

“はあと”をつなぐ情報誌



月刊 はあとふる あたご

第47号

【発行】
2009年7月

【発行元】株式会社はあとふる あたご 〒951-8051 新潟県新潟市中央区新島町通三ノ町2284番地

電話 025(228)5000 FAX025(228)4000 【発行者】木村 淳



デイサービスセンター城北町

「はあとふる あたご 城北町 5周年記念感謝祭」(関連記事は12ページ)

目次

管理者・リーダー研修・・・・・・・・・・	2	波田野先生のコラム 第1回・・・・	11
自分で食べるを応援します! 第13回・・	5	城北町 5周年記念感謝祭・・・・	12
木陰亭昔語り 第5回・・・・・・・・・・	8	お手軽レシピ・・・・・・・・・・	12

わたしたち はあとふる あたご は、“人” を一番大切にします。

管理者・リーダー研修



この度、株式会社広報しえんから北村みゆき先生をお招きして、5月～6月にかけて管理職(3.5日)／リーダー(2.5日)研修を行いました。各課の管理者、リーダー、研修委員の総勢47名での研修となりました。

この研修の目的は、リーダーシップを発揮するために必要な能力を学び、風通しのよい強い組織作りをすることにあります。初日、二日目は交流分析等を使用して、自分を再認識することに務めました。

人は自分の感情・思考・行動を見直し理解することで、他の人とより調和的で親密な関係を築くことができるということです。三日目はいよいよ、リーダーの役割です。職場内での徹底されるべき動作、よい雰囲気作りをするためのリーダーの立ち位置、信頼されるリーダー像等をグループになり、徹底的に話し合いました。また、事例を通し具体的に、リーダーのとるべき言動を考えました。講師である北村先生はマナーの大切さを何回も繰り返し話されました



(私達が常日頃、いかにいい加減だったのかということを知られました)。そして「知識は行動に移してこそパワーになり得る」「リーダーシップとはリーダー自身の“行動”そのものなのだ」と熱い心で声を大にしてご指導くださいました。北村先生ありがとうございました。

私たち はあとふるあたごは

『“人”を一番大切にします。』お客様お一人お一人に、心のこもったサービスをお届けし続けられるよう、職員一同日々努力してまいります。

研修委員 阿部 充子

デイサービスセンター松浜

●兜（かぶと）作り☆☆

5月5日は『こどもの日』ということで、レクリエーションの際に、新聞紙やチラシを使い兜を作りました。このレクリエーションを行なった日は、新潟医療福祉大学から実習生が来ており、実習生もまじえながら皆様真剣なご様子で作ってらっしゃいました。

「子どもの頃はよく作ったけど、上手にできるろっか？」

「次はどうやって折るか忘れてしょもたわ」などと、時折笑顔ものぞかせ和やかな雰囲気の中、兜作りは行なわれました。



そして、兜が完成です。大きい兜や小さい兜、様々な形の兜がありそれぞれ個性豊かでした。最後に兜をかぶり、実習生と一緒に大はしゃぎで記念撮影。

「ハイ・チーズv（^ー^）」

皆様とてもお似合いで、笑顔が輝いておられました。ちなみに私は兜の折り方がわからなかったのですが、お客様に教えていただき、今ではとても上手に作れるようになりましたよ♪♪。

デイサービスセンター松浜

大久保 優

電話 025-255-7701

FAX 025-255-7705

グループホーム五泉

●じゃがいもが芽を出しました

先月号でお伝えしました、グループホーム五泉の畑の近況をお知らせします。

ちょっとジャガイモを植えるには遅かったのでは？、との声もあり……。

本当に芽が出るか心配しておりましたが、無事に芽を出して、

こんなに大きくなりました。



新たに小松菜、ホウレン草の種を撒き、今後は夏野菜も仲間入りする予定であります。

先日、こばと保育園様の園児達が畑の様子を見に来てくださいました。



園児達のようにすくすくと育つ「ホームの野菜」。収穫の日を皆で心待ちにしています。

グループホーム五泉

大川原 祐美

電話 0250-41-1610

FAX 0250-41-1611

グループホーム三条

●三条まつり

天気よろしくやや風あり。

「祭りは今日だったかね？」と、皆様がしばらく前から楽しみにされていた祭りがやってきました。

三条まつりは、大名行列と天狗様、日用品で作られた笠鉾が見ものです。2階から見下ろしたりすることも禁止されてるのですが、それも大名行列なら納得できます。

お客様も昔から続いている行事に様々な感想をお持ちのようでした。



特に行列の通る町中に住んでらっしゃった方が、「私のうちは天狗様がいつも休まれる場所で・・・」と誇らしげにお話しされていたのが印象的でした。

6月は三条の凧（いか）合戦も控えておりますので、また皆様で出かけたいと思っております



グループホーム三条

難波 淳

電話 0256-36-5555 FAX 0256-36-5556

居宅介護支援課

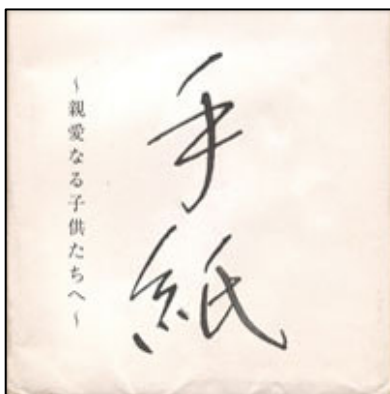
●手紙 ～親愛なる子供たちへ～

今、話題となっている「手紙・親愛なる子供たちへ」という歌があります。

この歌は、樋口了一さんという方が歌われています。現在 CD や本が発売されています。

この歌の歌詞となっている詞の原作者は不明であり、もとはポルトガル語で書かれていたそうです。

この歌詞の中で、とても私の心に響いた一節をご紹介します。



「年老いた私が、ある日、今までの私と違っていたとしても、どうかそのまま私のことを理解してほしい」

「足も衰えて立ち上がる事すら出来なくなったら、あなたがか弱い足で立ち上がろうと私に助けを求めたように、よろめく私にどうかあなたの手を握らせて欲しい」

「あなたの人生の始まりに私がしっかり付き添ったように、私の人生の終わりに、少しでも付き合っていて欲しい」

親や子供を始めとして、周囲の人の手や力を借りながら生きていくという意味では、「介護」も「子育て」もとても似ているものがあると、この詩から感じました。

ぜひ機会がありましたら、この歌を聴いてみてください。

居宅介護支援センター河渡本町

南 洋子

自分で食べるを応援します！ 第13回

「食の支援ステーション」をご紹介します」



株式会社コラボ 代表取締役社長
秋元 幸平



新潟市にある新潟大学医歯学総合病院の歯科の正面玄関の左に「食の支援ステーション」があります。

ここは大学と企業が共同研究のために作られた場所です。大学と共同研究と聞くと固いイメージですが、県内で介護食を研究・販売しているホリカフーズ・クレスクと介護食器

のコラボの商品が展示してある部屋です。

介護食と福祉食器は店頭ではパッケージでしか商品の内容がわかりませんが、ここでは実際に試食したり使ってみることができます。しかも、専門の歯科衛生士さんの説明です。ご希望の方は隣の売店で購入もできます。

いろいろなご相談を聞いたりお食事に関する指導をすることにより、患者様の生のニーズを把握とすることが私たちの目的です。

入り口は入りにくいそうですが、親切な歯科衛生士の女性が優しく対応してくれますので、どなたでも気軽に入れます。営業日時は月曜日と木曜日の午前10時から午後4時です。

福祉用具課



もうすぐ梅雨も明け、本格的な暑さを迎えようとしています。

そこで今回は、安全にお風呂に入っていただくために使っていただきたい商品の一つ、「**シャワーチェア**」をご紹介します。

「シャワーチェア」は、座位バランスの状態によって、背付か背なし、身長や足の長さによって、座面の高さを調整します。方向転換が困難な場合は、**座面が回転するタイプもあります。**



どれを選べばいいかわからない、という方もいらっしゃると思います。

お使いになる方の体格や身体状況は人それぞれです。

お使いになる方のご希望・身体状況・使用環境をお伺いし、より良いものをご提案させていただきます。

ご相談だけでも構いませんので、お気軽にお声を掛けて下さい。

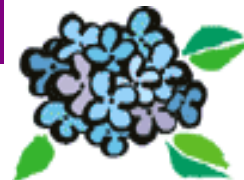
福祉用具課 小笠原 祐司

福祉用具レンタル・販売/住宅改修のお問合せは…

福祉用具センター柳都大橋 025-228-5002

福祉用具センター新 発 田 0254-23-1173

シリーズ ヘルパーさんって!? 其の二



ヘルパーに秘伝を伝授!?

訪問介護の内容に「共にする調理」と言った項目があります。



手足が不自由になってきた・・・

鍋が重たくなってきた・・・

ずーと立っているのがつらいなど!あると思います。

そんな時、ヘルパーと共に調理をしてみませんか?

もちろん、男女問わず主役はあなたです!

なんぎな所をヘルパーが、手となり足となり調理のお手伝いも出来るのです。

ヘルパーに、ご自分で覚えた味またはおふくろの味を伝授して、懐かしい味に再会してみませんか?

雨の多い今日この頃、しっかり食べて暑い夏にそなえましょう!

※まずは、ヘルパーまたはケアマネージャーにご相談ください!



訪問介護ステーション

横井 清彦

電話 025-228-5004 FAX 025-228-4000

デイサービスセンターさかえ

●今年の春の外出リハビリは・・・

5月19日、水の駅“ビュー福島潟”と“新潟せんべい王国”へ出かけて来ました。

当日はお天気にも恵まれ、絶好のお出かけ日和となりました!

新潟方面への外出リハビリは今回で二度目。高速道路を走り、周りの風景や建物をご覧になり、車内の会話は弾みます。高速PAで小休憩を取りながら、一時間半ほどで目的地に到着しました。福島潟では、そこに生息する動植物の説明をして頂き、その後、展望台に上がり景色を眺めてきました。昼食は、福島潟の近くにある「川舟」というお店で、海鮮・山菜・鶏の3種類からお好きな釜飯を選び召し上がっていただきました。



そして、最後にせんべい王国です!職人さんが焼いた新潟こしひかりのお煎餅を試食しました。素朴ながらお米の香ばしさがあり、「焼きたては美味しいねえ」とおっしゃりながら召し上がられていました。その後、待ちに待った手焼き体験です。手焼きの説明をお聞きになる表情は、どなたも真剣そのもの。ご自分の焼いたお煎餅を食べられるとあって丁寧に焼き上げておられました。帰りの車内では、

「楽しかった。またどこかに出掛けたいねえ」と、次回の外出リハビリの候補地について、話題は持ちきりでした。

さて、秋の外出リハビリはどこに行きましようか～?

デイサービスセンターさかえ

大橋 栄美

電話 0256-45-7735 FAX 0256-45-7739

デイサービスセンター横越

●今年も畑の時期がやってきました！

石灰をまいたり、耕したり、苗を植えた後、芽が伸びてくるとヒモでしばるなど、お客様より一からお聞きしながら、一緒に行いました。

去年は、風の強い日が多く、うまく育たなかったのですが……。

今年の育ち具合は、順調です！

新鮮野菜を収穫し、昼食に美味しく食べたいと思います。



畑の敷地にハーブも植えてありますが、一緒のところに植えることで、相乗効果により、お互いとてもよく育つそうです。

ハーブの方も種類があり、ハーブティをお出しし、なかなか好評です。

お近くにお越しの際は、ぜひ畑やハーブを見に来てください。

デイサービスセンター横越

大久保 友恵

電話 025-383-2235 FAX 025-383-2236

デイサービスセンター水原・ショートステイ水原

●演歌バンド「ザ・ニューコモード」様が来てくださいました

5月16日、演歌バンド「ザ・ニューコモード」様が、ボランティアとして来て下さいました。

「ザ・ニューコモード」様は、ドラム、アコーディオン、ギター、ベースなどを演奏しながら、歌や踊りを披露して下さいました。

「好きになったひと」「倅せさがして」など、お客様もご存知の歌をたくさん歌って下さいました。

踊りの方は、とても素敵な衣装を次々と着替えられ、素晴らしい踊りを見せて下さいました。

もちろん歌や演奏も素晴らしく、楽しい時間を過ごさせていただきました。



デイサービスセンター水原・ショートステイ水原

堀越 恵子

電話 0250-62-8888(ショート) 0250-62-8886(デイ)

FAX 0250-62-8887(デイ・ショート共通)

【木陰亭昔語り】第5回 ～「通り」と「小路」～

総務部 経理財務課 齋藤 正明



新潟島の道路には、「通り」と「小路」があります。「古町通り」や「本町通り」などの「通り」と、「榎谷小路」や「坂内小路」などの「小路」……。

なぜ道路が、「通り」と「小路」に呼び分けられているのでしょうか？

—それでは、木陰亭さんに語ってもらいましょう。—

「どういう道路が『通り』で、どういう道路が『小路』と呼ばれているか、わかるかな？ なに

なに、広い道路が『通り』で、狭い道路が『小路』じゃと？ まあ、そう思うのも無理は無いがな。残念ながら、外れじゃ。

信濃川と平行に走る道路、これを『通り』と言う。で、その『通り』と直行する道路が『小路』なんじゃ。道幅は関係ない。昔は誰もが知ってる常識だったんじゃが、近年はこんな区別もつかん連中が増えてな。『榎谷小路』と『坂内小路』の間の道路に、『新堀通り』などというおかしい呼称をつけたりしおった。あの道路は、明らかに『通り』ではなく、『小路』なんじゃよ。もともとは『道心小路』と呼ばれておった。そこに新しい堀が掘られ、それが『新堀』と呼ばれるようになった。その堀が埋められた道路なんじゃから、せめて『新堀小路』とすべきじゃったな。」

デイサービスセンター柳都大橋

●チャンプルゴーヤの苗を植えました

先日、センター脇の花壇に、お客様と一緒にチャンプルゴーヤの苗を植えました。

いつも折り紙を作って頂いたり、お花の手入れの指導などをしてくださる頼もしいお客様で、今回も快く引き受けて頂きました。



急に始めたので、

他のお客様も興味深そうに、何ができるの？、いつ出来るの？

職員から、皆さんでゴーヤを食べましょうね！と言われ、楽しみにされていました。

またその時はご紹介しますね。

デイサービスセンター柳都大橋 松浦 浩子
電話 025-228-5010 FAX 025-228-3335

デイサービスセンター河渡本町

●平成21年度 デイサービスセンター河渡本町 ～大運動会～

5月29・30日の二日間、今年で2回目となる大運動会が開催されました。

紅白に分かれ皆様が白熱した競技を、一部ご紹介します！！

一種目は、紅白玉入れ合戦！ 敵方の応援団長(職員)が、皆様の前を籠を背負って走ります。応援団長が走ってきた時に、球を籠に向かって投げる競技です☆最初は座って投げていたお客さまも、途中からは「負けるか～！」と立ち上がって投げていらっしゃいました。



二種目目は、紅白応援合戦！それぞれの応援団長に続いて、エールを送ります。29日は、自分の軍だけでなく、敵方の軍にもエールを送った紅軍が勝利を収めました(*^。^*)

三種目目は、紅白旗送りリレー！用意された旗はそれぞれ15本。勝負は三回、先に二回勝った軍が勝ち。紅軍は赤色の旗を、白軍は白色の旗を一本ずつ隣の方へ送ります。最後、黄色の旗をそれぞれのアンカー

が最後の籠へ入れた時点で、勝負が決まります☆30日は、接戦でなかなか決着がつかず、3回戦行ないました。最後もあと少しの所で紅軍が先にゴール！

紅軍が勝利を収めました(^0^)/

総合優勝の結果は・・・29日白軍☆ 30日赤軍☆

二日間にわたり開催された大運動会は、赤軍も白軍も一勝ずつ収め、幕を閉じました。来年の大運動会は、一体どうなるでしょう・・・？ご期待ください！！



デイサービスセンター河渡本町 野口 晴代
電話 025-250-3001 FAX 025-250-3010

デイサービスセンター城北町

●日本四大あやめ園へ行って参りました

新発田市五十公野公園のあやめ園では、約300品種60万本のあやめが咲き誇ります。あやめは、新発田市の花に定められ、とても身近な花として親しまれています。

デイサービスセンター城北町では、6月中旬、お客様とあやめ園へお出かけしました。梅雨の季節でありながら、当日は天候にも恵まれ、緑が美しい森林の中に、色鮮やかなあやめが咲いていました。



清々しいあやめを眺めながら、「また今年も観に来れたね」と、昨年眺めたあやめを思い出しながら、思い思いの時間を過ごされました。

梅雨の雨にも初夏の日差しにも映えるあやめを目にし、季節を感じることができ、お客様も私たちも、とても穏やかな気持ちとなりました。

また、来年も出かけましょう。



デイサービスセンター城北町 長谷川 真由美
電話 0254-21-3330 FAX 0254-21-3335

デイサービスセンター坂井東

●「アロハメイツ」様が来てくださいました♪

男性はアロハシャツに白ズボン、女性はムームー姿。揃って首にレイをかけられた、「アロハメイツ」の方々の演奏が始まりました。

異国の歌や懐かしい歌が流れてくると、うっとりされる方や、手拍子をとられる方、口ずさむ方など……。各々お客様は楽しまれていました。



演奏の後

で、フラダンスを教えていただきました。手の滑らかな動きは、なかなか難しく思いました。アロハメイツの方のように上手には踊れませんが、お客様も職員も一緒になって、楽しい時間はアツという間に過ぎていきました。とても名残惜しく、是非、また来ていただきたいと思いました。



デイサービスセンター坂井東 池田 薫
電話 025-268-8880 FAX 025-268-8887

グループホーム新津

●凄い！このパワー！！

当グループホームでは、毎日お客様と、行きつけのフードセンターにお買い物です。よほどの事が無い限りは休みませんから、皆さん顔なじみです。

この方が買い物かごを支えにして歩き始めると、周囲の買い物客の方々から「ワー 凄い！」と声援があるそうです。



「シャキッ！」のとおき1枚

普段手引き歩行無しでは歩けないお客様が、スーパーではこの通りのパワーアップです。

当ホーム最高齢の94歳です。

こんな活き活きした瞳とシャンとした体つきはウソのようです。

いかに刺激が、脳と身体を活性化してくれるか…（今にも走り出しそう…）

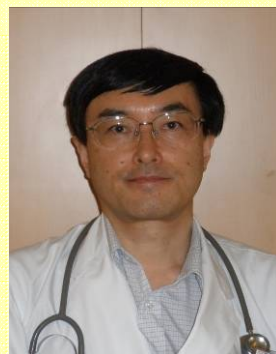
こんな「やる気」を引き出すことを、日々実行していきましょう！

グループホーム新津 渡邊 やよひ
電話 0250-21-2888 FAX 0250-21-2889

波田野先生のコラム 第1回

『はじめまして、丸山診療所所長、波田野 徹です』

はじめまして、この度、丸山診療所の所長となりました波田野 徹です。



伊東先生のコラムを引き継ぐことになりました。よろしくお願いいたします。前の勤務地は長岡市の長岡中央総合病院内科で、消化器内科部長として、16年に渡り医療をしてまいりました。出身は新潟市（旧亀田町）です。故郷の新潟に戻り、地域に根ざした医療を目標としていきたいと考えております。長岡の病院では、消化器内科専門医として、かなり特殊な治療をてがけておりました。肝がんに対して、腹部血管造影検査で肝動注化学療法、血管塞栓術を年間100件こなしたり、RFA（ラジオ波焼灼術）を導入し治療しました。肝がんの基礎疾患である、慢性肝炎（C型）に対してインターフェロン、リバビリン併用療法を行い完全にC型肝炎ウイルスを除去することをめざしました。また、胃がんや大腸がんを内視鏡で早期に発見して、お腹を切らずに内視鏡でがん粘膜を剥離し、治療する内視鏡的粘膜剥離切開術を多数行ってまいりました。早期のがんでないものに対しては、化学療法（抗がん剤を用いる）を施行しました。化学療法はできるだけ、入院ではなく、外来で行うように心掛け、患者さんの負担を軽くするようにしました。また、がんに伴う痛みをやわらげる緩和ケアを重視し、院内で緩和ケアチームをつくり、対応しました。

今、大きな病院を離れて、診療所で日々、さまざまな訴えをもつ患者さんと向き合っています。これまでのようにすぐCT、MRIをとるという訳にはいきません。大きな病院は外来でゆっくり患者さんのお話を聞くこともままなりません。まずは、じっくりと患者さんとの対話をするという医療の原点に立ちたいと思っています。

これから、このコラムをとおして医療について一緒に考えていきたいと思います。最先端の医療も紹介したいと考えています。どうぞよろしくお願いいたします。



祝 5周年記念感謝祭 ～一期一会 ありがとう～

デイサービスセンター城北町は、おかげさまで、5月3日に5周年を迎えることができました。

ありがとうございます。

そこで、日頃わたしたちを温かく包んでくださるお客様やご家族様など、支えてくださっている方々をお招きし、5周年記念感謝祭を開催させていただきました。

当日は、とても大勢の方にお越しいただきました。

式開催前に、当センター自慢の中庭の内覧会をいたしました。マリーゴールドなど満開に咲く庭を見ていただき、わたしたちがお客様と一緒に園芸を楽しみたいという思いを伝えさせていただきました。



厨房スタッフが心をこめてつくった「筍ごはん」「アスパラガスの天ぷら」などを召し上がっていただきました。旬のもの、季節を感じていただけたらと思い、メニューも工夫いたしました。どれも美味しいと、お褒めのお言葉をいただきました。

5年間を振り返ってのスライド上映では、お花見やあやめ観賞、買い物ツアーなど、お客様の楽しそうな笑顔がたくさん映し出され、懐かしいやら恥ずかしいやら…。

そして、オカリナの音色で歌う「思い出のアルバム」では、会場が一体となり、とても温かな気持ちになりました。

5年という歳月の中で、皆様と出会えたことに感謝をし、「ありがとう」と心から伝えることができた式典でした。

6年目のデイサービスセンター城北町を、今後ともよろしく願いいたします。

デイサービスセンター城北町 小泉 美咲

簡単おいしい☆お手軽レシピ

☆柳川もどき☆



暑いですね！

こんな時、牛の薄切りを使った「柳川もどき」は、いかがでしょうか？

味付けはお好みで。

牛薄切り…200g <材料> 5人前

ごぼう(笹がき)…150g

アスパラ(細め)またはインゲン…50g

玉葱(薄切り)…150g

卵…3～4個

だし汁…200～250cc

酒…大3

砂糖…大3～

醤油…+1～

a

1. フライパンにサラダ油をあたため、ごぼうを炒め、しんなりしたら玉葱を炒め、具を平らにし、牛肉を上にならべる。
2. ひと煮立ちさせた「a」を入れ、4～5分煮込み、茹でて3～4cmに切ったアスパラを散らす。
3. 割りほぐした卵を全体に流し、フタをして1分ほど火を通し、止めて蒸らす。

デイサービスセンター柳都大橋 小嶋 幸子

～ご意見・ご感想をお寄せ下さい。～

<連絡先> はあとふるあたご 新潟市中央区新島町通三ノ町 2284 番地 電話 025-228-5000 FAX025-228-4000

<編集委員> 南 洋子/中山 卓/荒木 幸子/横井 清彦/岡田 健/齋藤 正明/富樫 亜希子