



月刊 はあとふるあたご

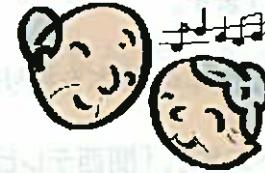
1月 第29号

<発行>平成 20 年 1 月 1 日

<発行元>〒951-8051 新潟市中央区新島町通三の町 2284 番地 <発行者> 木村 淳

株式会社 はあとふるあたご

電話 025(228)5000(代) FAX025(228)4000



「はもにい」
(写真はデイサービスセンター横越にて)

目次

年頭のご挨拶	2
はもにい	3
事業所だより	4
小林教授のコラム 第7回	5
職員紹介	7
ハーブ園を造ります	9
私のおすすめ	11
その日の気分で選べるお食事	13
伊東先生のコラム 第28回	15
新年の抱負	16

年頭のごあいさつ

新年、明けましておめでとうございます。新春を迎えるにあたり、皆様のご多幸をお祈り申し上げます。

さて昨年の日本を振り返りますと、

「不二家」、「関西テレビ」、「社会保険庁」、「大阪エキスポランド」、「ミートホープ」、「石屋製菓」、「赤福」、「船場吉兆」、「NOVA」、「防衛省」…

そして介護の現場においても全国大手事業者の「コムスン」、「ニチイ学館」、「ジャパンケアサービス」など…

偽装、改ざん、捏造(ねつぞう)、法令違反、癒着などの不正が次から次と明らかになり、安全、安心に対する国民の信頼が大きく揺らいだ一年でした。

弊社は皆様のお力添えのおかげで、現在新潟県内 12 拠点でサービスを提供させていただいておりますが、昨年 4 月の介護保険法抜本改正に伴う、介護報酬の大幅切り下げ。コムスン事件で社会問題化した法令遵守の問題。業界全体を襲っている人材不足など、現在、介護事業者を取り巻く環境は大変厳しいものがございます。

こうした環境下、弊社は職員一丸となって企業努力をして参った結果、おかげさまで健全な経営を続けております。

また法令遵守の問題についても、おめさんのところは大丈夫か? とご不安、ご心配いただいたかもしれません、私どもでは社内に法令遵守の担当部署を設置して、厳しく自主点検をしておりますので、今後ともどうぞ安心してご利用ください。

私は、常々経営は、正直で、誠実であらねばならないと考えております。

介護保険法に則り、地域に根ざして、誠心誠意サービスを提供させていただく、私たち介護事業者においては、高い倫理観が求められるのは当然のことあります。

本年も、弊社の企業理念である「わたしたち はあとふるあたごは 人を一番大切にします」を胸に刻み、引き続き、お客様の視点でサービスを捉え、質を高められるよう、職員一同努力してまいりたいと存じます。

なにとぞ、倍旧のご指導御鞭撻のほど、よろしくお願ひ申し上げます。

平成 20 年 元旦



株式会社はあとふるあたご 代表取締役 木村 淳

「はあもにい」

はあとふるあたごには健康支援トレーナーと音楽療法士・クラリネット演奏職員がいるんです。

その3名は普段は別々の曜日で各事業所を回っているんですが、今回に限ってこの3人がコラボレーションする事になりました！！

そのグループの名は・・・・「はあもにい」（ハーモニーカラオケ、はあもにいです。ひらがななんです）



11月13日、この日は柳都大橋のデイサービスセンタ

ーで行うことになりました。お昼過ぎに会場準備をしていると、「今日は何だかいつもの様子がちがうねえ」「今日は何があるんだっけ？」「ほれ、あれだよ、体操とかクラリなんとかっていう楽器をやるんだよ」「なんだね？クラリなんとかって？」「ん～？それはあれだよあれ！笛！でつけえ笛！」「笛吹くのかい？そんな器用な職員さんいたっけか？」「それがいるみたいなんだよ～。知らなかつた、びっくりだよ」

そして本番、この日のお客様は健康体操も音楽療法も初体験の方が多く、いつもとは違う雰囲気を楽しんでおられました。

体操の場面ではスカーフを使った体操がありました。首にかけたり、手で握ったりと手先のリハビリにもなるもので、お客様は職員のお手本を真剣に見ながら一生懸命にされておりました。うまく出来ると「ほれ！出来たよ～！」と笑顔でおっしゃっておりました。

音楽療法では昔の曲を中心に一緒に歌を歌ったり、楽器を鳴らしたりしました。初めはちいさな声で歌っていたお客様も、曲が進むにつれて気持ちよさそうに歌っておられました。「私、音痴だからねえ～」そういうていたお客様でしたが、とても大きな声で歌ってくれました。

クラリなんとか・・・ではなくクラリネット演奏では、クラリネットのきれいな音色にみなさんがウットリされておりました。「あれがクラリなんとかって笛だね？尺八とは違うんだろか？」「違うさ～こりや洋物だよ。外国の楽器だよ」「外国？どこの外国だね？」「そりゃ～アメリカとかそっちの方でしょ？」



「ほお～こんないい音出す楽器があるんだねえ～」「いい音だったね～。体も動かせたし、歌も歌ったし。楽しかった！お腹が空いた～早くおやつ来ないだろっか？」「今日のおやつはなんだろうか？」「甘め～のがいいな！甘め～の！」

事業所だより デイサービスセンター坂井東

寒くなってきた今日この頃、デイサービスセンターでは編み物をされる女性のお客様を多く見かけます。昔、編み物をされていたというお客様が多く、「今はもう無理だわ。」とおっしゃいながらも、編み棒を持つと記憶がよみがえってくるのか、スラスラと編み始める方がほとんどです。皆さま、ご主人やお子さんのセーターなどたくさん編んでいらっしゃったようです。

何もしないで居るよりは、手先を動かし、リハビリにもなっているのではと思い、余っている毛糸を探してきては、皆さまにお勧めしています。



皆様のお力で一つの作品に

今は、何人かのお客様が編まれたものをつなぎ合わせて、去年作ったようなひざ掛けを目指し頑張っています。

編み物ができない職員にも、時間があれば教えていただきたいと思っています。

デイサービスセンター坂井東

原島 淳子

電話 025-268-8880 FAX 025-268-8887

デイサービスセンター城北町

あるおやつの時間、出来立ておやつを召し上がっていただこうと、「じゃがいもおやき」を作りました。じゃがいもおやきとは、茹でたじゃがいもを潰し、片栗粉と塩少々を合わせこねたものを焼いたおやつです。少しお餅のような食感でやわらかいため、年配の方でもおいしくいただけます。

ホットプレートにバターを引くと、ホール中にふわーっとバターの香りが広がりました。おやきは、あんこやみたらしをかけていただきました。ほかに、のりを巻いた磯辺風もおいしいそうです。



ふだんは急須で入れるほうじ茶も、雰囲気と香りを楽しんでいただこうと、「ほうろく」で煎茶をほうじてお茶をお出ししました。

いつもと違うおやつの時間に、お客様も大変喜んでください、心なごむ時間を過ごしていただきました。

デイサービスセンター城北町

小泉 美咲

電話 0254-21-3330 FAX 0254-21-3335

小林教授のコラム 第7回

新潟医療福祉大学 小林量作

運動はきつくないと効かない— 本当！ ウソ！

今の高齢者が中学生や高校生の頃、「部活動中（運動中）は水を飲んではいけない」などと信じ込まれていませんでしたか。これは大きな間違いで、運動中の水分摂取が大切なことは、もう誰でも知っています。これに似た内容でまだまだ誤解があるのが運動の強さです。「きつい運動しないと効果はない」と思いこんでいる方が意外に多いのです。転倒予防教室の集まりで参加者の雑談に耳を傾けていると、目一杯の力でがんばらないと効果がない、翌日筋肉痛になるくらいではないと効果がない、などといった会話が聞こえます。これも大きな間違いです。子供のころの経験やテレビで見るプロ運動選手の練習風景の影響かもしれません。運動には功罪の両面がありますので、前回述べましたように「適度」な運動の強さや運動時間には注意しなければなりません。

米国の有名な研究で、90歳代の男女に8週間の筋トレを行ったら平均で1.7倍筋力が増し、速く歩けるようになったという報告があります（1990年）。これは希望を持たせてくれます。いくつになっても適度な筋トレは効果があるのですね。一般に元気高齢者の筋トレは、最大の約70%の力で8~12回の反復運動を週に2~3回行えば効果があるといわれています。しかし、最初からこのような大きな力で行うではなく開始から2~3週間は運動ならし期間です。自分自身で「楽である」と感じるくらいの強さで行います。運動になれたら「ちょうどよい」、さらには「ややきつい」程度の運動に徐々に変えます。運動の強さの決め方には幾通りかありますが、自分自身を感じるきつさの程度を参考にする方法が実用的で簡便です。

デイサービスセンターさかえ

11月11日、あいにくのお天気ではありましたが、デイサービスセンターさかえに、地元を中心にご活躍されている『栄太鼓』の方々がボランティアに来てくださいました。

まず、小学生の女の子の独奏「金太郎」が始まると、そのかわいくて一生懸命な姿に、皆さん目を細め、手拍子を打ちながらご覧になられていきました。この日が“デビュー”とのことでしたが、とても上手に演奏され、演奏後は拍手喝采でした。続いて、男性5名による迫力ある演奏が始まると、真剣な表情で食い入るようにご覧になられている方がほとんどで、なかには目に涙を浮かべながらご覧になられている方もいらっしゃいました。



演奏が終わってから皆さんに感想をお聞きすると、「今回初めて見たけど、いいもん見せてもらった」「やっぱり太鼓の音はいいのよ」といった声が聞かれました。生で見る太鼓の演奏に、皆さん大変喜んでくださいました。

『栄太鼓』の皆様、お忙しい中本当にありがとうございました。

デイサービスセンターさかえ

梅本 育代

電話 0256-45-7735 FAX 0256-45-7739

訪問介護ステーション

今回は新年号ということもあり、訪問介護ステーションの職員紹介をさせて頂きます。

・斎藤聰子（管理者）

姉御肌で人情派。頼りがいのある3児の母です。

・小山靖子（サービス提供責任者）

お料理上手で話し上手。自称悪妻。1児の母です。

・井村領子

優しく、気配り上手な2児の母です。

・荒木幸子（サービス提供責任者）

11月から新しく仲間入りの花の独身。花婿募集中です。

・川崎裕子（サービス提供責任者）

よく笑い、よく食べるがモットーの2児の母です。

他25名のヘルパーが居ります。

本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。



訪問介護ステーション

川崎 裕子

電話 025-228-5004 FAX 025-228-4000

通いなれたデイサービスで、気心知れたスタッフと！！住める！泊まれる！！ デイサービスセンター水原・ショートステイ水原

「火事です！火事です！皆さん、急いで正面玄関前まで避難しましょう。」職員の大きな掛け声を合図に職員がお客様の避難誘導を始めます。

先日、当センターでは、これから来る冬本番に備え、お客様と消防署のご協力の下、避難訓練を実施いたしました。



タオルを口にあてながらの避難、非常階段を使用しての非難、防火扉を実際に閉める訓練、水消火器での消化訓練を行い、訓練後に消防署の方から訓練の様子の総評をいただきました。

今回の訓練を踏まえて、万が一の際にはより迅速かつ、安全に避難できるように努めたいと思います。

これから火を使う機会が多くなると思います。皆様も火災には十分お気を付け下さい。

デイサービスセンター水原・ショートステイ水原

大瀧 厚子

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)

福祉用具課

今月は入浴補助用具についてご紹介いたします。

入浴補助用具には、「浴槽手すり」「シャワーチェア」「浴槽台」「浴室すのこ」がございます。これらの商品は介護保険を適用しての購入となります。

高さ調節付き浴槽手すり

UST-130



その中で今回は「浴槽手すり」をご案内いたします。

浴槽手すりは、お風呂の浴槽のふちに簡易的に取り付けられ浴槽をまたぐ時につかむ事ができ、安心して浴槽内へ移動が行えます。

また、浴槽の内側にグリップがありますので、姿勢を安定させたり、体を起こす際に活用できます。

取り付けたままでお風呂の「ふた」をかける事もできます。(一部形状により付けられない場合がございます。)

購入される前にお試し頂く事も出来ますので、お気軽にご相談下さい。

次回は入浴用具の「浴槽台」についてご紹介いたします。

福祉用具課

柳都大橋 025-228-5002

新発田 0254-23-1173

職員紹介 No.24

デイサービスセンター柳都大橋 五十嵐 萌

こんにちは。五十嵐 萌です。

私は4月から新入社員として働き始め、はやくも9ヶ月が経ちました。学生の名残がまだ残っていたりもしますが・・・。いや、もう立派な社会人です！！

当初は、「どんな職員がいるだろう」や「どんなお客様と出逢えるだろう」と楽しみと不安でドキドキしていました。今はその不安もなく、みなさん最高の職員ばかりでとても働きやすい環境にあります。お客様も私の名前を覚えてくださって「五十嵐さん、もえちゃん、もえどん？」と呼んでくれると嬉しすぎます。（この仕事をして少し痩せたことも嬉しかったあ。）



日々職員とお客様から学び、「なるほど～！」と思うことがあります。まだまだ成長していきます。この職種は技術と知識はもちろん必要となってきますが、私は何よりお客様と触れ合うことを大切に頑張っていこうと思います。

グループホーム三条

★お寿司パーティー

大きなお鍋、ご飯の釜、まな板を持って現れた1人の見知らぬ男性・・・。

なんと、お寿司屋さんがやって来たのです！！

出張握りなんて、とてもリッチな雰囲気がします。

職人さんの手さばきに感心されるお客様の目の前で、どんどん握られていく、エビやカニ、イクラなどの豪華なお寿司。



そして、甘エビの頭で出汁をとったお味噌汁。

「お正月が来たみたいだ」と喜ぶお客様、「おいしいおいしい」とおかわりされるお客様。

心もお腹も大満足なひと時を過ごして頂く事ができたと思います。

グループホーム三条

田巻 なつみ

電話 0256-36-5555 FAX 0256-36-5556

グループホーム五泉

★パッチワーク

外は毎日、雨、雨、雨。戸外へ出かけることが難しくなってきました。

グループホーム五泉では、只今、お客様全員でパッチワークを作成中です。

布を何枚も縫い合わせ、出来たときにはこたつの上掛けになります。



老眼鏡をかけ、手縫いで細かい作業をていねいにやっています。

皆様、さすが“昔とった杵柄”1時間も集中し無言で作業されており、出来上がりも期待できそうです。

「出来上がったら次は何にしようかね」「テープルクロスもいいね」と楽しい会話も弾み、皆様の頑張りで手作りのこたつ掛けで暖まる日も近いでしょう。

グループホーム五泉

山下 敦子

電話 0250-41-1610 FAX 0250-41-1611

「ハーブ園を造ります！」

このたび当社では健然ファーム様のご指導の下、デイサービスセンター横越にハーブ園を造ることとしました。

ハーブを「育て」「収穫し」「利用する」ことを通して、お客様に喜びや安らぎなどを感じていただければ幸いです。

以下、健然ファーム 久保社長からの寄稿です。

この度「はあとふるあたごデイサービスセンター横越」様のハーブ園のプランニングとハーブの栽培、収穫、利用に携わらせていただきます「健然ファーム」と申します。当社は、アロマテラピーを行う人材の育成とアロマ商品を販売しており、「はあとふるあたご」様各施設でお客様のアロマのハンドトリートメントやフットトリートメントに携わっております。



アロマテラピーは精油を使いますが、その精油はハーブが持つ香りを抽出したものです。そのハーブは皆様おなじみのラベンダーやローズマリー、バジルなど食材としても使われます。ハーブは、はるか昔の古代から利用され、香草や薬草として使られてきましたが、横越のハーブ園では、ご利用の皆様の五感を楽しませてくれると思います。目で見る楽しみ、育てる楽しみ、香りの楽しみ、そして収穫して使う楽しみなどさまざまに感じることができます。

今回のプランの縁結びは、新潟市西区横尾にあります「ハーブの庭YOKO」様です。そこは、新潟大学名誉教授の新島旭先生ご夫妻が運営されています。新島先生は、アロマに関心をもたれ、当社を訪れました。その後ご自身でラットの実験を通じ、自律神経に対するアロマの効果を社会に発信されました。現在、医・食などの分野から注目されていらっしゃいます。奥様は、もともとお菓子作りの先生ですが、当初よりハーブにも関心をもたれていて、ハーブ園をご高齢者の皆様にも開かれた園として目指され、私どもスタッフとスクール卒業生が開園作業に協力させていただきました。はあとふるあたごの木村社長がその「YOKO」を訪問したことが今回の縁です。

また横越ハーブ園の、ハーブの育成、収穫、利用の監修は、小野庸子先生にご指導いただくことになっております。小野先生は当社のお客様ですが、学校の校長などの要職を務められ、ご自身のハーブ工房を中心に、ライフワークとしてハーブに20年余り携わっていらっしゃいます。「YOKO」開園のご指導にも携わっていらっしゃいます。この月刊誌でも今後、横越のハーブ園に咲くハーブやさまざまなハーブのことを皆様にお伝えいただけますことを楽しみにしています。

健然ファーム

代表 久保泰雄

デイサービスセンター松浜

先日、松浜小学校6年生の生徒さん達9名が、「体験学習」の一環として2日間、デイサービスセンター松浜に来て下さいました。

初日は皆さん少し緊張気味でしたが、お客様と一緒にタオルたたみやボール転がしをするうちに段々と打ち解け、そのうちいたる所で、元気で明るい笑い声が広がるようになりました。また、2日目は、お客様と一緒に「千の風になつて」を歌ったり、松浜小学校を紹介する寸劇などを披



露して下さいました。そして最後に、生徒さん達手作りの素敵なメッセージカードを頂きました。

別れ際には、お客様と生徒さん達が握手をしながら、双方が涙、涙となり、とても感動的で心温まる交流を持つ事ができました。

松浜小学校の皆様、本当にありがとうございました。この場をお借りして御礼申し上げます。

デイサービスセンター松浜

石崎 徳幸

電話 025-255-7701 FAX 025-255-7705



居宅介護支援センター

★勇気と決断力に拍手！！

パーキンソン病発症から15年を経過し、「要介護2」の方がご夫婦で、故郷の岐阜県まで行って来られました。パーキンソン病は体調が一日の間に変化しやすく、すくみ足や突進歩行などの症状が急に始まり、体調が悪いと自力歩行は転倒の危険が高く介助が必要という病気です。奥様が介助していて二人一緒に転倒した事もあり、お二人での長旅は心配でした。

旅行に持っていく歩行器を訪問看護師や理学療法士と相談し、普段は歩行車として使え、歩行悪化時は車椅子になるタイプを選定しました。

旅行中は比較的体調よく、「伊勢参り」もできました。

歩行車を使用してしっかり歩行できた写真を見せて頂き、思わず「拍手！」旅を成功させたのは奥様の決断力と周囲の力を借りるという勇気だと思います。

今後もお二人の挑戦は続きそうで、楽しみです。

居宅介護支援センター城北町

横尾 多美子

電話 0254-21-3331 FAX 0254-21-3335

私のおすすめ！！

居宅介護支援センター河渡本町 南 洋子

★「湊稲荷神社～願掛け高麗犬～」

新潟市中央区稲荷町にあります、全国的にも例をみない高麗犬として有名な湊稲荷神社をご紹介いたします。

その昔、新潟沖を通る船は湊稲荷神社に航路を進め、入港して海上安全、船運長久を祈願する神社として、海運業者・漁業者の信仰を集めたといわれています。

願掛けの習俗について簡単にご説明します。和船の出入りで新潟港がにぎわっていたころ、港に入る船乗りたちは花柳街に遊び、その夜遊女に送られて船に帰るのが新潟の風俗だったそうです。遊女たちは夜中ひそかに湊稲荷神社へ行き、高麗犬を回して高麗犬の頭を西のほうへ向け、西風が吹いて海がしけて出航できず、船乗りが遊びに来てくれることを願ったそうです。

神社鳥居の両脇に2つの高麗犬があります。向かって右の高麗犬は男性が願掛けする時に回し、向かって左の高麗犬は女性が願掛けする時に回すそうです。

近年マスコミで取り上げるようになったことから、今では地元の方以外にも市内各地や県外からも、多くの人がこの「願掛け高麗犬」を回しに訪れるそうです。ちょうど今時期は、合格祈願に訪れる若者の姿が多く見られました。

願いは様々ですが是非一度、高麗犬を回して願掛けしてみませんか？お薦めです！！

クリスマスリースをお客様と一緒に

グループホーム三条 中山 茂子



晩秋のお天気に誘われて、近くの山の遊歩道を散歩すると、地面からつるがでて大木にくくると巻きついているのを見つけ、お客様と一緒にクリスマスリースを作つてみようと思いました。

拾ったどんぐりなどと一緒にさっそくホームに持っていくと、「あー！これいいね」「う～ん、これが気に入った！」とすごい反響でした。どんぐりを貼り付け、松ぼっくりをワイヤーでくくりつけたり、ドライフラワーをつけたり。仕上げはリボンや鈴などを飾りつけ、何日もかけてムードいっぱいのリースが完成しました。

製作途中に、毎日ご自分の名前がついているリースを見つけては「これ、私のらね！」とにっこり嬉しそうにされる姿は、年を重ねてもかわいらしい女性なんだと、改めて思わせられました。



グループホーム新津

★絵手紙教室

荻野町の回覧板で、絵手紙教室開催のお知らせがありました。

さっそく申し込んだところ、先生の方からグループホームに来て下さり、教えていただけたことになりました。

最初に、ピーマンが配られ、先生の方から「よく見ておもいきって、一筆で書いてくださいね。」といわれましたが、



なかなか難しいようで、皆様最初は手が、全く動かないようでしたが、一旦描き始めるとスラスラ。真剣な表情で、描いておられました。

絵ができると、思いついた言葉を一言添えて、出来上がり。皆様素敵な作品が、出来上りました。

グループホーム新津

木根渕 幸子

電話 0250-21-2888 FAX 0250-21-2889

デイサービスセンター横越

芸術の秋・・・当センターでは、11月に『文化祭』として、お客様の作られた作品を展示致しました。

俳句・習字・塗り絵・折り紙で作った秋の情景等々、お客様の趣味を活かした作品や、普段、センターで過ごされている時に作られた作品などを展示させて頂きました。

センターで折り紙を折っていらっしゃる時、「昔折ったけど、忘れた。」と、おっしゃいながら折り方の紙をご覧になつたり、職員の折るのを参考にされたりと、熱心に作られました。



また、あるお客様は、塗り絵をしたことがなかったということでしたが、「やってみたらおもしろい」と何枚も塗り絵をされて、すてきな作品がたくさん出来ました。



どの作品も昔を感じ、季節を感じ、そして楽しみながら作られた作品ばかりです。

デイサービスセンター横越

大久保 友恵

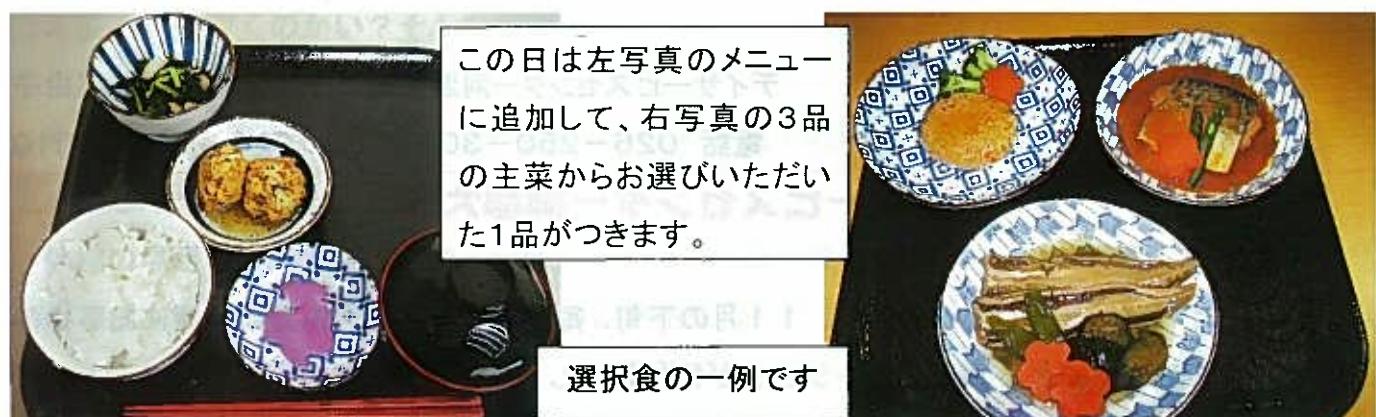
電話 025-383-2235 FAX 025-383-2236

その日の気分で選べるお食事

毎日のお食事はいかがでしょうか？はあとふるあたごのデイサービスセンターではその日、食べたい主菜を3品の中から選んで頂く選択食を実施しています。

魚類、肉類、中華など様々な内容のお食事をご用意していますが、今回はおすすめメニューの「さばの味噌煮」、「和風ハンバーグ」、「穴子と茄子の柔らか煮」をご紹介いたします。さばの味噌煮は田舎味噌、八丁味噌味の種類があります。ご飯に良くあうと人気のメニューです。骨も全てとっていますので大変食べやすくなっています。

和風ハンバーグはとってもやわらかく、食べやすいメニューです。ハンバーグは他にも豆腐ハンバーグや煮込みハンバーグもご用意しております。穴子と茄子の柔らか煮は最近加えた新メニューで、これもやわらかく、味も良いとのことで人気の一品です。



写真のように炊き立てのご飯、美味しい味噌汁、お楽しみの副菜2品、日替わりのお漬物、皆様に選んで頂いた主菜の、6品でお出ししています。その他に、毎月行事食として、季節のお食事もお出ししています。1月は小正月料理や、2月は節分にちなんで太巻き。暑い夏は冷やし中華や、寒い冬はあつあつ鍋などなど。行事食のほかに、おそば、うどんの日もあれば、炊き込みご飯の日など毎月盛りだくさんの内容の献立となっております。



写真のお膳ですが、11月26日から、はあとふるあたごデイサービスセンター柳都大橋にてお皿、お椀、お膳をリニューアルいたしました。とってもいい感じですよね！！おいしいお食事がさらにおいしく召し上がるかと思います。

今後職員一同、皆様においしく、楽しく、満足していただけるように精一杯頑張らせていただきますので、どうぞ、今年もよろしくお願ひいたします。

食彩委員会 進藤 香



デイサービスセンター河渡本町

11月21日、デイサービスセンター河渡本町では、演歌歌手の越ひかりさんに来ていただき歌を披露していただきました。

赤い着物をまとった越ひかりさんが登場されると、センターにいつもと違う空気が流れました。さすが！演歌歌手のオーラが感じられました。

歌が始まると、会場が一気に明るい雰囲気につつまれました。お客様がよくご存知の曲を表情豊かに歌ってくださいました。聴きながら涙を流されるお客様、「本当に歌うまいなー」と感心しきりのお客様・・・。

最後は越ひかりさんオリジナルの曲で明るく元気よくしめて下さいました。すばらしい歌声はやっぱり心に響くものだなあと感動したひとときでした。越ひかりさん、また来て下さい！

デイサービスセンター河渡本町

三添 真由子

電話 025-250-3001 FAX 025-250-3010

デイサービスセンター柳都大橋

デイサービスセンター柳都大橋では、11月の下旬、毎週水曜日の音楽療法の時間にお客様の三味線と音楽療法士によるコラボレーションが行われました。

お客様は三味線が趣味な方で、始まる前には、入念に音合わせをされていました。

少し緊張気味のご様子でしたが、演奏が始まると、力強い弦の音、お客様の姿はとても素晴らしい、会場の皆様も一緒に唄って下さり、手拍子も出て、大盛況でした。

「生の三味線で唄えるなんてなかなか出来ないね。」「かっこいいね～。」とアンコールの声も出ました。音楽療法士はいつものピアノにかわり、太鼓で共演しました。三味線のお客様からは「また、機会があったらいつでもやるよ！」と快い返事を頂き、和気藹々とした、和やかな楽しいひと時でした。

デイサービスセンター柳都大橋

波田野 涼

電話 025-228-5010 FAX 025-228-3335



伊東先生のコラム 第28回

丸山診療所所長 伊東浩志 先生

人は重力に抗して生きていくしかない。

もともと進化の過程で、哺乳類は四足歩行を元に骨格が形成されています。

人類が直立歩行を獲得してもこの基本的骨格に大きな変化は見られていません。

このために、人の多くの病気が重力を原因として生じています。

内臓も本来は前方に重力がかかるように基本設計されています。

関節も軟骨も全てです。

進化の過程でやむをえずとった直立歩行が人の多くの病気の根源だったのです。

とくに関節の疾患のおおくは重力に関係します。

変形性脊椎症・変形性関節症などはまさにそれです。

では、どうしたらよいか。重力が常に偏らないようにバランスをとることです。

体のゆがみを矯正することです。

しかし、長年培ってきた姿勢・加重・バランスはちょっとやそっとで変えられない。

そこで、専門化が必要になってくるのです。

数年前にウォーキングの正しい方法がテレビでよく出ていましたが、あれがもっとも簡便な矯正法です。

さらに、整体師・理学療法士・作業療法士・鍼灸師・義肢装具士も非常に有益な情報を持っています。現在、私が着目しているのは装具を使用しての予防医学です。

装具は病気をした人が使うものと思われがちですが、体のバランスにゆがみのある人を装具で矯正することにより病気を未然に防ぐことができるとわかつてきました。

装具を使用しての予防医学。これは未だ誰も着手していない医学領域です。

前回もお話しましたが、新潟医療福祉大学に義肢装具学科ができしたことによりこうした研究が行われていくことを非常に強く期待します。

また、スポーツ医学的にも装具で姿勢を矯正すると、たとえば、ゴルフの飛距離が格段にアップしたり、野球の打率が著しく上昇したりします。

プロスポーツ選手もこうした医学を取り入れていくと良いでしょう。

さらに、内臓疾患の予防的観点からも研究が期待されます。

平成20年 新年の抱負

私の抱負は、お客様とより親密になることです。もつとゆっくり話し合える時間を作り、触れ合いを大切にしたいです。これからも日々「明るく、楽しく、元気よく」をモットーに頑張っていきたいと思います。

デイサービスセンター坂井東 渡辺 麻美



今年の抱負は「痩せる」ことです。1年間で14kg体重が増えてしまいました。

しっかり働き、たっぷり汗搔き、売上と体重を反比例させたいと思っております。

福祉用具課 新発田 甲斐 宣裕



お客様からの信頼を得られるように、日々の何気無いお客様の言葉にも耳を傾け、介護に務めたいと思います。

松鶴荘 高橋 紗子

お客様が生活される上で、より快適に、より安全にお過ごしいただける様、日々努力していきたいです。

松鶴荘 羽深 知子

今年は、お客様のニーズをたくさん引き出し、一緒にいろいろな事にチャレンジして、心から至福を感じて頂けるよう、住みよい環境作りに努めていきたいと思います。

グループホーム三条 板倉 康二



この度、はあとふるあたご水原に縁あって勤める事になりました。4ヶ月が経ちました。

今年の抱負は他の職員の方の足手纏いにならない様、又、お客様からも頼られる職員になりたいと思います。

ショートステイ水原 椎谷 隆志



在宅支援の基本である「在宅で本人らしく生活ができるように取り巻く環境のまとめ役」として、今年もご利用者様と共に歩みたいと思います。宜しくお願ひいたします。

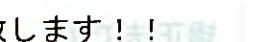
居宅介護支援課 橋本 多賀子



早いもので入社5年目を迎えます。笑顔と初心を忘れずに、日々の業務に取り組んでいきたいと思っております。

今年も一年よろしくお願ひ致します！

総務課 古野間 信介



お客様やご家族様が、安心して在宅生活をお過ごしていただけるよう、又選ばれる介護ステーションを目指し、職員一丸となってサービスの向上に努めます。

訪問介護ステーション 斎藤 聰子



＜連絡先＞ グループホーム三条

電話 0256(36)5555 FAX 0256(36)5556

＜編集委員＞古野間 信介(総務部)南 洋子(居宅介護支援センター河渡本町)中山 卓(福祉用具センター柳都大橋)川崎 裕子(訪問介護ステーション)熊倉 敬祐(デイサービスセンター柳都大橋)難波 淳(グループホーム三条)