

“はあと”をつなぐ情報誌



月刊 はあとふる あたご

第 63 号
【発行】
2010 年 11 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



「敬老会」の風景

- 左上／デイサービスセンター横越（3 ページ） ■右上／デイサービスセンター河渡（10 ページ）
■左下／デイサービスセンター松浜（3 ページ） ■右下／デイサービスセンターさかえ（4 ページ）

目次

- | | |
|----------------------|---------------------|
| 新入社員 元気で頑張ってます！・・・2 | 木陰亭昔語り 第16回・・・・・・8 |
| 事業所だより・・・・・・・・・・3～10 | 波田野先生のコラム 第17回・・・11 |
| バッハ先生のひとりごと 第5回・・・5 | お手軽レシピ／新施設のご紹介・・・12 |

今日も元気に 頑張ってます!!

今年4月入社の新入社員に、半年経った心境を聞いてみました



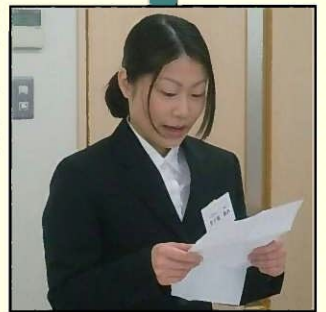
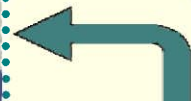
やまもと さちえ

山本 幸枝(グループホーム新津)

気が付いたら半年が経っていました。

入社したころは不安も多かったのですが、丁寧に指導して下さる先輩方、励ましの言葉をかけて下さるお客様のお陰で、楽しい毎日を送っています。日を重ねるごとに、お客様を深く理解できるようになった気がします。また、自分の良いところ悪いところにも、気づくようになりました。

これからも、この温かい職場で、日々成長していけるよう頑張りますので、よろしくお願いいたします。

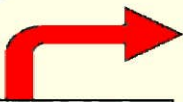


いからし まい

五十嵐 麻衣(デイサービスセンター柳都大橋)

4月に入社した時は、ちゃんとやっていけるのか不安でいっぱいでしたが、今では、明るい先輩方にいろいろと教えていただきながら、楽しく働いています。

まだまだ失敗も多く一人前とは言えませんが、お客様が楽しく過ごせるよう、笑顔を忘れずに毎日を楽しんでいきたいと思っています。また、相談員としての仕事も早く覚え、少しずつでも成長できるよう頑張ります。



かりた

刈田 みゆき(デイサービスセンター河渡本町)

入社して半年が過ぎ、少しずつですが仕事に慣れてきました。

入社したばかりの頃は、右も左もわからず、戸惑うことがたくさんありましたが、先輩方の親切なご指導やお客様の温かい支えにより、毎日を楽しみ過ごさせていただいています。

まだまだ覚えることはたくさんありますが、これからは自分の仕事に責任を持ち、確実に仕事を行なえるよう頑張って参ります。

◆3名の成長を温かく見守って頂きますよう、お願い致します◆

デイサービスセンター松浜

●十五夜と敬老会♪♪

9月20日は、十五夜!!! デイサービスセンター松浜には、とても素敵な満月が……。お客様が『月の書』を書いて下さったのです。立体感があり、手書きとは思えないほどきれいな作品ですね。もちろんこの作品は、ホールに飾らせて頂きました(*´▽｀)

続いて敬老会の話題へ。

9月21~24日、敬老会を開催しました(^▽^)♪ 今年の敬老会は、職員による二人羽織、漫才、カラオケ大会と、内容盛りだくさん。二人羽織は化粧をして、おまんじゅうを食べるという流れだったのですが、お客様が「もう少し右だがね!!」などと声を掛けてくださり、化粧がとても素敵な仕上がりに……。



漫才では『ポッチャリーズ』などとコンビ名まで考え、漫才を披露。皆様、お腹を抱えて大笑いして下さいました。

そして、お客様によるカラオケ大会。松浜には、歌がお好きな方がたくさんいらっしゃる、自慢の歌声を披露していただきました♪♪

とにかく、笑いの絶えない敬老会となりました。

皆様、これからも元気で長生きして下さいね。

デイサービスセンター松浜

大久保 優

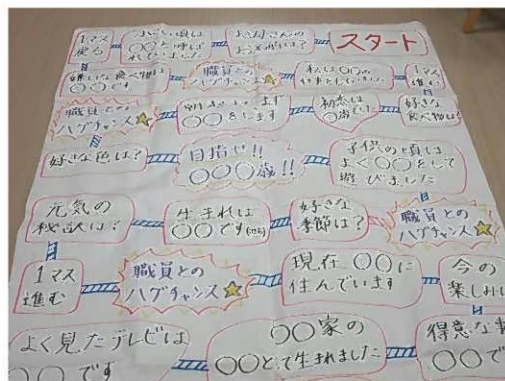
電話 025-255-7701 FAX 025-255-7705

デイサービスセンター横越

●9月といえば……

敬老の日です!! お客様への日頃の感謝と敬意を込め、敬老会を開かせて頂きました。

いつも職員を「ありがとう」と気遣って下さり、なぜそんなに優しく、心が穏やかでいらっしゃるのかと考えていたら……。『もっとお客様の事を知りたい!』という思いに行き着き、『人生すごろくゲーム』を行なうことにしました。マスには、「生まれた地域は?」「元気の秘訣は?」など、色々な事が書かれており、皆様にお答え頂きました。



「へえ～」と驚かれたり、「おお～」と感心されたり、中には「ええ～??」と笑いが起こるものまで、様々な回答が飛び出しました。

皆様のお話を聞き、またさらに距離を縮められた気がします。また、色々なお話を聞かせてください。皆様の笑顔が、私ども職員の元気の源です!!

これからもお元気で、共に楽しい日々を過ごしましょう!! 目指せ100……、いや、120歳!!

デイサービスセンター横越

小澤 淳貴

電話 025-383-2235 FAX 025-383-2236

デイサービスセンターさかえ

●皆様の健康と長寿を願って……

“デイサービスセンターさかえ”では、9月19日(日)～25日(土)までの1週間を、『敬老会週間』と銘打ちました。この1週間、お昼には、お赤飯やごま豆腐などが入ったお弁当を召し上がって頂き、午後からは、職員による“かくし芸”や手品をご覧頂きました。

午後からの出し物は、お客様に喜んで頂けることを願い、職員一丸となり、練習に練習を重ねてきました。

かくし芸では、傘まわしや南京玉すだれ、テーブルクロス引きなどをご覧頂きました。練習ではなかなか成功しなかった技が、本番で見事成功するなど、勝負強い職員がいて大いに盛り上がりました。

手品では、お札やハンカチ、ロープを使った手品を披露し、さらには、外国人に扮した職員の持ち物を盗んでしまうなんていう奇想天外な手品まで飛び出し、拍手喝采を浴びました。



その後、ささやかではありますがお客様にプレゼントをお渡しし、最後に、皆様の健康と長寿を願って万歳三唱で敬老会はお開きとなりました。お客様は、「顎が外れるかと思うほど笑った」「外人さんは今度いつ来てくれるのか？」とおっしゃって下さり、楽しんで頂けたようでした。

また来年の敬老会でも、たくさんの素敵な笑顔が花咲きますように……。

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

グループホーム三条

●毎朝の体操

「じゃあ、朝の体操を始めましょうか！」

いつもの音楽とともに、動き出す体。

グループホーム三条では、もうお馴染みの光景です。

音楽に合わせ、歌いながら、体の各部を動かしていただきます。長年入居されているお客様は、ベッドの上で体を動かしていらっしゃいます。

たまに体操の開始が遅れてしまったりすると、「今日の体操は？」と尋ねられ、慌てて準備したりすることもあります。

季節の歌を歌ったりしていると、やがてティータイム。

「新聞でも読みますか？」「いい天気だね～」

こんな何の変哲もない日常を、お客様と共に過ごせる喜びを噛みしめています。



グループホーム三条 難波 淳
電話 0256-36-5555 FAX 0256-36-5556

パッパ先生のひとこと 第5回

～国際福祉機器展～

新潟大学工学部福祉人間工学科 教授 工学博士／歯学博士 林 豊彦



数年ぶりに国際福祉機器展に行ってきた。技術の進歩はすばらしかった。介護動作を支援する「パワーアシストスーツ」のデモには多くの人が集まっていた。独居老人のモニターシステムは、昔は研究対象だったが、今ではいくつも製品化されていた。感心する一方で、「パワーアシストスーツよりも正しい介護動作を教育する方が先だろう」、「モニターシステムもいいが、家族や地域で支える社会を再構築すべきでは？」という思いが心から消えなかった。

私がいちばん気に入ったのは、車いす利用者が運転できる電動バイク（写真）だ。まずはその「カッコ良さ」に驚いた。障がい者でも高齢者でも、自分らしくカッコよく生きることがとうぜんの権利だ。このバイクは、語弊があるかもしれないが、福祉機器らしくないところがいい。販売は未定のようなが、車いす利用者がこのバイクに乗って街中や野山を疾駆する姿を想像したら、なんだかワクワクしてきた。パワーアシストスーツは着てみたくないが、電動バイクは私も運転してみたい。



（国際福祉機器展にて）

かっこよし！
車いすにて乗るバイク
風きるさまに
こころ躍らむ

グループホーム五泉

●敬老会 in 五泉市

五泉市では、9月11日が敬老会。お客様とスタッフで参加してきました。

会場の五泉市総合体育館には、何百人もの方が集まっておりました。

歌や踊りなど、さまざまな演目が披露され、一緒に歌を口ずさまれるお客様もおられました。



帰りには、紅

白まんじゅうにお酒、大きなお弁当を頂き、その日一番の盛り上がりでした v(。・▽・。)v

久しぶりに会ったお知り合いと話がはずみ、帰る時間を忘れてしまう方も……。

来年もまた、ぜひ参加したいと思います。

グループホーム五泉

牛腸 佑子

電話 0250-41-1610 FAX 0250-41-1611



グループホーム新津

●敬老会と体験学習

新潟市より長寿のお祝いを頂いたお客様2名（田辺様・大津様）を中心に、9月20日（日）、敬老会を実施しました。地域のボランティアさん13名に踊りを披露いただき、また多くの御家族の参加もあり、賑やかに盛大に、お祝いする事ができました。

また、9月28日より3日間、第五中学校の1年生が体験学習に入りました。

初日は不安そうでしたが、その後は打ち解けて、特技など披露してくれました。

最終日、「3日間の体験を通して、気持ちの変化はありましたか？」



の問いに、「はい！ 優しい人間になりたいと思います」「お年寄りに優しく、悪い事は悪いと伝えられる人になりたい」など、とても心強い言葉が飛び出し、嬉しい限りでした。

まずは、周りの大人達が良い見本を見せていかなければ……と、しみじみ感じさせられた3日間でした。



グループホーム新津

渡邊 やよひ

電話 0250-21-2888 FAX 0250-21-2889

水原多機能施設

●大きく、大きく、実ったブドウ◎

9月、水原では、ブドウ狩りへ行ってきました(*^*)
行先は、紫玉苑(観光ブドウ農園)。

大きく育ったブドウが、見わたすかぎり、いっぱい！！



「このブドウはどうですか？」

「もっと左のほう
が大きいじゃないかい？」

「おいしい～♪ 来てよかったわ」

「来年も来ようね！」



今年行けなかったお客様もお誘いして、来年また行きたいと思います(^_-)-☆

小規模多機能ホーム水原

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)

デイサービスセンター城北町

●～ステキな笑顔～

敬老の日は、昭和 22 年に、兵庫県野間谷村（当時）の村長さん方が提唱した「としよりの日」が始まりだそうです。「老人を大切にし、年寄りの知恵を借りて村作りをしよう」と、農閑期で気候も良い 9 月の中旬、15 日に敬老会を開いたそうです。それが全国に広がり、国民の祝日「敬老の日」に制定されたとか。



今年の当

センターの敬老会では、ボランティアの方々による大正琴とギターのコラボレーションを楽しんで頂きました。唱歌や懐かしい歌謡曲を唄われることで、その時代の懐かしい思い出が、それぞれのお客様によみがえった様子でした。

その後、お客様のステキな笑顔の写真と、私どもの日頃の感謝の気持ちをメッセージにした感謝状を、一人一人にお渡ししました。その際見られたお客様の笑顔は、一段とステキなものでした。これからも、皆様にご満足頂けるよう努めて参ります。

デイサービスセンター城北町

若月 恵子

電話 0254-21-3330 FAX 0254-21-3335

デイサービスセンター柳都大橋

●ご長寿万歳！！

お客様の長寿をお祝いするため、今年も柳都の敬老会が盛大に開催されました。

会のオープニングを飾る、“花笠四人娘”の「祝いの舞」は、お客様からアンコールの声があがるほどの盛り上がりでした。続いてのマジックショーでは、“増えるボール”や“空中浮遊”などが披露されましたが……。ときには、お客様にタネを見破られてしまう場面もあり、驚きと笑いの渦でした。



会のメインでは、喜寿、米寿、白寿、卒寿を迎えられたお客様に、インタビューさせて頂きました。

最長寿 102 歳のお客様は、その場で即興の歌まで披露して下さい、大きな拍手がわき起こりました。

最後に、「祝ご長寿！」の文字が飾られたケーキが登場し、皆で記念撮影をしました。

お客様から頂戴する笑顔には、いつも感謝いたしております。

これからも、皆様の毎日が、健康と笑いに満ちた日々でありますように……。



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16回 ～街に西堀東堀～

総務部 経理財務課 齋藤 正明

今回は、新潟県にあるポピュラーな地名、「西堀」と「東堀」についてのお話です。

— それでは、木陰亭さんに語ってもらいましょう —



「^{あすみあつし}安住 敦 という俳人に、“しぐるるや駅に西口東口”という句があるが……。新潟で云えば、“街に西堀東堀”とでも云うところじゃな。今は、通りの名前に残るだけになってしまったが、昔は、あの通りを堀が流れておった。堀が作られたのは、江戸時代の初めのころじゃが、『西堀』『東堀』という呼び名が付いたのは、それほど古いことではない。こう呼ばれるようになったのは、明

治になってからなんじゃ。それまでは、『西堀』が『^{てらまちぼり}寺町堀』、『東堀』が『^{かたはらぼり}片原堀』という名前じゃった。呼び方を変えさせたのは、新潟県令（県知事）として、明治 5 年に赴任して来た楠本正隆という人じゃ。肥前大村藩（長崎県）出身の楠本にとっては、新潟の地名が分かりにくかったんじゃないかな。信濃川と平行する『寺町堀』と『片原堀』を、“^{たてぼり}縦堀”と云うが、楠本はこれを、『西堀』と『東堀』に呼び変えた。この“縦堀”と直行する堀が、“横堀”^{かみ}じゃ。横堀を上の方から並べると、『白山堀』『新津屋堀』『新堀』『広小路堀』『御祭堀』の 5 本じゃな。楠本は、この“横堀”の呼び名も変えておる。上の方から番号を付けて、『一番堀』から『五番堀』に改めたんじゃ。しかしながら、こちらの方は『西堀』『東堀』ほどには根付かなかったようじゃの。今ではわずかに、『^{いちばんぼりどおりちょう}一番堀 通 町』という地名に残っておるだけじゃ」

写真は、戦前の西堀（絵はがき『柳の新潟』）

デイサービスセンター坂井東

●今年もやって来ました、敬老会（^-^）

今年は、9 月 20 日（月）21 日（火）の開催でした。まずは、『歌謡祭』と題し、職員それぞれに仮装して、一曲ご披露しました。

狩人『あずさ 2 号』、宝塚歌劇団『すみれの咲く頃』、美空ひばり『知床旅情』、和田アキ子『あの鐘を鳴らすのはあなた』、西城秀樹『YMCA』、沢田研二『勝手にしやがれ』、イルカ『なごり雪』、ピンクレディー『UFO』などなど……。

少しでも歌い手本人に近づこうと、衣装から考え、体を張って頑張りました。お客様も、「わぁ〜！」と声を出されながら笑って下さいました。

続いて、敬老の日のお祝いに、お客様にエコバックをプレゼント致しました。「素敵な色」「可愛いわ」などと、おっしゃって下さるお客様も……。

今後も、いろんな行事を計画しています。職員一同頑張りますので、期待して下さいね（*^_^*）



デイサービスセンター坂井東 長 真貴子
電話 025-268-8880 FAX 025-268-8887

福祉用具課

●新兵器導入

福祉用具課では、新兵器「**ダイソン社・サイクロンハンディクリーナー**」を導入致しました。

優れものの新機能をご紹介します。

- ①**ダイソン・デジタルモーター**：従来品より3倍の高速回転、よりエネルギー効率に優れた新世代モーターです。
- ②**サイクロン・テクノロジー**：強力な遠心分離機能で、ゴミやホコリを分離。フィルターに頼ることがないので、部屋も空気も汚しません。
- ③**モーターヘッド**：ペットの毛までしっかり取り除く、パワフルなモーターヘッドを搭載。吸引力も落ちません。

福祉用具課では、「お客様に、綺麗な商品を安全に使っていただきたい」という思いで、この掃除機を導入しました。



レンタル商品の点検時にはもちろんのこと、電動ベッド導入の際には、新兵器でお掃除させていただいてから搬入いたします（ご自宅のコンセントを使わせていただきますことをご了承ください）。

レンタル商品の埃が気になる方は、お掃除だけでもご相談下さい。

福祉用具センター柳都大橋 須藤 新次

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

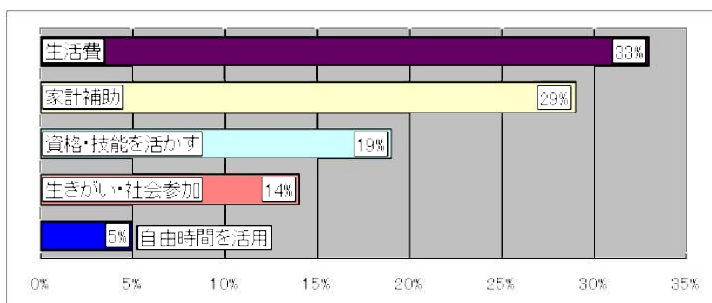
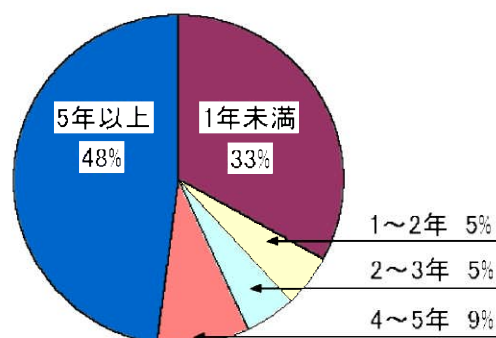
訪問介護課

●ホームヘルパー ～アンケートシリーズ ①～

訪問介護ステーションの登録ヘルパーさんに、アンケートをお願いしました。

「経験年数は？」（右グラフ）

1年未満のフレッシュな方と、5年以上のベテランの方の割合が多いという結果でした。様々な経験を積んできたベテランヘルパーが、約半分を占めています。今後もますますヘルパーとしての知識を深め、新人ヘルパーの指導も含め、良いお手本となって頂きたいと思います。



「現在働いている理由は？」（左グラフ）

お客様の生活のお手伝いをさせて頂くヘルパーも、自身の生活のためという方が多いという結果が出ました。身に付けた知識を活かしてみたい、この仕事に生きがいを感じるヘルパーも少なくないようです。

訪問介護ステーション 井村 領子

電話 025-228-5004 FAX 025-228-4000

居宅介護支援課

●夕暮れ時の高齢歩行者に注意！！

高齢者は、加齢に伴い、運動機能・反射神経が衰え、筋力や聴力・視力も低下します。

歩行中の高齢者は、聴力や視力の衰えのため、車の存在に気付かない場合もあります。また、道路の横断には、自分が思っているよりも時間がかかってしまいます。

昨年度、新潟県内において、高齢者の交通事故死者数は、全体の半数以上（69人）を占めています。特に、明け方と、夕暮れ時から夜にかけて、高齢歩行者の事故が多くなっています。

車の運転とは、『認知（歩行者の発見）⇒判断（危険・異常の認識）⇒操作（ブレーキ）』の繰り返しですが、事故を未然に防ぐためには、認知した事柄について、しっかりと予測することが大切です。「○○○だろう」運転はせず、「○○○かもしれない」と、常に最悪の結果を考えて運転しましょう。

事故原因の多くは、無理な追い越し、速度超過、交差点の一時不停止、運転中の携帯電話、酒気帯び運転などです。譲り合い、安全運転を心がけましょう。特に、幼児や高齢者など、交通弱者に対しては、いたわりの気持ちを持つことが大切です。



居宅介護支援センター柳都大橋

安中 則子

デイサービスセンター河渡本町

●敬老会 With 園児さん

9月21日午後1時。聖徳保育園の園児さんを招いての敬老会がスタートしました！！

まずは、園児さんから、元気な歌のプレゼント♪♪ お客様の顔には、笑みがこぼれていました(^-^)*

続いて、園児さんと“伝言ゲーム”。筒を通して、上手く伝えるかな？！ 面白かわいい、ドキドキゲーム！！



転倒予防体操では、園児さんもみんな大好き！「これから音頭」。曲が流れると、園児さんの元気いっぱいの動きに、お客様もびっくり(>_<)*

最後は、園児さんもお客様の間に入り、楽しいおやつタイム(*^。^*)

あっという間の、素敵な敬老会でした♡

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

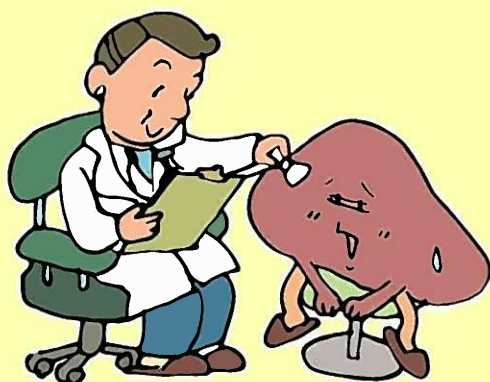
波田野先生のコラム第17回

丸山診療所 院長 波田野 徹



『肝がんの予防について』

日本の肝がんのほとんどは、ウイルス肝炎から発症しています。ウイルス肝炎の中でも、肝がんの原因となるのは、B型とC型で、特にC型肝炎から起こる肝がんが多く、肝がん全体の80%以上を占めています。ウイルス肝炎の有無をチェックすることで、がんの危険性が高いグループを囲い込みできる点は、他のがんと異なる、肝がんの特徴であると考えられます。肝炎ウイルス検査が重要である、大きな理由です。ウイルス肝炎（活動性肝炎）の診断を受けたら、肝硬変になる前の早期の段階で、適切な治療をすることが、肝がんの予防には、是非必要です。



それでは、頻度の多いC型肝炎の治療には、どのようなものがあるのでしょうか？ 最新の治療法は、週1回の注射（ペグインターフェロン）と内服薬（リバビリン）の併用療法です。最近の治療成績は格段に向上し、治りやすいウイルスタイプでは90%完治します。それ以外のウイルスタイプでも、60～70%完治します。また、C型肝炎の医療費助成制度により、経済的にも負担がより

軽くなりました。C型肝炎は、自覚症状がないまま、肝硬変、肝がんへと進行する病気なので、消化器の専門医に治療を相談するようお勧めいたします。

また最近、運動不足を背景とした、肥満に伴う「脂肪性肝炎」を経て発症する肝がんも報告されています。適度な運動をするように心がけましょう。

☆☆ 肝がん早期発見と予防の心得 ☆☆

- 1) 肝炎ウイルスの感染の有無を知る（健診を受ける）
- 2) 慢性肝炎の的確な治療を受ける（インターフェロン治療）
- 3) 適度な運動をする（肥満も肝がんの危険因子）
- 4) 血液検査、画像検査を定期的に受ける



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

☆かぶの葉のふりかけ☆



■大根の葉でも作れます■水にさらすことで、“あく”が取れます■煮汁の煮詰め加減で、しっとりにもパラパラにも■“じゃこ”や“しらす”を入れると、カルシウムも取れますよ

<材料>

かぶの葉 … 1束 (3個くらい)
酒 …… 大さじ2
醤油 …… 大さじ2
みりん …… 大さじ2
ごま油 …… 大さじ2
鰹節 …… 2パック (3g入り)
白ゴマ …… お好みで

1. かぶの葉は細かく千切りにし、水にさらす。
2. 「1」の水をよく切り、ごま油で強火で炒める。
3. しんなりして水分が出てきたら、酒、醤油、みりんを加え、さらに炒める。
4. 煮汁が煮詰まってきたら、白ゴマと鰹節を入れて、出来上がり♪

デイサービスセンターさかえ 青木 広子

「小規模多機能型施設」を開設します

“はあとふるあたご”では、新潟市中央区窪田町に、「小規模多機能型施設」を開設することとなりました。来年4月の開設に向けて、現在準備を行なっています。進捗状況については、今後、随時お知らせしていきたいと思ひます。

今回は、「小規模多機能型居宅介護」について説明させていただきます。「小規模多機能型居宅介護」とは、平成18年4月の介護保険法改正により創設された、地域密着型サービスのひとつです。住みなれた地域で安心して暮らし続けられるように、ご希望をお聞きしながら、生活様式にあわせ、「通い」を中心に、「訪問」「泊まり」の3つのサービスが一体となって、24時間切れ間なくサービスを提供できるのが特徴です。



デイサービス課 課長 成田 洋子

利用者の自宅

～ご意見・ご感想をお寄せ下さい。～

居宅介護事業所

<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> 岡田 健(委員長) / 川田 平鶴 / 宇野 美洋 / 羽尾 洋美 / 井村 領子 / 渡辺 伸子 / 齋藤 昭明



(12) 「訪問」

進行を可能に。
どのサービスを利用しても、なじみの職員によるサービスが受けられる。