

“はあと”をつなぐ情報誌



月刊

はあとふるあたご

第 58 号
【発行】
2010 年 6 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横越

「はあとふるあたご横越 5 周年記念感謝祭」(関連記事は 12 ページ)

目次

やさしい食事の提案／安全運転講習・2

自分で食べるを応援します！第 24 回・5

木陰亭昔語り 第 13 回・・・8

お手軽レシピ・・・・・・・・・・10

波田野先生のコラム 第 12 回・・・11

横越 5 周年記念感謝祭・・・・・・・・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。

～ 安全に楽しく やさしい食事の提案 ～

■ソフト食を始めました■

安全、安心で、美味しいお食事を、全てのお客様に楽しんでいただくため、この4月から、ソフト食を導入いたしました。

ソフト食とは？

そしゃく
咀嚼・飲み込みが困難になられた方でも、安全に、見た目そ



のまの形の物を、美味しく食べて頂くことができるお食事です。

歯ぐきでつぶせるほどの軟らかさで、刻まなくても食べられ、飲み込みやすくなっています。咽せやすい方、固いものが食べづらくなった方に、おすすめです。

ソフト食をご希望されるお客様は、職員までお声がけください。

食彩委員会では、今後も、より安全に、美味しく楽しいお食事を提供できるよう、努力して参ります。

食彩委員長 佐藤 愛



～ 安全運転講習体験記 ～

先日、新潟関屋自動車学校で、送迎車両のハイエースを使った安全運転講習を受けてきました。

運転講習とは、一体何をするのか楽しみにして行きました。

まず最初は、運転適性検査というものでした。この検査では、運転中の注意力や性格が明らかになるのですが……。恥ずかしいくらい当たっていて、ビックリしました。

その後、いよいよ実車教習。

乗車前の車両点検から始まり、左折や車庫入れ。そして極めつけは、“たこつぼ蛸壺”と言われる、ハンドルを何度も切り返しながらかい脱出するコース。ハイエースの運転自体は経験があったので、少



しは自信を持っていたのですが……。悪戦苦闘することとなりました。なぜ上手くいかなかったかを、その場でしっかりと教えていただきました。

この講習に参加して、運転技術を基礎から復習することができました。今では、送迎時に、講習で注意されたことを意識して運転しています。

安全運転講習に参加して、本当に良かったと思います。

デイサービスセンター水原 中野 美奈

水原多機能施設

●＊小規模多機能ホーム＊に咲く百年桜

季節はすっかり春、瓢湖の桜も綺麗に咲いたところ……。 “小規模多機能ホーム” では、お客様と一緒に、貼り絵で桜の樹を作る事にしました(*^^)

花卉の部分にお花紙を使用したため、破れないよう、皆様一枚一枚丁寧に貼って下さいました♡

苦勞の甲斐あって貼り絵が完成すると、「立派な桜ができたね!」、「百年も経った桜の樹みたいだねエ!!」と、みなさま笑顔。



掲載した写真は、貼り絵の完成記念。どうですか? (^_-) 満足気な笑顔でしょ?? (笑)

水原多機能施設

五十嵐 貴徳

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)

グループホーム新津

●お花見だより

天候の不順から、18名のお客様が一堂に会することを諦め……。

日替わり交代で、桜の花見を楽しみました。

大木になった桜の花を愛でるとき、こんな漢

詩の一節を
思い出すの
は私だけで
しょうか?



「年年歳歳花相似タリ、歳歳年年人同ジカラズ」

(毎年毎年花は変わることなく、訪れる人の目を楽しませてくれるが、訪れる人は毎年毎年変わる)

ホームで共に暮らす人たちが、いつまでも元気でいてくれますように……。

グループホーム新津

渡邊 やよひ

電話 0250-21-2888 FAX 0250-21-2889

グループホーム五泉

●今年のジャガイモは……

本来ジャガイモは、4月の初旬から中旬に植えるのですが、今年は悪天候が続いたため、先日、ようやく植えることができました。

今年も、町内の“こばと保育園”の園児のみなさんと一緒に植えました。まずは、園児たちから、歌

と踊りの
プレゼント



ト。お客様は、拍手をされたり、涙を流されたり……。

その後、裏の畑にジャガイモを植えました。久しぶりに土を触って、お客様は生き生きと輝いておられるようでした。今年のジャガイモは、どんな出来になるのでしょうか？ 夏までのお楽しみ(^o^)

御協力下さった地域のみなさま、ありがとうございます。



グループホーム五泉

岡田 健

電話 0250-41-1610 FAX 0250-41-1611

居宅介護支援課

●6月4日～10日は歯の衛生週間です

入れ歯が合わない、歯ぐきが痛い、よく噛めない……。あなたは、こんなお口のトラブルを感じていませんか？

年齢を重ねると、虫歯や歯周病で歯を失うことが多くなります。調査によると、70歳では、平均8本しか残っていないそうです。そのため、入れ歯を使う人も増えますが、入れ歯は、あごの骨や歯肉、歯の状態の変化で自然と合わなくなってきました。また、痛みを伴うようになると、うまく噛めず、好きなものも美味しく食べられなくなります。

おかしいと感じたら、早めに治療を受けるようにしましょう。ただ、高齢者、特に介護認定を受けている方は、外出困難なことが多く、歯医者さんに行きたくても行けないという場合があります。そんな時は、自宅で治療を受けられるよう（訪問歯科診療）、担当のケアマネジャーに相談してみてください。ご自宅に治療機材を運び入れることができなくても、往診車での治療ができる場合もあり、通院とほぼ同様の診療が可能です（内容やお体の状態によって、治療できる範囲が限られる場合もあります）。

お口の健康は、体と心の健康につながります。いきいきと元気な毎日を送るため、お口のケアを心がけましょう。

居宅介護支援センター河渡本町

川田 千鶴子

自分で食べるを応援します！第24回

2年間、ありがとうございました(最終回)

株式会社コラボ 代表取締役社長

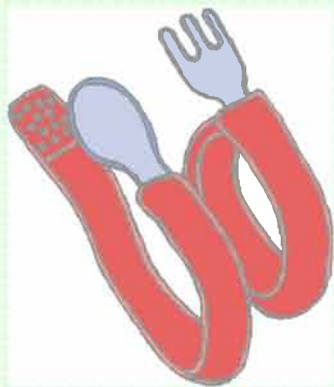
秋元 幸平



今回の投稿が、最終回となりました。

2年間にわたり、つたない文章をお読みいただき、ありがとうございました。

福祉用スプーンのメーカーとして、出来るだけ新しい情報を皆様にご提供するべく、頑張ってきました。



福祉に関係する仕事は、ものづくりでもサービスでも、実に「地味」です。しかし、誰かが絶対にやらなければならない仕事なのです。

私自身、「縁」あってこの仕事をする事となりました。初めは片手間でしたが、だんだん不思議な魅力に取り込まれていき、今では、使命感を持って楽しく仕事に取り組んでいます。

決して慈善事業やボランティアではないので、適正な報酬も頂きたいのですが、現実はずかな利益しか残りません。

ただ、喜んでくださるお客様の笑顔や感謝の言葉がとてもありがたく、一番のこころの支えです。もっともっと、お客様の笑顔が見たいので、これからも頑張っていきます。

ありがとうございました。

福祉用具課

●歯の衛生週間

毎年、6月4日～10日は歯の衛生週間です。

お口の中を清潔に保つことは、健康管理においても、とても大切です。

みなさんも、『歯みがき』は毎日されていると思いますが、歯ブラシで磨くだけが『歯みがき』ではありません。歯の汚れを取ってキレイにする事を、『歯みがき』といいます。

今回は、『歯みがき』を手軽にできる、**歯みがきティッシュ**をご紹介します。

お口が乾燥して臭いが気になるときや、寝たきりの方のお口のお手入れに、大変便利です。また、水を使わなくてもいいので、外出先でのお手入れにも重宝します。

歯みがきティッシュで、清潔なお口を心がけてはいかがでしょうか。

90枚入: ¥683 / 10枚入: ¥200



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

●救命講習

4月21日、訪問介護課で、救命講習を受講して来ました。

消防署の方のご指導のもと、実践ながらの流れで教えていただきました。

最初は、『どうしたらいいの?』と、あたふたする場面もありましたが……。ご指導のおかげで、少しは的確な対応が出来るようになったかな、と思っています。

受講したヘルパー全員が、『普通救命講習修了書』をいただきました。講習で学んだ事を忘れずに、日々の業務の中でも、『あっ危ない!!』と感じたとき、落ち着いて迅速な対応が出来るよう、心がけていきたいと思います!!

訪問介護ステーション 北村 絵理
電話 025-228-5004 FAX 025-228-4000



デイサービスセンター柳都大橋

●桜並木をドライブして来ました♪♪

江南区の横越排水路（通称「すご堀」）に、お花見に行って来ました。

4月は天気の悪い日が多く、当日もお天気の心配をしておりました。せっかくのお花見なので、いい天気の中でお客様に桜を見て頂きたい!! と、願っていたら……。見事、快晴!!、とまではいきませんでした……。曇り空に日差しが射す天気になってくれました♪♪♪



お客様からは、「このくらいの天気の方が丁度いいよ」と、優しいお言葉をいただきました。

桜は満開で、最高のロケーション❖「今年はいいい時期に来たね～～!! この立派な桜の下で、みんなでお酒でも飲みたいね!」とおっしゃるお客様も……。

「こんなにきれいな桜が見られて、今日は来て良かった」とのお言葉に、お花見を企画してほんとに良かった～～、と思いました❖

来年も、満開の桜並木の中で、お客様とお花見をしたいと思っています★☆

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

デイサービスセンター河渡本町

●お客様、圧巻の美声！！

4月6日、13名のボランティアの方が来られ、民謡の素晴らしい歌や踊りを披露して下さいました。

「花笠音頭」から始まり、「十日町小唄」「岩室甚句」……等々、合計13曲！！みなさま、お馴染みの民謡ばかりだったようで、大変喜ばれていらっしゃいました(*^。^*)



佐渡出身のお客様は、佐渡の民謡が流

れると……。マイクを持ち、圧巻の美声を披露☆☆☆して下さいました。最後の曲「佐渡おけさ」では、ボランティアの方と職員で輪になって、お客様の前で踊りました。あっという間の1時間でした♪♪

もう一枚のお写真は……。5月5日の端午の節句にちなんで、皆さまで“鯉のぼりワッフル”を作った時のもの。美味しいよ！！、と喜ばれるお客様のお顔をパチリ♡

今月も、お客様の笑顔で元気を頂きました。



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

デイサービスセンターさかえ

●5月5日は端午の節句

田植えも始まり、暖かい日が続くようになり、過ごしやすい季節となって来ました。

“デイサービスセンターさかえ”では、職員の自宅に眠っていた鯉のぼりを借り出し、ホールの壁に飾りました。近くで見る鯉のぼりは、とても大きいです。

江戸時代、武家に男の子が生まれると、門前に馬印や幟を立ててお祝いしたのが、鯉のぼりの起源だとか。



5日には、行事食として『お祝い弁当』をお出ししました。タケノコご飯や、鮭の蒸し物。「美味しかった」と、お客様は大変喜んで下さいました。あるお客様によると、「昔はご馳走なんか無かったから、白いご飯がいっぱい出たんだて～」だそうです。

昔から伝わる行事を、大切にし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

【木陰亭昔語り】第13回 ～「砂丘物語」と「旧齋藤家別邸」～

総務部 経理財務課 齋藤 正明

今回は、新潟市で開催されている、2つの企画展をご案内します。

◆三芳悌吉生誕百周年記念『砂丘物語』原画展 ―画家三芳悌吉が描いた1910年代の新潟市―

画家・三芳悌吉（1910～2000）は、幼少期を大正時代の新潟市で過ごしました。『砂丘物語』は、幼い悌吉の目を通して、大正期の新潟市を描いた絵物語です。画家自らによる文と挿絵が、当時の新潟市民の生活を活写しています。

そのころの新潟市中には、紀行作家イザベラ・バードが“運河”と賞賛した堀割が、縦横にめぐっていました。堀は満々と水を湛え、信濃川から迷い込んだ鮭が、背びれを立てて泳いでいたそうです。『砂丘物語』の挿絵には、そんな夢のような風景が息づいています。

新潟市歴史博物館（みなとぴあ）で、6月13日まで開催されています。



◆「旧齋藤家別邸 春の特別公開」



旧齋藤家別邸は、豪商・齋藤喜十郎（1864～1941）が、大正7年（1918）に建てた別荘です。新潟市中央区西大畑町、“行形亭”^{いぎなりや}に隣接する一等地にありながら、総敷地面積1,330坪を誇ります。2階座敷は、かつて本因坊戦の対局にも使われたそうです。

座敷前には、本邸最大の見所、主庭が聳えています。まさに“聳える”という表現がぴったりです。高低差が10メートル以上あるのです。海岸砂丘の斜面を巧みに利用した庭園を辿ると、まるで深山に分け入ったような錯覚を覚えます。こちらも、6月13日までの公開です。

デイサービスセンター坂井東

●恒例のお花見

今年も、鳥屋野潟湖畔にある、「学生総合プラザ STEP」のスカイラウンジへ行って来ました。

特注のお花見弁当は、ボリューム満点。お客様も、「夕飯がいらないくらい」と言われていました。



午後には、音楽療法やクラリネットセラ

ピーを行い、お客様もご満悦のようでした。

桜が満開でなかったことが残念でしたが、お客様は「楽しかったよ」と喜んでくださいました。

来年は、桜が咲いているといいな。

デイサービスセンター坂井東

本間 葉月

電話 025-268-8880 FAX 025-268-8887



デイサービスセンター松浜

●若駒会がやって来た!!!!

4月29日の昭和の日、地元松浜の方が中心となって活躍されている「若駒会」の皆さんが、センターに来て下さいました。祝日で学校がお休みということもあり、師匠の娘さんの歌と踊りの披露もありました♪

都はるみの「♪アンコ樁は恋の花♪」では、娘さんが花籠に樁を持ち、なんとも可愛らしい花売り娘の踊りでした。お客様は「可愛いねえ～」と一緒に口ずさんでおられました。かつらや小道具も一流品で、皆様見とれておられました。



最後の曲は、おなじみの「♪これから音頭♪」。ピッカピカの棒を持ち、皆様と歌って踊り、あっという間の一時間でした。

若駒会の皆様!!! 感動をありがとうございました!!!

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

デイサービスセンター城北町

●♪お花見に出かけました♪

今年は、暖かい日が続くと思えば、なんだか肌寒い日も多く……。春が来たという実感を得られないお天気が続きました。

けれど、桜の花はちゃんと開いてくれ、今年もお花見を楽しむことができました。



カルチャーセンターや新発田城、加治川水門など、色々な所へ、ドライブがてらお出かけしました。

桜をバックに素敵な笑顔をパシャ☆

次のお花見は6月です。今度は、“あやめ”を観に行きましょう!!!

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

グループホーム三条

●お花見に行きましょう♪

今年の4月は、例年になく天候が
不順で、なかなか暖かい日が続かず、
桜の開花も足踏み状態でした。そん

な中、待ちに待ったある晴れた日……。御一行様7名で、
三条市月岡の運動公園へお花見に行ってまいりました。



桜は見事満開で、皆様、花
の散歩道を150メートルく
らい歩かれて、感動されるこ
としきり……。



「来年もここに来ようね!」とお話しされながら、帰路につ
きました。

グループホーム三条

藤島 桂子

電話 0256-36-5555 FAX 0256-36-5556

簡単おいしい☆お手軽レシピ

☆ババロアフルーツケーキ☆



■じめじめしたこの季
節、さっぱりしたケーキ
はいかがでしょうか？
■お誕生会などにおす
めです！。

<材料>15人分

カステラ…4切れ

伊那バニラババロアの素…250g

牛乳…600cc

お湯…300cc

黄桃缶・白桃缶などのフルーツ…適宜

フルーツソース……お好みで

A

1. ケーキの型(バット)に、半分にスライスしたカステラを敷きつめる。
2. 「A」でババロアを作り、氷水で冷やしながら粗熱がとれたところで、型に流しこむ。
3. 冷蔵庫に入れて冷やす。
4. 表面が固まってきたら、フルーツを飾る。お好みでフルーツソースをかけてもおいしいです♪

デイサービスセンター河渡本町

田中 京子

波田野先生のコラム第12回

丸山診療所 院長 波田野 徹



『腰痛と消化器の病気について』

腰痛は、日常、誰でも経験する症状です。腰痛があると、その原因として、整形外科領域の背骨の病気を、まず疑います。でも腰痛が、“安静にしているとも痛い”“寝ていても痛みがよくなる”といった場合には、消化器の病気が隠れていることがあります。

それでは、どのような病気が考えられるのでしょうか？

まず、腰痛、背部痛を起こす消化器の臓器として、後腹膜臓器である^{すいぞう}膵臓の病気が考えられます。なかでも膵がんは、症状が出にくく、要注意です。膵がんの約10%に腰背部痛があります。この症状があった場合、まず膵がんを疑い、血液検査や腹部超音波検査などのスクリーニング（ふるいわけ）を行うことが重要です。また、腹痛を伴う背部痛があれば、急性膵炎や慢性膵炎、あるいは胆石発作、急性胆のう炎が考えられます。膵炎は、特にアルコールの過剰摂取が背景にあることが多いので、アルコールの多飲には要注意です。



まれな例ですが、大腸など腸の病気を持っている人が、発熱に腰痛を伴った場合、低栄養、糖尿病などを背景として、2次的に^{ちょうようきんのうよう}腸腰筋膿瘍の診断に至ることもあります。腰痛が契機となり、精査により、胃や十二指腸、肝臓、大腸の病気が見つかる場合もあります。

腰痛といっても、症状は様々です。経過をみながら、我慢しないで、かかりつけの先生に相談することをおすすめします。また、定期的に、がん検診も忘れずに受けましょう。

丸山診療所[新潟市江南区丸山 472-1] Tel. 025-278-5100

～ これからも いつまでも ～

デイサービスセンター横越は、4月1日を持ちまして、5周年を迎えることができました。

これもひとえに、ご利用いただいているお客様、ご家族様、ケアマネジャー様、地域の皆様等々、多くの方々のお蔭と、心から感謝いたしております。

4月17日には、日頃の感謝の気持ちを込めまして、『5周年記念感謝祭』を開催させていただきました。

週末の夜という貴重な時間帯にもかかわらず、大勢の皆様にお越しいただきました。

ご利用のお客様からは、心温まるお言葉を頂戴し、また、前センター長にもお越しいただき、和やかな雰囲気が始まりました。



オプションサービスの紹介をさせていただいたあと、健康支援トレーナーによる「すみれの花」の曲に合わせた運動、クラリネットセラピー担当者によるクラリネット演奏、回想法音楽レクリエーション担当者による尺八演奏等を楽しんでいただきました。

お食事では、春の食材を多く取り入れた煮物や天ぷら、和え物などをお出ししました。「おいしい!」と、皆様たくさん召し上がってくださいました。デザートには、センターのハーブ園で採れたハーブを使ったシフォンケーキを、

ハーブティーとともに召し上がっていただきました。

楽しくお食事やご歓談が進む中、開設当初からの行事等の思い出写真を、スライドショーでご覧いただきました。皆さま、とてもなつかしがられ、より一層会話が弾んでいる様子でした。

5周年祭の後半には、職員の余興もありました。皿回し・傘回し・マジックやものまねショー・チアダンス・水戸黄門劇場など、盛りだくさん。笑いも多く、楽しいひと時でした。

デイサービスセンター横越職員一同は、



～ これからも いつまでも

皆様とともに 笑顔あふれるデイサービスを目指します～

皆様への感謝の気持ちを忘れず、努力してまいります。

これからも、どうぞよろしくお願いいたします。

デイサービスセンター横越 大久保 友恵

～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 FAX 025-228-4000
<編集委員> 岡田 健(委員長) / 齋藤 正明 / 川田 千鶴子 / 羽尾 洋美 / 北村 絵理 / 渡辺 伸子