催事に合わせた食事の提供に力をいれています。今回はその中の寮内夏祭りとお祭りについて、それから防災の日のお祭りについて取り上げさせていただきます。

まずは、寮内夏祭りについてです。本番の夏祭りとは別に利用者参加型の室内で行うお祭りです。

第一回目の今年はタコ焼き・綿菓子・かき氷・ドリンクコーナーを設けました。全員参加が一番の目的のため、入居者が食



錯誤しました。タコ焼きの具材は複数用意したり、具材を細かく刻んだり柔らかくしたものを用意し、咀嚼困難な方にもなるべく食べられるメニューにしました。暑さがつらい季節ですがそれを忘れるくらい夢中になり、昔懐かしい雰囲気と食べ物に浸りながら童心にかえって楽しんでもらえたと思います。

二つ目は秋祭りについてです。今年のテーマは「ハロウィン」です。この日は職員も利用者様も色々仮装して和洋折衷入り混じったユニークなお祭りが行われました。昼食は秋晴れの下でバイキングを行いました。おでんの炊き出しや焼き芋、焼きとうもろこしや手作りのかぼちゃのカップケーキ、また寮内の畑で作った採れたての落花生や枝豆も茹でていただきました。外で食べることに、出来立てを食べられるといった変化がうれしい刺激になります。



そして三つ目は防災の日についてです。九月一日は防災の日です。今年の夏は特に天候不順で各地で災害が起きました。そこで今回は防災食の大切さを改めて考え直ししました。防災の日には非常食を用いた献立を提供しています。非常食の雰囲気に合わせて、食器も使い捨て容器を用い、非常食を体験する場にもなっています。

食器から食品の味付け、固さなど普段と全く異なるため、利用者様からは「たまにはいいね」といった意見が聞かれました。食器も使い捨ての発砲容器は麻痺がある方には非常に使いづらい様子も見受けられます。災害時の対応は大きな課題になると考えられます。また、嚥下が困難な方に向けてペースト状になっているレトルトのおかずやすりおろしたリンゴ缶を用意しています。

桜井寮では災害時にも食事が提供できるように、非常食品の備蓄がされる外に出て炊き出し訓練も併せて行ってさまざまなお状況に対応できるように備えていきたいと思っております。



後

「地域に開かれた施設を」

平素、利用者、御家族の皆様を始め多くの地域の方々やボランティア各位におかれましては、当施設運営に温かいご支援、ご協力を賜り心から感謝申し上げます。

当施設は、本年開設以来三十七年を迎えることが出来ました。この間、介護保険事業に変わり、特別養護老人ホームのあり方も変化し、地域での役割も変わってまいりましたが、利用者様が「明るく楽しく」生活出来るよう、職員一丸となってサービスの充実を図って参ります。

また、本年度より社会福祉法人の公益性、非営利性を踏まえ「地域における公益的な取組」を実施いたしました。今まで以上に地域住民の皆様と一体となって、開かれた施設運営を行なっていききたいと思っておりますので、引き続きご支援ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

社会福祉法人 甲府市民生福祉会
特別養護老人ホーム桜井寮
寮長 矢野 好幸

ボランティア紹介

南西団地 自治会

甲運第一保育所

御坂天雷太鼓

Ana-o-Gia

甲運地区 愛育会

ガールスカウト第2団

甲府ゴスペルクラブ

竹扇会

敬称は略させていただきます。
ご支援、ご協力を厚く感謝
申し上げます。

ボランティア募集

寮内外清掃

車椅子清掃

利用者とのふれあい

縫い物

レクリエーション

など

お待ちしております。

広報・ボランティア部会

編集後記

広報部会長

早いもので一年が経ち、こうしてさくらんぼ通信を皆様のお手元へお渡しする季節がやってきました。

三十年度は新たな行事等を企画してまいりますので、皆様のご来寮を心よりお待ちしております。

また、ホームページも随時更新しておりますので、ぜひご覧ください。

これからも皆様のご支援ご協力をよろしくお願い致します。

