“はあと”をつなぐ情報誌

月刊 はあとふるあたご

第44号
【発行】
2009年4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河渡本町
「ひなまつり」（関連記事は２ページ）

目次

事業所だより・・・・・・・・・・・・・2
自分で食べるを応援します！第10回・5
私の自慢　第25回・・・・・・・・・・6
木陰亭昔語り　第3回・・・・・・・8
伊東先生のコラム　第43回・・11
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。

デイサービスセンター河渡本町

●大流行・・・？！

現在、河渡本町では**「大人の塗り絵」**が大流行です！！！

塗り絵を楽しまれているお客様の中で、今回は**宮川裕子様**の作品を紹介します♪

この作品は、昨年の河渡本町の５周年記念祭に展示させていただきました☆顔には影がつけられており、葉は一枚一枚少しずつ違う色を重ね、ハッキリと、そして丁寧に仕上げられております。今回、全ての作品をご覧いただけないのが、残念です！(>_<)！

今年、年女の宮川様。

“一度決めたことは黙々と頑張る”と言われているウシ年の性格の通り、何事にも真剣で、デイサービスでのリハビリもいつも真剣に取り組まれております。また、ウシ年には才能ある有名人が多く、〝蘭学事始〟の著者 杉田玄白、〝日本地図〟を完成させた伊能忠敬、〝日本初の総理大臣〟伊藤博文などがいます。宮川様も色彩の才能が優れているので、素晴らしい塗り絵の作品を作られるのですね！！！私も宮川様と同じウシ年として恥じないよう、何事にも真剣に取り組んでいきたいと思います。

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

❤毎年、恒例のバレンタインデー❤

今年もやってきましたバレンタイン週間です！！

日頃の感謝を込めて職員の写真が載ったカードとチョコレートをお渡し致しました。

職員一人ひとりの写真をご覧になりながら「写真写りが良いわねぇ。お見合い写真に使えるわよ。(笑)」など、お話が弾みます。じっくりご覧になり、質問コーナーが始まりました。

こうして、はあとふるあたごの輪が広がったバレンタイン週間ですが、なんと今回で４枚目となるバレンタインカード。全部お持ちになられているお客様も今年からのお客様も城北町のバレンタインカードを毎年集めるといい事がある・・・かもしれません。(＾▽＾)

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

●３月４日　新潟万代太鼓の皆様がお越し下さいました。

お客様、職員の厄払いに・・・と獅子舞、大黒様が登場しての始まりでした。その後「佐渡おけさ」「新潟甚句」「祭り太鼓」他数曲の演奏。どれもこれも想像以上に迫力満点の演奏で、お客様は勿論、職員も魅了されてしまいました。歌を口ずさみ、手や足など体全体でリズムをとっているお客様もいらっしゃいました。中には「祭りを見に行ったみたいだよ！」と言われたお客様もおられ、まさに真冬の新潟祭りでした。最後には、景気良く「三本締め」。是非またお願い致します。

デイサービスセンター坂井東　　石田　久仁子
電話　025－268－8880　FAX　025－268－8887

デイサービスセンター松浜

●桜餅を作りました！

明日は雛祭りという３月２日、調理レクリエーションで桜餅作りをしました。

まず、三つのグループにホットプレートを用意して行いました。餅作りですが、これは小麦粉、白玉粉、砂糖を混ぜて食紅で薄くピンク色にした生地で代用しました。この生地をプレート上に薄目に球状にたらして表裏を焼き上げるのですが、裏返す時に形が崩れたりして苦労しながらも餅を作ることができました。

お客様各自が大き目の桜の葉に焼き上がった餅を置き、その上にお好みに応じて漉し餡または粒餡を選んで餅と桜の葉で包んで美味しそうな桜餅が出来上がりました。その後、春を思わせる桜の葉の良い香りを楽しみながら、お好きな飲み物と共に笑顔いっぱいで桜餅を賞味しました。

デイサービスセンター松浜　　高橋　正明
電話　025－255－7701　FAX　025－255－7705

グループホーム三条

●ひな祭り

「３月３日はひな祭り。元来は「桃の節句」ということで、和暦の３月３日に白酒などで飲食し、お祝いしたもので・・・。」

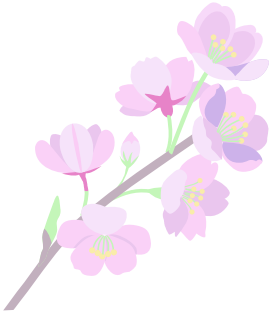
　そのような小賢しい知識など吹き飛ばしてしまうほど、「おんなぢから」に満ち溢れた私どものホームでのそれは、まさに「乙女の祭典」と言い換えても良いでしょう。甘酒を飲んでちらし寿司を食べて。楽しそうな女性の笑顔が印象的です。

　いのちを生み育てる力は男性の持ち得ない物。その大いなる力に包まれている私は、たとえ先月チョコレートがもらえなくても、そのような儀式はこのあたりでは形骸化してしまっているか、そもそも伝来していないのだと信じております。

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

●望まれるケアマネージャー」を目指して



民間の調査で「利用者に望まれるケアマネージャー」が紹介されていました。

① 希望する日時に約束どおり訪問してくれる。
② 説明が丁寧でわかりやすい。
③ 利用者の話をよく聞いてくれる。
④ サービスに対する費用や支払い方法をきちんと説明してくれる。

私たち、「はあとふるあたご」でも満足度調査を行い、常にサービス向上を目指しております。その中で、ケアマネージャーとしてまだ 9 か月という経験の浅い私ですが、常にこれらのことや、その他多くの人にご指導頂いた事柄を頭に入れ、お客様が住みなれた地域で在宅生活が続けられるようお手伝いをさせていただきたいと考えております。新年度を迎える今、気持新たに頑張っていきたいと思います。今後とも、どうぞよろしくお願いいたします。

居宅介護支援センター水原　　木根渕　幸子

自分で食べるを応援します！第10回

「お茶わんの話」

株式会社コラボ　代表取締役社長

秋元 幸平

私達はスプーンだけでなく食事の時に使う様々な道具も開発しています。

今回はお茶わんのお話です。お箸とお茶わんは対のものですが、お箸が使いづらくなるとスプーンとおかゆの登場になります。一般的にお茶わんの中の最後のおかゆはすくいにくいものです。そこで弊社の人気商品であるライトスプーンの曲面とピッタリ同じ曲面をもつ「ほのぼのお茶わん」を考えました。これを使うときれいにすくうことができます。

開発にはガラスメーカーの岩城ハウスウェーさんの協力を頂き、軽量強化磁器という強度の高い材料を使い２重構造にして食材の温度が手に伝わり難くしています。また、亀田製菓さんの飲み込み困難なかた向けの「ふっくらおかゆが食べやすい」をテーマにしました。形状は3種類で「たまご・しずく・木の葉」の自然素材をテーマに、造形作家の鈴木尚和氏にデザインして頂きました。毎日使うお茶わんですので、徹底的に「こだわり」をもって創ってみました。

職員紹介　第30回

デイサービス課　高木 寛

デイサービス課の高木寛です。

音楽療法を担当しています。楽器は尺八を主に用います。音楽は、感情を豊かにし脳活に良く老化がスローにエイジングします。

１、手を有効に使い、脳の活性をうながします。

２、歌うことによって、呼吸機能を強化します。

３、リズムを取ることによって、音楽の一体感を感じたり、規則正しいリズムを取得します。

もうひとつは、お客様の一番記憶が残っている青春時代にスポットをあて、曲で引き出し回想することです。その時代の唱歌、童謡、出来事を再認識し、記憶をよみがえらせて様々な感情に触れていただきます。

最終的には、人それぞれの中で、「人を一番大切にする」当社の理念に基づいて、信頼と笑顔をつくることが目的です。入社して一年がたちましたが、いろいろな人に支えられて私の第二の人生の仕事として頑張っていくつもりです。

訪問介護ステーション

●こんにちは！！　荒木です！！

「あっ！知ってる！」「ご飯作りに来ていた！」と思われる方も多いと思います、以前はヘルパーとして、皆さんのお宅に訪問させて頂いておりました。現在はサービス提供責任者として訪問介護サービスの管理をしています。

　サービス提供責任者の仕事は、ヘルパーの指導や、訪問介護を利用される、お客様やご家族の要望を伺い、ケアマネージャーからの介護計画に基づきサービス内容を決め、訪問するヘルパーに、その内容を引き継ぎます。訪問するヘルパーさんからの報告を受け、問題点や要望、新しいサービスの必要性などをケアマネージャーに報告します。お客様やご家族の話を伺いながら解決策や改善策をケアママネージャーと共に考えます。サービス内容がお客様やご家族の要望に沿ったものなのか、サービスを通して修正を重ねながら、よりよいサービスを提供する仕事です。お客様が初めて出会うヘルパーさんでもあり、責任は重大です！他の人が家に来て掃除や調理をしていくのですから、良い気持ちはしないと思います。お客様の視点にたち快適にサービスを利用して頂けるように心がけています。

訪問介護ステーション　荒木　幸子

シリーズ「私の自慢」No.25

●「パッチワークキルト」

訪問介護ステーションのお客様、さくら（匿名）様をご紹介致します。
名前が載るのは、ちょっと恥ずかしいからと匿名にさせて頂きました。
さくら様のご自宅を訪問させて頂いた時に、初めは壁に色鮮やかな絵が飾ってあるのかなと思い、近づいてみると布でできたパッチワークでした。さくら様が作られた物と伺い驚きました。１３年前から始められ最初は手ぬぐいに自己流で刺子をさせていたそうです。

近くの公民館でパッチワークの教室に参加されたのが、パッチワークキルトを始めるきっかけになり、現在も教室に通っておられるそうです。リウマチがあるので、休みながら１日３～４時間、１～２ヶ月かけて仕上げ、季節ごとに替えて楽しんでおられるそうです。

デイサービスセンター横越

●２月１６日に、新潟萬代太鼓「飛龍会」の皆様が来てくださいました。

ドドーン！と、ホールに鳴り響く太鼓の大きな音に、最初は驚かれたお客様ですが、すぐにその見事な太鼓の演奏に聴き入られていました。また、曲の中には獅子舞やひょっとこが登場しての踊りが披露されたのですが、飛龍会の皆様がセンターご利用のお客様に『お元気でいていただきたい』という思いを込めてくださり、お客様は大変喜ばれ、「涙がでたよ」、「すばらしい！」と、感動されていました。

全ての演奏を終えてから、お客様に太鼓をたたかせてくださり、それに合わせて笛の演奏をしてくださったのですが、他のお客様も手拍子で盛り上げ、とても楽しい時間を過ごしました。

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

●大正の日

今から数か月前。お客様と会話をしていると、お客様には、大正生まれの方が多いことがわかりました。そこで今回、「大正の日イベント」を企画し、皆様に大正の時代の事を思い出して頂いたり、新たに知って頂こうと思いました。2 月 13 日、14 日と二日間にわたり行いました。

まず最初に、大正年表、大正時代の写真などで大正の 15 年間を振り返っていただきました。皆様は初めて知ったこともあったようで、「へえ～」と感心の声を上げて下さいました。

その後大正クイズコーナー、大正 8 年発売のカルピスで同じ大正 8 年生まれのお客様に音頭を取って頂き、乾杯をしました。最後にメインイベントとして、大正の歌を皆さまとうたいました。おなじみの、籠の鳥、カチューシャの唄、船頭小唄、他三曲です。さすがにお客様はよく知っておられ、とてもいい声で歌っておられました。「全部知ってる歌だ」と喜んでおられるかたもいらっしゃいました。職員もたくさんの資料を見て、少し頭がよくなりました！

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）
FAX0250－62－8887（デイ・ショート共通）

【木陰亭昔語り】第3回　～古町の由来～

総務部 経理財務課 斉藤正明

今回は、新潟島の中心部である「古町（写真）」という地名の由来です。わたしは子供のころ、「雪の降る町」だから「フルマチ」なんだと思っていました。もちろん、そんなことはありませんね。

―それでは、木陰亭さんに語ってもらいましょう。―

「新潟の町はな、江戸時代の始めまで、新潟大学の病院なんかが建ってる旭町の高台にあった。なんでそんなところにあったかって？　それはな、今の東中通まで信濃川が来ておったからじゃよ。東中通が、大きな船の付く湊じゃった。今の古町なんかがある場所は、そのころは川の中州じゃったんじゃよ。その後、東中通の湊が浅くなって、大きな船が付けなくなった。で、川の中州に町ごとそっくり移転したのが、今の新潟島の中心部というわけじゃ。

で、これはまだ新潟の町が、旭町の高台にあったころの話じゃがな。その高台の中心部は『本町（ほんまち）』と呼ばれておった。その後、信濃川に近いところに新しい町が出来た。そっちの方は『新町（あらまち）』と呼ばれた。しかし、信濃川に近い方が荷物の上げ下ろしに便利じゃったから、次第に『新町（あらまち）』が町の中心部になっていった。やがて、『新町（あらまち）』が、『本町（ほんまち）』と呼ばれるようになった。これが、今の『本町（ほんちょう）』じゃな。かわりに、元の『本町（ほんまち）』は、『古町（ふるまち）』と呼ばれることになったというわけじゃ」

デイサービスセンター柳都大橋

●桜餅作り

柳都大橋では、３月３日のひな祭りにあわせて桜餅作りを皆様に楽しんで頂き、一足早い春を満喫しました。

ホットプレートを使って生地を焼き、桜餡をのせ、出来上がりはご覧の通り、お店に出しても売れますよ～と言う程の出来栄えでした。ご自分達で作られた桜餅はまた格別な味だったと思います。

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さかえ

暦の上では、とっくに春を迎えていますが、まだまだ暖かくなったり寒くなったり…と一進一退を繰り返しながらも、着実に春の気配を感じる今日この頃です。

デイサービスセンターさかえでは、3 月 3 日の桃の節句のお祝いに、春色の着物に着替えていただき、記念撮影会を行いました。

最初は遠慮気味だったお客様も、袖を通した後は自ら裾を合わせ、“おはしょり”を出し、慣れた手つきでお召しになられていました。いつもより背筋がピンと伸びているようでした。

ご夫婦でご利用されているお客様に、お雛様とお内裏様役をお願いしました。レンズの向こうには、仲良く手を握り合い、照れくさそうに微笑む姿がほのぼのとしていて、とても印象的でした。長年、苦楽を共にしてきたであろう歴史を垣間見たような気がし、なんだかとても温かい気持ちでいっぱいになりました。

日本には四季の織りなす美しさや素晴らしい伝統があります。これからも皆様に教えて頂きながら、守り続けていきたいと思います。

デイサービスセンターさかえ　　石月 綾子
電話 0256－45－7735 FAX 0256－45－7739

グループホーム新津

●こんな大きなゆきだるま作っちゃいました。

高齢者にとってウン拾年前の大雪が信じられない位、めっきり少雪続きです。「雪が降らなくていいあんばいだね！」と話していた矢先の 1 月 13 日の雪に慌てて除雪に汗を流したのですがその雪も数日で消え「やっぱり、雪国の名前も返上…だ！」と 2 月に入ってスノーダンプもシャベルも片付けました。

ところが 2 月 17 日～18 日に突然降り続いた雪に、「やっぱりこのままで終わるはずがなかったねー！」と片付けたスノーダンプを又出して２５センチ以上の雪の片づけに悪戦苦闘の二日間でしたが、　早速、当ホームの男性職員がこの時とばかりに大きな雪だるまを作ってくれました。ド～ンと入口でお客さまをお迎えしています。「お～さむ、さむー」と言いながらお客様は外に出て雪だるまとご対面していました。証拠写真の一枚です。

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

「風邪薬」まめ知識

市販の風邪薬は症状（熱・鼻水・咳・喉の痛み・吐き気・下痢）を抑えるものに、体力を回復させるビタミンや生薬が含まれています。一方、総合感冒薬の中には作用が強力な反面、眠気、口の渇き、便秘等の副作用も多くみられます。

高齢者の場合、血圧の薬を飲んでいる人が多く、咳止めの内服により血圧が上がることがあります。また、消炎・解熱薬により降圧作用を弱め、結果として血圧を上げることがあります。２～３日の内服は問題なくとも連用には注意が必要です。

薬局で購入する場合には、医師より処方されている薬を薬剤師さんに話して相談しましょう。心配な場合は、主治医の先生に相談するほうがいいでしょう。

早めの休養が大事です！！暖かくして栄養、水分をとり無理せずに休みましょう！

はあとふるあたご居宅介護支援課　　橋本多賀子

グループホーム五泉

●ご家族様による演奏会

３月３日ひな祭りの日に、グループホーム五泉ではお客様ご家族様方による演奏会を行いました。

お客様のご家族という事もあり、他のお客様もリラックスされご覧になられていました。

大正琴のほかにも手作り紙芝居や中国楽器「胡弓」の演奏があり四季の歌やふるさとなど、皆様にも聞き覚えのある歌になると自然と口ずさまれる姿もありました。

演奏会が終わる頃には惜しみない笑顔と拍手を送られていました。

今回、行事に参加して下さいました蒲沢様ご家族の皆様方ご協力ありがとうございました。

グループホーム五泉　　岡田　健
電話　0250－41－1610　FAX　0250－41－1611

伊東先生のコラム第４３回

「神様は一番大事なものを取り上げるけど、もっと素晴らしいものをくれる。」

丸山診療所所長　伊東浩志

私の印象に残っている患者様で､喉頭癌で声帯を除去し気管切開しているお坊様が居ます。それはそれは良い声でお経をあげ、信仰を集めていたそうです。しかし、神は彼から声を奪いました。しかし､それから十数年。彼は一度も怒ったことが無くニコニコしています。手を合わせるだけで愛が集まってきます。多くの信者は彼の声ではなく更なる愛を求めます。私も彼が来ると思わす手を合わせます。彼はニコニコして手を合わせてお辞儀をします。すごく嬉しくて何かが流れ込んでくる感じがします。

別の患者様でＫさんという方がいます。頚椎の損傷で首から下がほぼ動かない方です。彼は医療界では有名な方で、自ら看護学校・リハビリの学校・医学部などでリハビリテーションの実際として身を挺して学問の教材になります。彼は自らが障害を受けたことにより多くの医療者にリハビリテーションのあり方を教えました。
彼の生き方は、感動です。私はまるで障害など無いような顔をして前向きに生きる彼が大好きです。本日、彼に会ってきました。そして、皆に彼のことを紹介しても良いかと話しました。いいよ。と話してくれました。彼の夢は、車を改造して自ら運転して激走することだそうです。ぜひかなうといいと思います。ちなみに彼の車椅子は呼気で動かす特殊な車椅子でシートはレカロ。それだけでもスポーツカーみたいなものです。

神様が奪うものは大きいけど、それは考え方によっては更なるプレゼントである場合があるということです。悲しむだけでは駄目なのでしょう。神が何を奪い、何を与えたのか良く考えることこそ大事なのでしょう｡考え方で障害は愛に変わるということなのでしょう。ちょっと宗教じみた話になってしまいました。

簡単おいしい☆お手軽レシピ

なつかしの味　いとこ煮

＜材料＞４人前

れんこん…30g

あずき…1 合

砂糖…50g～70g(お好みで)

しょうゆ…大さじ 1

＜作り方＞

1、あずきは洗って 30 分水に浸し、3 回火にかけ、沸騰したらゆでこぼす

2、れんこんは皮をむいて一口大に切り、水につけておく。

3、1 を鍋に入れ、あずきの 10cmくらい上になるように、たっぷりと水を入れ、ゆっくり煮る。7 割くらいえたら 2 を入れ、沸騰したら砂糖としょうゆを加えて混ぜる。途中水がなくなったら適宜入れ、れんこんが軟らかくなるまで煮る。

郷土料理として昔から食べ続けられてきた食物繊維たっぷりのいとこ煮。
ＤＳ横越では、「おいしい♪おいしい♪♪」と大変好評でした。

デイサービスセンター横越　　藤井　美千代

「思い出」を本にします

～誕生・青春・家族・仕事・地域・・・プレイバック～

皆様の歩んできた人生の証を本に刻み、ご家族・お子様・お孫様、そして地域へ残したい・・・。

一番の思い出(家族・結婚・仕事・戦争)のことなど伝えたいことを形にしたい…

「はあとふるあたご」のお客様を対象に「思い出の本」の制作を企画しました。

お一人様 見開き２ページ掲載。参加費用は 7,500 円(税込)。ご家族様分として 5 冊提供。
一人では、費用が高くてできない自分史の出版を多くの皆様・ご家族様の参加により実現します。
ぜひ、ご参加ください。(最大 100 名まで) **申込締切：5 月 10 日(日)まで**

※各センターに見本、申込用紙をご用意致します。

お問合せは…

はあとふるあたご企画室　担当：古野間(このま)　電話：025-228-5000　FAX：025-228-4000

～ご意見・ご感想をお寄せ下さい。～

＜連絡先＞はあとふるあたご企画室　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、富樫亜希子、岡田健、古野間信介