

“はあと”をつなぐ情報誌



月刊 はあとふる あたご

第56号
【発行】
2010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



おひな様に～ 変身！

■左上／デイサービスセンター河渡本町 ■右上／デイサービスセンターさかえ（関連記事は3ページ）

■左右下／グループホーム五泉（関連記事は8ページ）

目次

お客様インタビュー・・・・・・・・・・2

事業所だより・・・・・・・・・・3～10

自分で食べるを応援します！第22回・5

木陰亭昔語り 第12回・・・・・・・・8

波田野先生のコラム 第10回・・11

職員紹介／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。

お客様インタビュー

～デイサービスセンター坂井東 編～



田村忠さま

デイサービスセンター坂井東をご利用いただいている田村忠さまは、周りの雰囲気をととても和やかにして下さいます。特技の囲碁を、男性のお客様と一緒に楽しませておられます。

そんな忠さまとお嫁さんの英子さまに、お話を伺ってみました！

Q デイサービスセンター坂井東に来て、楽しいことがありましたら教えてください。

A 忠さま：朝から待ち遠しくて、早く行きたい気持ちになるよ～。
中の雰囲気がいいから、何でもやりたい気分になるよ！

(時にはカラオケを歌って下さったり、太鼓の達人を楽しまれたり、押し花にも熱心に取り組まれたり、何事にも一生懸命な忠さまです)

Q 昔、どんなお仕事をなされてましたか？

A 忠さま：新潟交通でバスの修理をしていたんだよ。運転もしたよ！ バスの事なら何でも聞いて下さい！

(新潟交通の音楽部にも入っていて、トロンボーンを演奏していたことも教えて下さいました)

Q デイサービスセンター坂井東に来て、変わったことがありましたら教えてください。また改善点やご要望などありましたら、どのようなことでもお聞かせ下さい。

A 忠さま：朝起きるのが楽しくなった。ここに来る前より、足の調子が良くなって嬉しく思っているよ。要望はなし。ただ楽しいの一言。どこに行きたいってのは特にないけど、連れて行ってくれる所なら、どこにでも行くよ！



デイサービスセンター坂井東で過ごされる忠さま



英子さまと忠さま

A 英子さま：定期的に通わせて頂いているうちに、生活にリズムができて、生き生きと過ごせるようになりました。

その日の出来事を楽しそうに話してくれる事もあり、表情がととても明るくなりました。

ときどき外出できる事も嬉しいようです。家族だけでは心配なこともあり、なかなか連れて行けないので、とてもありがたく思っています。父は、海へのドライブがお気に入りのようです。

いつも笑顔で接して下さいる職員の皆様には、とても感謝しています。これからも、どうぞ宜しくお願い致します。

お忙しいなか、お答えいただきまして、ありがとうございました！！

いただいたご意見を大切に、職員一同、ご希望に沿えるような取り組みを考えて参ります。

今後とも、“はあとふるあたご”をよろしくお願い申し上げます。

デイサービスセンターさかえ

●3月3日の“桃の節句”は……

女の子の健やかな成長と幸せを願う、日本独自の行事ですが……。

女の子のみならず、人々の幸せを願う節目の日でもあります。

デイサービスセンターさかえでは、3月初旬の5日間、ひなまつりイベントを行いました。このイベントの為に、連日にわたり、お客様に“ある”作業をお手伝いいただきました。

それは……。

観光地などにある記念撮影用のパネルを真似た、「“さかえオリジナル” お内裏様とお雛様パネル」の作成です！！ お花紙を丸めて下絵に貼っていただき、立体的に仕上がりました！

皆様に变身していただき、パチリ！！（表紙）

どなたもステキな笑顔で、お雛様に扮して下さいました。



この日の昼食は、桃色のごま豆腐など、春を意識したレシピ満載の“ひなまつり特製弁当”。

ティータイムには、皆様に桜餅を作っていただき、召し上がっていただきました。

五感で楽しんだひなまつり。。

一足早い、春の訪れを感じました。

デイサービスセンターさかえ 富樫 亜希子
電話 0256-45-7735 FAX 0256-45-7739

デイサービスセンター松浜

●新作、完成！！

デイサービスセンター松浜に、新しい壁掛け飾りが完成しました。

職員1人とお客様2人が、布を持ち寄って165個の“モチーフ”を作り、バランスを考えて並べ、

キルティング地に縫いました。中には、若いころ着られた思い出一杯の服の生地もあります。

これからも、お客様と作品を作り、手作り感あふれるデイサービスでありたいと思います。



デイサービスセンター松浜 金子 ひろみ
電話 025-255-7701 FAX 025-255-7705

グループホーム三条

●スプリンクラーとお雛様

グループホーム三条では、3月1日から、スプリンクラー設置工事を行っております。

お客様を始め、様々な方面にご迷惑をお掛けしておりますが、万が一の安全確保のため、ご協力をお願いいたします。

そんな中でも、3月3日は桃の節句。

工事中ということもあり、1つのフロアにいつもの2倍のお客様。

しかもほとんどが女性。



高らかに響く歌声に、酌み交わされる「甘酒」。

普段と違う状況下で、戸惑われる方もいらっしゃいますが、それでも、「女の子の節句」は楽しまれていらっしゃるご様子。

しばらく工事は続くのですが、事故には精一杯注意しつつ、いつもと違う状況も楽しんでいただけるよう頑張ります。



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

●主任介護支援専門員とは

主任介護支援専門員という言葉聞いたことがおありでしょうか？

介護支援専門員として5年以上の実務経験を積み、その後の研修を経て、「主任介護支援専門員」となります。

主任介護支援専門員の役割は、次のとおりです。

- ・ 介護支援専門員に対し、助言指導を行うこと。
- ・ 介護支援専門員が抱えている課題に対し、解決に向けて取り組むこと。
- ・ 地域全体のケア体制を考えること。
- ・ 地域の社会資源について把握し、不足しているサービス等について開拓していくこと。

私たちの生活する地域には、さまざまな介護・福祉サービスがあります。しかし、まだまだ不足していることがたくさんあります。実際に介護を受ける立場、介護する立場であるお客さまのご意見を通じて、「今、求められているサービスは何か」を把握することで、これからも住み慣れた地域で元気に暮らしていける支援ができるよう、私自身も、お客さまと共に頑張っていきたいと思います。

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22回

考えてみませんか？ ご自分の将来を！

株式会社コラボ 代表取締役社長

秋元 幸平



私たち NPO 法人“UD21 にいがた”では、昨年から、福祉用具展示場の運営を始めました。

そこには、様々な方が介護の相談にいらっしゃいますが、ご家族の方がほとんどで、ご本人が来られることは少ないです。

そこで思いました。早い時期から、自分は将来どのような介護を受けたいかをはっきりさせて、それを身近のご家族に伝えておくことが大切だと……。例えば、「最後まで自宅で過ごしたい」



とか、「南国の施設に入りたい」とか、「おしめは使いたくない」とか。それを知らないと、ご家族は通り一遍の介護の道を進んでしまい、本人は心の中だけで「俺の老後プランはこんなじゃない！」と叫ぶことになります。

しかし、どんな進歩した福祉機器があるのかわからないと、将来設計も組み立てられません。たった今のお年寄りのためでなく、まだ先は長いけれど、ご自身のため、福祉用具や法律の制度を理解しておくことは、とても大切だと感じています。

皆さんも、考えてみませんか？ ご自分の将来を！

福祉用具課

●福祉用具センターは、24 時間・365 日対応実施中！！

毎日対応

土・日・祝日も、
365日対応させていただきます。

迅速丁寧

お待たせしない、納得していただけるサービスの提供を心掛けます。

商品充実

お客様のニーズにあった商品を豊富に取り揃えております。お気軽にご相談下さい。

福祉用具センターでは、お客様に安心、満足をお届けできるサービスを目指し、
24 時間・365 日対応を実施しております。

お客様のご利用しやすい時間に、また、お急ぎ、お困りのお客様にもすぐに対応できるよう、体制を整えております。「休日だから」「遅い時間だから」などと思わないで、何かありましたら、お気軽にいつでもご連絡下さい。

また、より良いサービスをお届けできるよう、「**3つの宣言**」（左図）を実行中です！

これからも、皆様に喜んでいただけるサービスをお届けするべく、福祉用具センターの職員全員で努力してまいります。

福祉用具センター柳都大橋 梨本 友紀

24 時間・365 日、いつでもお電話下さい！▶

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

訪問介護課

●未来のホームヘルパー ～実習生奮戦記～

訪問介護ステーションでは、ホームヘルパー2級の資格修得に必要な実習課程を、お手伝いさせていただいてます。

毎月、何名かの実習生をお預かりして、お客様のお宅に同行訪問させていただきます。実習生は最初、緊張から、挨拶するのもやっとの状態です。でも、お客様から話しかけられ、話が弾むにつれて、緊張もほぐれていくようです。



「あんた、歳はいくつだね!」「うちの孫と同じだよ!」
「私のおばあちゃんより元気で若々しい! 何かやっているのですか?」

などなど、笑い声も絶えません。訪問時間が終わり、帰るころには、「また来てね! 待ってるよ!」と声をかけられ、実習生も「また来ます! ありがとうございました!」と元気に挨拶をします。実習生からは、「いろいろお話を聞かせていただき、勉強になりました! 是非、またお会いしたいです!」との声ももらいます。お客様も、お孫さんぐらいの実習生に、いろいろ説明したり教えたりと、いつもとは違う時間を過ごされているようです。

快く実習生を受け入れて下さるお客様には、感謝しております。これからも、お願いに伺うことがあると思いますが、どうかよろしくお願いいたします。

訪問介護ステーション

荒木 幸子

電話 025-228-5004 FAX 025-228-4000

デイサービスセンター横越

●ひな祭り行事報告!

まだまだ寒い日が続く3月初め、ひな祭り行事をしました(^_^)

1週間ほど前から、ひな人形を飾ると、女性のお客様は特に、「きれいだね〜」「立派だね〜」とご覧になっておられました。

レクリエーションでは、ゲームを2つ行いました。昔の有名人夫婦や映画の恋人などをペアにしていく“カップル合わせゲーム”では、「この人の奥さんは誰だったっけ?」

などと、昔を思い出されながらとても盛り上がり、答えがポンポン出てくる様子には、職員の方がビックリさせられました! お雛様カードめくりも、時間内にめく



ろうと皆様一生懸命、とても盛り上がりました!!

最後は、みなさん仲良くおやつ
のスイートポテトをころころ丸められ、甘酒とひなあられとともに
おいしそうに召し上がられていました。



デイサービスセンター横越

小林 彩

電話 025-383-2235 FAX 025-383-2236

水原多機能施設

●＊三味線の音色が水原に～＊

水原には、ハーモニカや似顔絵、マジック、ダンス、演歌バンドに大正琴など……。本当にたくさんのボランティアさんが来て下さいます(*^*)v

その中でも、今回は三味線のボランティアさんを御紹介したいと思います♪

スピーカーとマイクをセットし、女性は着物、男性は袴姿。「会津磐梯山」や「佐渡おけさ」など、三味線の迫力あ



る音とともに素晴らしい歌声を披露して下さいました!!

誰もが知っている曲が多く、お客様も聴き入っていらっしやいました(^_^) 職員もお面をかぶって飛び入り参加し、狐の嫁入りの衣装を着たボランティアさんと、「長持唄」の演奏と共にお客様の間を周りました。途中で振る舞い酒の真似をしたり、長持の中身（リンゴや大根などでしたが(^_^;)）をお客様にプレゼントしてくださったりと、サプライズも満載!!

三味線の演奏と笑い声に包まれ、大盛況のなか、演奏会は終了となりました♥

またぜひ水原に、素敵な音色を届けに来て下さいね☆

水原多機能施設

山口 綾香

電話 0250-62-8888(デイ)／0250-62-8886(ショート)／0250-63-1222(小規模多機能ホーム)

FAX 0250-62-8887(共通)

デイサービスセンター柳都大橋

●アルビレックス BB・鳴海選手とアルード君、来たる!!

新潟に本拠地を置くプロバスケットボールチーム“アルビレックス BB”の 鳴海 亮 選手と、チームマスコットのアルードくんが、柳都に来てくれました!



鳴海選手は、長野県出身。背番号は、苗字にかけて『73』番! 今年の5月で23歳という若さですが、とても落ち着いた雰囲気を持ち、並々ならぬハートの強さを感じさせます!! 見事なボールさばきに、感嘆の声があがりました。私達の質問にも、ひとつひとつ丁寧に答えてくださり、皆いっぺんでファンになりました。

そして、アルビレックス BB のマスコットとして大活躍のアルードくん。柳都でも大人気でした♪ 興味津々のお客様から、「アルードくんの足のサイズは?」といった質問も飛び出し、大いに盛り上がりました。ちなみに、足のサイズは40cm。好きな食べ物はパンの耳だそうです。^^

鳴海選手とアルードくんが活躍する“アルビレックス BB”の試合は、鳥屋野総合体育館や東総合スポーツセンターで観られます! 皆で応援しましょう!!



デイサービスセンター柳都大橋

佐藤 弘康

電話 025-228-5010 FAX 025-228-3335

【木陰亭昔語り】 第12回 ～引っ越した新潟の町～

総務部 経理財務課 齋藤 正明



古町などがある新潟島の中心地ですが、最初から今の場所にあったわけではありません。町ごと、そこへ引っ越して来たのです。

—それでは、木陰亭さんに語ってもらいましょう。—
「江戸時代の初めころまで……。今の『旭町通』から『西大畑町』にかけてが、新潟の町じゃった。新潟大学の付属病院なんかが建ってる砂丘の高台じゃな。何でそんなところにあったかって？ その砂丘を下りたところ、すなわち今の東中通までが、信濃川だったからじゃ。対岸は、

今の新潟駅裏、笹口米山のあたりじゃ。川幅は優に2キロを超え、今の阿賀野川河口の2倍以上あった。新潟を訪れた諸国の人は、信濃川のあまりの広さに仰天したそうじゃ。

で、その広い川の真ん中には大きな中州があって、信濃川の流れを東西に分けておった。中州の西側を通る流れは西川と呼ばれ、そのころの新潟の町は、その西川の西の岸にあったわけじゃ。川岸の湊には、諸国の船が出入りし、新潟の町は大いに繁栄しておった。ところが、寛永8年（1631年）に起こった大洪水で、信濃川の流れが変わってしまった。西川の流れが浅くなり、船が停泊できなくなったんじゃ。当時の新潟の町は、長岡藩の領地じゃった。湊に船が停泊できなくては不便でならないなので、長岡藩は、新潟の町を移転させることにした。移転先に選ばれたのが、西川の向こうに浮かぶ中州じゃった。そこへ町ごと引っ越して、今の市街地が出来たというわけじゃな。」 画像は、「新潟市史(新潟市刊)通史編1『古新潟之図』」より

グループホーム五泉

●かわいいおひな様



3月3日は桃の節句。

お昼には、お客様とご一緒に、可愛いおにぎり（表紙）を作ったの食事会。

その後は、衣装を着けて記念撮影（表紙）。最初は恥ずかしがっていられたお客様も、お好みのポーズで、パチリ♪

おやつは、たっぷり時間をかけて作った甘酒と、雛あられ。

和やかな雰囲気のおひな祭りを実感できました。

グループホーム五泉

畑 佳子

電話 0250-41-1610 FAX 0250-41-1611

デイサービスセンター城北町

●バレンタインカードとチョコレート

バレンタインデーがやってきました。

今年も、職員紹介を兼ねたバレンタインカードの顔ぶれは、ほとんど変わりありません。なじみの顔で支えるデイサービスセンター城北町です。(^ 0 ^)

今年のコメント欄には、「一度は行ってみたいところ」を載せました。宇宙、スイス、北海道、竜宮城……と、それぞれ個性の見える行き先と、その理由もさまざまでした。昨年度のコメント欄は「座右の銘」、その前年は「趣味」という風に、毎年少しずつわかる職員の一面を、お客様も楽しみにしてくださっています。若い人(???)

はみんな同じに見えとおっしゃっていたお客様から、バレンタインカードを見て名前を覚えたよと、「おめさん、〇〇さんだろ」と声をかけて頂き、感激した事もあります。



チョコよりも、カードが楽しみとおっしゃってくださるお客様や、来年はもっとでっかいチョコにしてとおっしゃるお客様と、バレンタインの反応は色々ですが、いつまでもお元気で、「城北町のバレンタインカード」を楽しみにしていただけるとうれしいです。

さて、来年のコメントは何にしましょうか……。

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

デイサービスセンター坂井東

●生で観るマジックショー

3月1日、デイサービスセンター坂井東では、マジックショーが行なわれました。

ボランティアとして来てくださった渡部信子さんは、まだ修行中とのことでしたが……。そんなことを感じさせない鮮やかな手つきで、お客様と職員を、不思議ワールドへと誘って下さいました。

新聞紙の中に注いだ水が、つぎの瞬間、なんと牛乳に……??

ただの紙が、あっという間に、千円札に……???

お客様も、「わあ～♥ すごいー!」「タネ、教えて～!!」

生で観るマジックショーは、新鮮な驚きでした。



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

デイサービスセンター河渡本町

●イケメン選手がやって来た♪

2月下旬、待ちに待ったプロバスケットボールチーム“アルビレックス BB”の選手と、マスコットキャラクターの“アルードくん”が来て下さいました。

人差し指1本での華麗なるボール回し♪♡♡ 選手は、ボールをまるで生きているかの様に、自由自在に操っていました！！！！お客様からも、「おーッ！！」と歓声があがりました。

女学生の頃、バスケットボールをされていたお客様、選手にボールをパスする場面では手慣れたご様子でした。



最後に全員で集合写真を撮り、選手と握手♡「今日は、この手は洗わないわ♡」と、おっしゃっているお客様もおられ……。ふふ(＃^.^＃)

お客様も職員も、とっても楽しいひと時を過ごしました(^0^)/♪

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



グループホーム新津

●「事故ゼロ月間運動」で表彰されました！

1月の「服薬事故ゼロ月間運動」で、まさか(!)の表彰を受け、金一封を頂きました。

実感が湧くまでに時間がかかりましたが、ジワジワと喜びを共有し、職員の励みとなっています。

当ホームは、開所から6年。年数が経過するごとにお客様の重度化も進み、リスクもそれに比例して高くなっています。服薬事故の防止は、特に重要な課題です。そこで当ホームでは、服薬事故の危険を回避する取り組みを、以前から実施して来ました。呼名、飲みこみ確認は当たり前のこと、加えて、薬をセットする人（実施前）、与薬する人（実施中）、最後のチェック（実施後）をする人と、3人のチェックを通過する体制を取っています。複数人でチェックすることで、何かあれば直ぐに気づけるようにしました。それでも、時間の経過とともに、慣れや思い込みなどから、事故が発生と言う事になりかねませんので、「現場のリスクは自分にある」という意識で関わるよう、注意喚起しています。

御褒美の使途については、全職員から希望を募っている所で、有効に遣わせて頂きます。“次も狙うぞ！”を合言葉に、これからも頑張ります。



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10回

『生活習慣と大腸がん』

大腸がんは、生活習慣の影響が大きいがんと考えられています。

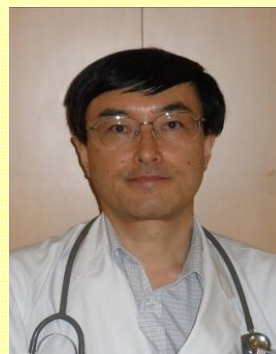
近年、大腸がんは増加の一途をたどっていますが、増加の要因として、生活の欧米化が疑われています。最近の、世界がん研究の報告によると、大腸がんの確実な危険因子として、肥満（特に内臓型肥満）、肉類の摂取、飲酒が挙げられています。また、大腸がんの予防因子として、野菜、果物、食物繊維、

ビタミンD、カルシウムなどの摂取、身体活動（運動）が重要と報告されています。

それでは、内臓型肥満は、どうして大腸がんのリスクを上げるのでしょうか？ 内臓型肥満になると、インスリン抵抗性の体質となり、高インスリン血症の状態となり、インスリン様^{ようせいちょういんし}成長因子の関与と共に、大腸腫瘍の発生しやすい状態になると考えられています。また、内臓脂肪が分泌するアディポネクチンが、内臓脂肪蓄積により、

逆に減少し、インスリン抵抗性が高まり、大腸腫瘍の発症のリスクが高まるとされています。この様に、メタボリック症候群、内臓型肥満は大腸がんと深く関わっていますので、検診などで、メタボリック症候群の診断を受けた方は、生活習慣の改善をおすすめいたします。

大腸がんから身を守るため、生活習慣を見直してはいかがでしょうか。また、定期的に、大腸がん検診も忘れずに受けましょう。



☆☆ 大腸がん予防の心得 ☆☆

- 1) 肥満（内臓型肥満）大敵
- 2) 肉類の摂り過ぎに注意。野菜、食物繊維は忘れずに
- 3) 適度な運動を



職員紹介 第35回

福祉用具課 福祉用具センター柳都大橋 関川 奈美絵



昨年12月1日に入社しました 関川奈美絵 です。

福祉の業界は初めての分野になるので、何をとっても日々勉強の毎日です。お客様の喜んで下さる姿や笑顔が本当にうれしくて、楽しい日々を送らせて頂いています。また、私は関西出身で、新潟に来て4年になりますが、まだまだ「新潟弁」に慣れません。どなたか、私に「新潟弁」をやさしく指導して下さい！（笑）

福祉用具は、3万点以上あると言われています。それをすべて覚えるのは大変ですが、お客様に頼りにされる福祉用具専門相談員を目指して、日々努力し精進して参りたいと思っています。一生懸命頑張りますので、今後ともよろしくお願い致します。

簡単おいしい☆お手軽レシピ

☆ゴマ豆乳ボーロ☆



<材料>75 個分

ホットケーキミックス……200g

溶き卵……2 個分

薄力粉……30g

きな粉……大さじ 4

砂糖……大さじ 4

豆乳(調整タイプ)……大さじ 2

片栗粉……大さじ 2

ほろほろと軽い口当たりです♪♪♪

春日和のティータイムのお供に……。

是非、召し上がっていただきたいお菓子です☆

<作り方>

1. ボウルに、**ホットケーキミックス**と「**A**」を入れ、泡だて器でよく混ぜる(生地の硬さは卵、豆乳、薄力粉で調整してください)。
2. 「1」に**片栗粉**をまぶしながら、直径 1.5 cm に丸める。
3. クッキングシートを敷いた天板に並べ、180℃に温めたオーブンで約 10 分焼く。

デイサービスセンター横越 山田 智美

～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/荒木 幸子/岡田 健/齋藤 正明/富樫 亜希子