陽ひなた

その人らしく
～明るく健康で豊かな高齢期の生活づくり～

社会福祉法人陽翔会 会報
令和7年10月 Vol.38

特養
上大瀬

真剣に挑んだ魚釣りゲーム

7月28日、1丁目1.3番地では夏に恒例となっている納涼祭を開催しました。

魚釣りゲーム、ボール当てゲーム、ボウリングを行い、ゲーム毎に得点制にし盛り上がっていただけるように景品も準備しました。どのゲームも盛り上がったのですが、特に魚釣りゲームでは入居者さんが一生懸命釣りを競い、大盛況でした。他の入居者さんがゲームをしている間も「がんばれ！」「その調子！」と応援の声がたくさん聞こえ、楽しく明るい雰囲気のまま無事に納涼祭を終えることができました。入居者さんから「ありがとう！」「またやってね！」と喜びの声を掛けていただきました。

張り切って「リハビリ体操」

2丁目1.3番地では、昼食後ひと休みした午後2時頃からリハビリ体操を行っています。3番地に集まっていただき、姿勢を整えたら音楽スタート。音声に沿って職員を見ながら体を動かし始めます。中には腕を組んでニコニコされている方や、食後満腹で時折ウトウトされている方もいらっしゃいます。

一連の体操が終わると歌を歌う時もあります。歌詞を渡さなくても「♫若く明るい歌声にぃ～♫」と皆さん若かりし頃のヒット曲を大きな声で歌ったり楽しい笑顔がいっぱいです。他には手遊びも人気です。体を動かし、歌を歌い、表情が明るくなったあとはゆっくりおやつタイムとなります。1日のうちのわずかな時間ですが、生活リズムを作るきっかけになっています。

グループホーム
ひぎり

納涼祭

7月9日、グループホームでは東西合同で納涼祭を開催し、今年は入居者さんのリクエストでお好み焼きを焼きました。

東ユニットに総勢18名の入居者さんが勢揃いし、マツケンサンバのリズムに合わせ各々楽器を鳴らして納涼祭がスタート。お好み焼きの焼き上がりを待つ間「夏」や「祭り」をテーマにした歌を大合唱。フロア中にお好み焼きの焼ける音、香ばしい香りが漂い皆さん笑顔で歌声も一段と大きくなりました。焼き上がったお好み焼きは「美味しい」「お店屋さんのみたい」「これなら売れるよ」と大好評。何枚もおかわりされる入居者さんもいらっしゃいました。デザートにはひぎり特製プリンアラモードをお出しし、クリームやあんこ、フルーツが盛られ見た目も鮮やかで、たくさんお好み焼きを召し上がった後でも甘いものは別腹で、皆さんペロリと完食されました。「来年も頼むね」「楽しかったよ、ありがとう」と大変喜んでいただき、大成功の納涼祭でした。

デイサービス
ひぎり

初！夏野菜作り

利用者さんのご家族よりトマトときゅうりの苗を頂いたのをきっかけに、移転後初めてとなる野菜作りに挑戦しました。

いただいた苗は家庭菜園で栽培するポピュラーな野菜だったため野菜作りに全くの素人の職員達は簡単に出来るものだと考えていました。しかし、いざ育てるとなると水をいつあげればいいのか、土はどれくらいの量が必要なのか、などわからない事ばかりでした。

そんな中、日々成長する苗を観察していたことで新しい学びがありました。きゅうりの花が咲きしぼんでから実がなると思っていましたが、花の付け根からきゅうりが出来上がっていく様を見た時、またそのきゅうりが小さくても、ちゃんときゅうりの形になっている事をご利用者さんに教えていただきその姿を一緒に見た時は驚きと感動で興奮しました。

初めての事ばかりで思ったように育てる事は難しかったですが、これを機に色々な野菜や花をレクリエーションの一環として利用者さんと一緒に育てていこうと思います。

特養
おおしま

体操でリフレッシュ

2丁目5.6番地では午後に回廊で体操を行っています。体操の声かけに「行くね～」と入居者さんが集まり、音楽を掛けると自然に表情が和らぎ笑顔が出ます。リズミカルに身体を動かす方、できる範囲で一生懸命手足を動かす方等々、皆さんそれぞれご自分のペースで体操を行っています。

日中ウトウトされる事が多い方や居室で横になっている時間が多い方も、足踏みしたり腕を大きく上げたり首を回したりして良い汗を流しています。身体を動かした後はパタカラ体操（舌の体操）を行います。食べたり飲み込んだりする力を維持向上し、いつまでも美味しく食事が食べられることを目指しています。普段控えめな方も、「パ・タ・カ・ラ」と全身を使って声を出しています。

これからも入居者さんに無理のない範囲で体操を続けていきます。

鉄板焼きレクリエーション

入居者さんに人気のあるレクリエーションの一つにホットプレート料理があります。2丁目1.3番地ではお好み焼きを焼きました。

当日は朝から、「今日は何時からやるの？」「上手くできるかな？」と入居者さんはワクワクドキドキでした。午後、お好み焼き作りが始まると、キャベツ・ひき肉・天かす・紅しょうがなどの具材と生地をザックリ混ぜ合わせてホットプレートで焼いて頂きました。昔取った杵柄で、厨房経験のある入居者さんがフライ返しでひっくり返して仕上げ焼きをすると、「上手ー！」と歓声が沸き上がりました。ジュージューという音やソースの香りが食欲をそそり、「最高に美味しいねえ」「香ばしいよ。もう一枚ちょうだい」と、ふんわり焼けたお好み焼きに舌鼓を打たれていました。他ユニットの入居者さんや職員もその匂いに誘われて、「美味しそうな匂いがする。お腹が空いちゃうね」と臨時の訪問もありました。

これからも楽しいレクリエーションを計画していきます。

特養
いずみ

光る水面　輝く笑顔

〝海が見たい〟入居者さんの言葉から実現したぷらっとパーク浜名湖へのお出掛け。車窓の緑に癒されながら期待も膨らみます。

到着すると、目の前に広がる碧い湖と青い空、そこにかかる白い雲に、「うわ～すごいっ」「きれいだね～」「船が見える！」「来れてよかった～」と大きな歓声が上がります。

お土産選びにも熱が入りました。広い敷地内をぐるりと巡り名産品を吟味します。「何にしよう」「たくさんになっちゃう」と真剣に悩まれました。ずらりと並んだ季節の野菜や果物を見る横顔からは、楽しい気持ちが伝わってきました。

普段とは違う日常を過ごされた入居者さんたち。時間の経過があっという間に感じられたのではないでしょうか。活き活きと輝く皆さんの笑顔に、私たち職員も景色以上の喜び、エネルギーをもらったお出掛けとなりました。

編み物

3階の入居者Sさんは編み物をされています。ずっと続けていた趣味というわけではない様子ですが、この5月にいずみに入居されてから毎日編むようになったそうです。今編んでいらっしゃるのはマフラーやアームウォーマー、レッグウォーマー、ミニ帽子などです。編み物をされていらっしゃるSさんの姿を日々ご覧になっている他の入居者さんからのリクエストにも応えられています。Sさん曰く、編み物の中ではマフラーが一番簡単に編めるそうです。これからマフラーが欲しい季節になります。私も一本編んでもらおうかな。

デイサービス
おおしま

フラワーアレンジメント

毎月フラワーアレンジメントを行う日があり、季節を感じる四季折々の花材を持参された花器に思い思いに生けられています。最近では男性利用者さんも参加され「自分で生けた花を家族にプレゼントしたい」と嬉しそうに話しながら生けられていました。また利用者さんの中には、華道の先生をしていた方もいらっしゃり「以前は華道を教えていて、やっぱり花が好き」と昔の思い出話をされる方や、「お花を見ているだけで楽しい」という思いで楽しまれる方もいらっしゃいます。利用者さんの素敵な作品に私達職員も心が和みます。

デイサービス
いずみ

大正琴の音色に触れて

大正琴のボランティアの方が2ヶ月に1回デイサービスにいらっしゃっています。

琴の音色に合わせて懐かしい曲を皆さんで口ずさみ、楽しい気持ちも加わって素敵なハーモニーが生まれました。生演奏はやっぱり良いものです。

演奏終了後には「触ってみますか？」と声をかけていただいて、希望された利用者さんは実際に琴に触れさせていただきました。少し緊張しながらでしたが、ひとつひとつ教わりながらご自分で音を出せたときには本当に嬉しそうにされて表情が華やいでいました。そんな利用者さんの姿を見て、何歳になっても挑戦することは素晴らしいと感じました。

利用者さんから「心の中にある懐かしい歌をこのような形で合唱できて本当に良い経験ができた」とお声があり、大変喜ばれました。

デイサービス
上大瀬

夏祭り

7月22日火曜日～7月26日土曜日の一週間、夏祭りを行いました。

開催前には、利用者さんにも準備を手伝っていただき、当日のゲームに必要なうちわを制作しました。無地のうちわに手形をとり、墨と筆で名前を書いてもらい、折り紙やペンで飾りつけを行い、利用者さんそれぞれのオリジナルうちわを作りました。うちわの完成後には、法被を着て記念撮影をしました。

当日は、頭に手ぬぐいを巻き、場所を地域交流室に移し、本物のポイを使用したおもちゃの金魚すくい、利用者さん手作りの的を使用した射的、ペットボトルにかぶせた袋をうちわで飛ばすゲームを順に行い、最後は皆さんで盆踊りを踊りました。椅子に座って踊ったり、歩きながら踊ったり、歌を歌ってくれたり、職員も踊りを披露したり、どの曜日も笑顔あふれるお祭りになりました。「こんな楽しいことは無い」「夢のようだったよ」「最高一！」など、皆さん笑顔で話してくださいました。職員も楽しく、思い出に残る時間を過ごせました。来年も再来年も、その先も、また参加していただけたら嬉しいです。

特養
ひぎり

作りました！縁日の屋台

今年の納涼祭では、ここ数年楽しみの時間が制限された入居者さんが、どうしたら喜んでいただけるかと考え、「そうだ！懐かしい縁日を思い出してもらうのはどうか」と思い、工作が得意な職員が屋台作りを開始し、段ボールを利用し装飾を施して、がっちりとした屋台が完成しました。

「はい、いらっしゃい」と並ぶかき氷や焼きそば、たこ焼き、チョコバナナは日用品を活用してリアルに再現！「本物みたい」「美味しそう」と入居者さんの笑顔が思わずこぼれます。入居者さんの笑顔が見たいと作った屋台。納涼祭の雰囲気作りに一役買うことができました。また、あまりにも上手に屋台が出来たので、所属ユニットだけでなく、他のフロアでの納涼祭でも大活躍でした。

納涼祭

7月30日、3階で納涼祭を開催しました。パンケーキやかき氷を作り、ヨーヨー釣りのゲームを行いました。職員は祭りを連想させる衣装を纏い、入居者さんから「似合うね」「私も着てみたいよ」などの言葉をかけていただきました。

パンケーキやかき氷は準備している時から皆さん気になっておられる様子で、いざお出しすると「美味しいよ」「もっと食べたい」など笑顔で召し上がっていました。ヨーヨー釣りでは、真剣な表情や、自分の好みのヨーヨーに狙いをすましゲームを楽しまれている姿、ヨーヨーが釣れるまで何度でもチャレンジをされ、上手く釣ることができた時は「釣れたよ」と喜ばれている姿など、普段とはまた違った入居者さんの姿をたくさん見る事ができました。

年に1度のお祭りで入居者さん、職員共に笑顔溢れる充実した時間を過ごしました。

軽費
ひぎり

大きなスイカみいつけた！

ある日、スーパーの陳列台に大きなスイカが並んでおり、持ってみたら重たい重たい。これは皆さんに見せてあげたいと、早速購入し入居者さん達にお披露目すると、皆さん一斉に「わー！大きいねぇ、何キロあるの？」と口々に仰っているので、『このスイカは何kgあるでしょうか？』とクイズを出しました。「10kgはあるね」「20kgあるかもよ」と想像は膨らみます。スイカの重さは11.2kgだったことを伝えると、「やっぱり重たいねー」と驚いていました。さすがにこの大きさのスイカが冷蔵庫に入る訳もなく、早速切り分けて冷やし、この日のおやつになりました。みずみずしく甘いスイカで入居者さんの顔もほころび、旬の果物の偉大さを知った出来事となりました。

軽費納涼祭

今年も入居者さんが楽しみにされている納涼祭を開催しました。お祭りのBGMが流れると「何が始まるだや～行ってみるか！」と声を掛け合い、一同が会場に集まりました。

輪投げ、ストラックアウト等のゲームを行い、いつも以上に生き生きとした表情が見られました。飲食コーナーでは、アイスクリームに色とりどりのトッピングを選んでいただいたり、温かいたこ焼きも入居者さんに大好評でした。

一息つく休憩所では、ひぎり開所当時からの入居者さんの写真スライドショーを上映し、知っている顔が映ると「あんた映ってるよ！若いねえ」と顔を見合わせ笑い声が聞こえてきました。職員も浴衣や法被を着て、入居者さんと楽しみました。

秋の夜長にお薦めの一冊

「「舞姫」の主人公をバンカラとアフリカ人がボコボコにする最高の小説の世界が明治に存在したので20万字くらいかけて紹介する本」　山下泰平

タイトルだけでも57文字もある、かなりインパクトの強い本ですが、内容も引けを取らない興味深いものとなっています。

内容をありのままに言ってしまえば、明治時代の名もなき作家達が描いた、所謂ライトノベルを紹介した本と言えます。

明治の文学と言えば、夏目漱石や森鴎外の作品を思い浮かべますが、当時はそういった文学作品よりも娯楽物語（今で言う小説にあたるものだが、この時代には小説という言葉はまだありません）が、はるかに読まれた人気ジャンルでした。

現代においてもそうではないでしょうか。本屋ではライトノベルを多く見かけるようになりました。いつの時代でも人はフィクションが好きです。この本を通して、明治時代の「異世界転生」ものにふれてみてはどうでしょうか。

おおしま所属　武藤智子

「向田邦子ベスト・エッセイ」　向田和子

このエッセイは向田さんの亡き後に出版された、妹さんによる選集です。そのため執筆された時期も内容もバラエティに富んでいるので読んでいてとてつもない充足感がありました。

戦中戦後の話、転勤族だったお父様の話、美味しいものの話など何ということのない話でありながら、その時代その風景に連れて行かれたような錯覚すら覚える内容です。特に絵に描いたような明治生まれの頑固一徹、亭主関白なお父様が時折見せる、家長としてというよりも本来はただ一人の、子供たちの父親であるという姿にぐっと来るものがありました。

また、向田さんは食通としても知られ、そのような方が執筆する食の話は、掛け値なしに面白いです。就寝前に軽い気持ちで名エッセイを読んだらぐっすり眠れると思います。

いずみ所属　鈴木千江美

「君の膵臓を食べたい」　住野よる

映画化もされているので題名をご存じの方も多いと思います。この本は友情や別れなど喪失感と希望の光が交差し、心を揺さぶります。自分の選択で今の自分がある。若い時ではなく今のこの年齢だからこそ感じるものもあり、考えさせられました。日常生活の中の汚れた感覚を洗濯した気分になりました。

上大瀬所属　杉山あかね

「7つの習慣」　スティーブン・R・コヴィー

この本は、人生を充実させ、本当の成功と幸せを実現するために身につけるべきことが書かれています。ここで言う成功とは、お金持ちになる事や仕事で出世するなどといった表面的な事ではなく、人生において本当に大切なことを見極め、それを手に入れることで心の底から充実感を得る事を指しています。そして、その成功を手に入れるためには人格を磨かなくてはならず、7つの習慣とはその人格を磨くための習慣とされています。

私たちは、誰しも自分の人生をよりよいものにしたいと思っています。一見難しい様に感じますが、この本を読んでみると普段の習慣を少しずつ改めていくことから始めれば良いという事が分かります。皆さんもこの本を読んでみて、今よりももっと充実した人生を送ってみませんか。

ひぎり所属　小田朱美

施設に寄せられたご意見

R7年5月27日　居宅介護支援事業所おおしま　（ご利用者ご本人よりお電話にて）

担当になったケアマネジャーの言葉が強いので、優しい方に担当を変わって欲しい。

→お話を伺い、担当ケアマネジャーの伝え方において配慮が不足していた点があったと考えられました。今後は、より丁寧に傾聴や共感を大切にしながら、ご利用者のお気持ちに寄り添った対応ができるよう、職員間で共有と指導を行いました。これからも安心してご利用いただけるよう努めてまいります。

R7年6月23日　短期入所生活介護事業所おおしま　（ご利用者の知人より）

「介助の際の対応について、ご本人が不安を感じているようだ」とのお申し出。

→原因を確認したところ、職員介助時の声掛けや態度、また介助方法の統一に一部不足があったことが分かりました。そこで、連絡ノートだけでなく口頭での申し送りも丁寧に行い、ご利用者様それぞれの状況やご希望をできる限り共有されるよう改めて見直しました。併せて、接遇マナーの向上にも取り組み、安心してご利用いただける環境づくりを進めております。

貴重なご意見をありがとうございました。

社会福祉法人 陽翔会　http://www.youshoukai.or.jp

特別養護老人ホーム おおしま　〒431-3112　静岡県浜松市中央区大島町891　TEL.(053)431-1111　Fax.(053)431-1110

特別養護老人ホーム 上大瀬　〒431-3112　静岡県浜松市中央区大島町959-1　TEL.(053)431-1010　Fax.(053)431-1011

特別養護老人ホーム いずみ　〒433-8124　静岡県浜松市中央区泉4丁目20-1　TEL.(053)416-1010　Fax.(053)416-1011

特別養護老人ホーム ひぎり
軽費老人ホーム ひぎり
グループホーム ひぎり　〒428-0007　静岡県島田市島829-2　TEL.(0547)47-1100　Fax.(0547)47-1101