

“はあと”をつなぐ情報誌



月刊 はあとふる あたご

第 65 号
【発行】
2011 年 1 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



はあもにい “楽楽” LIVE♪

- 左上／グループホーム五泉 ■右上／水原 多機能施設
■左下／グループホーム三条 ■右下／グループホーム新津

目次

年頭のご挨拶・・・・・・・・・・	2	木陰亭昔語り 第18回・・・・・・・・	8
バッハ先生のひとりごと 第7回・・	5	波田野先生のコラム 第19回・・	11
新施設のご紹介 第2回・・・・・・・・	6	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。

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。

2011年の年頭にあたり、平素のご厚情に深謝申し上げます。

昨年は、新潟市内で最大積雪81センチという26年ぶりの記録的な大雪で交通がマヒしたり、全国各地を記録的な猛暑が襲って熱中症で救急搬送される人が続出したりと異常気象に悩まされました。

実に痛ましい事故が起きたその日も酷暑でした。7月24日、千葉県木更津市のデイサービスセンターの送迎車内に8時間にわたって置き去りにされた当時81歳の女性が死亡。この日の同市の最高気温は34.6度。午後5時すぎ、女性の家族から「帰らない」と連絡があり、施設の職員が車の中で既に心肺停止の状態でごっすりしている女性を発見したそうです。

自力で送迎車の外に出ることができなかったこの女性が、置き去りにされてどんなに不安と恐怖を感じたか、熱中症で亡くなるまでどんなに苦しかったか。女性の死亡を知ったご家族がどんなにショックで悲しんだか。そして、毎日忙しくも誠実に介護にあたっていたに違いない職員たちがどんな気持ちになったのだろうか……。

同日のニュース速報でこのことを知った私は、あまりの衝撃で全身が逆立ち言葉を失いました。はあとふるあたごでは、かねてから事故を減らし事故を防ぐための活動に注力してきましたが、これまで以上に、本気で、お客様の安全に真摯に取り組んで行こうと改めて心に誓いました。

さて、昨年弊社では、よりお客様にご満足いただけるよう、「接客力の向上」、「ソフト食の導入」、一部のデイサービスセンターにおける「緊急宿泊サービスの開始」などに取り組みしました。

すべてのグループホームとショートステイにスプリンクラーを設置。デイサービスセンター水原の365日営業、デイサービスセンターさかえの定員増（24人→30人）。また新規事業所として水原における小規模多機能型居宅サービスを開始。ヘルパー養成事業ではあらたに基金訓練受託も開始するなど、業容の拡大と充実に努めてまいりました。

2011年も社員一同、つねにお客様の視点を大切に、さらなる向上を目指して参ります。卯年の今年が、皆様にとってご多幸となることを心からお祈り申し上げます。



株式会社 はあとふるあたご 代表取締役

本村 浩

デイサービスセンター河渡本町

●新潟万代太鼓に感動！！

去る11月20日（土）、新潟万代太鼓の中野山八龍会の皆様が来てくださいました。中野山八龍会は、小学生から高校生までの子供達で構成されています。中学校の1年生で、河渡本町の職員よりも背の高い男の子がいて、皆様驚かされていました。

演奏が開始されると……。



迫力ある太鼓の音に、皆様

ビックリ！！子供達が叩いているとは思えない上手な演奏に聴き惚れ、感動して涙を流される方も（；-；）

最後にお客様の希望で、太鼓を叩く体験をされました。子供達との交流ができて、皆様大変楽しまれていた様子です♪



デイサービスセンター河渡本町

瀧澤 祐美

電話 025-250-3001 FAX 025-250-3010

水原多機能施設

●(*^_^*)美味しい～♪ 楽しい～♪ おしるこ作り(*^_^*)

小規模多機能ホーム水原では、11月、お客様と一緒におしるこを作りました！

最初は、お団子を作るところから。

「昔はこうやってよく作ったもんだよ」と、お団子をこねるお客様の手つきは、職人さんもビックリするほど！！キレイなお団子が出来ました。

お客様の中には、茶道を習った方もいらっしゃったので、甘～い♪おしるこに合うお茶を立てて頂き、職員もお茶の立て方を教わりました(*^_^*)



お茶とおしるこが揃ったところで……。

「頂きま～す！！！！」
「お店で食べるのも美味しいけど……。」

こうやって皆で作って食べるのが一番おいしいね」

お客様も職員も、口にあんこをつけながら、「そうだね」とうなずいていました(*^^)

今日もまた、笑顔が絶えない楽しい一日になりました。



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)

福祉用具課

●インフルエンザ対策はお済みですか？



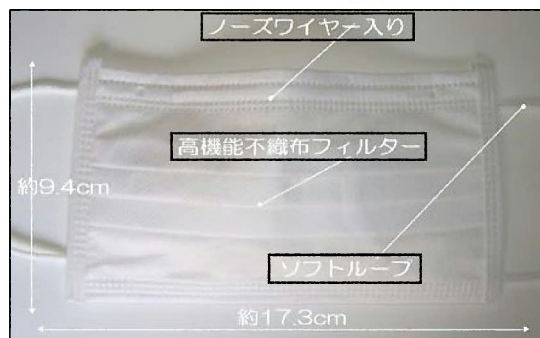
今月は、風邪対策はもちろん、花粉やホコリ対策にも活躍する、衛生的な使い捨てマスク「**サージカルフェイスマスク**」のご紹介です。



■サージカルフェイスマスクの特長■

- ・ 3層ミクロの特殊フィルターにより、細菌、花粉、ホコリ等に効果的です。細菌ろ過率も 99%と高性能。
- ・ 耳に優しくフィットする、ソフトなイヤーループを採用しています。
- ・ ノーズワイヤー入りで鼻の形に合わせて調節できます。
- ・ 通気性が良く、呼吸の楽なギャザー式です。

風邪を引きやすい季節、衛生的で使いやすいマスクを是非どうぞ！！



1箱 50枚入り 525円(税込)

■使い捨てタイプです■

福祉用具センター柳都大橋

羽尾 洋美

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

デイサービスセンターさかえ

●あけましておめでとうございます★*:~:●

“デイサービスセンターさかえ”では、新年を彩る作品を、11月の末から作成していました。

イラストの上手い職員が、大洋紙（新潟県独自の呼び名で、全国的には模造紙と呼ばれているそうです）に、2011年の干支である『うさぎ』をメインにデッサンし、そこへ、お客様に丸めて頂いたお花紙を貼り付けていきました。



作品が大きい分、お花紙も沢山丸めなければならず、細かい作業が続きましたが……。

皆様さすが！！

笹団子やお餅を丸めるように、慣れた手つきで、次から次へと丸めて下さいました。

丸めた紙を貼る作業も、お客様同士で役割分担されて、手際良く進み、無事完成致しました♪

“さかえ”にお越しの際は、玄関とホールに展示してございますので、是非ご覧頂きたいと思います。

今年も、どうぞ宜しくお願い致します。



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

パッパ先生のひとこと 第7回

～台湾の活気に思う～

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

仕事で数日間、台湾に行ってきた。台湾は現在、国際的には国として認められていないが、政治・経済ともにれっきとした独立国家だ。経済成長率はこの2年間は金融危機のため落ち込んだが、今年は9.4%に急上昇している。

台湾の経済成長は街の活気にも感じられた。夕方以降、街は人であふれかえり、道にはたくさんのバイクが所狭しと走っていた。日本も昭和30・40年代はそうだった。地方の商店街も活気に満ち、皆みなゆたかな未来を信じて疑わなかった。そしてそれは現実のものとなった。

ところが今はどうだろうか。国は900兆円もの借金を抱え、地方の商店街はシャッター街と化した。高度成長の夢が忘れられないのか、いまだ国は経済成長に頼ろうとしているかに見える。しかし、いますべきことは、低成長期の産業構造をしっかりと作り、雇用を安定化することだろう。皆が働くことによって世の中にお金が回らないと、社会主義的な日本の医療と福祉は成り立たないのだから。

台南の歴史をかたる 大南門
まもりの意志ぞ 構へにみゆる



(台湾の台南市にて)



デイサービスセンター横越

● なつかしい風景



秋も深まり、そろそろ新潟にも雪の便りが聞かれそうな11月下旬、イラストレーターの栗原淳子様が当センターにお越しく下さいました。

写真の絵は、栗原様が描かれた作品の一部ですが、他にも、柿もぎをする兄妹、市場の風景、雪合戦をする子供たちなど……、

どれもほのぼのとなつかしく、ほっとするような作品ばかり。お客様は、絵をご覧になりながら、「家のほうでは……」「このころは……」「昔は私も……」と、絵の風景にまつわる当時のことを思い出され、いろいろお話しをしてく下さいました。また、回想法音楽



レクリエーション担当の職員が、絵から思い起こされる歌を、お客様と一緒に歌いました。なつかしさもあってなのでしょうか、いつも以上に楽しそうに歌われている様子でした。

『絵』と『歌』。異なる分野ですが、どちらも、なつかしさにふれることのできる芸術ですね。

本当に楽しい時間でした。栗原様にはまたお越しいただきたい思いです。ありがとうございました！

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

「小規模多機能型施設」を開設します ～第2回～

いよいよ新施設の外觀が、ご近所の方々にお目見えしました！

写真は、12月10日に撮影したものです。海が近く、静かでとても穏やかな場所です。

さて、「新施設はどんなところ？」と、質問をいただきますので、少し、お話しをさせていただきます。

定員は、1階が12名。2階は、通いが15名、泊りが9名となっています。



これまでの“はあとふるあたご”にはない、少人数でのんびり過ごしていただける仕掛けを考えております。

お客さまに、いつも笑顔でいていただけるよう取り組んでまいりたいと思います。

現在、建物の内装工事が順調に進んでいます。これまで以上に、素敵になっています！

次回には、皆さまにご覧いただけるとと思いますので、ご期待下さい。

窪田町開設準備室 成田 洋子



デイサービスセンター城北町

●♪作品展♪

デイサービスセンター城北町では、去年に引き続き、11月15日～22日の間、作品展を開催致しました。

旅先で停車した山深い駅をスケッチした水彩画。ひと針ひと針丁寧に根気強く縫い上げた刺し子のジャケット、お店番をされながら編み上げたカーディガン、明治天皇の和歌や一茶の句を草書で書かれた掛け軸、等々。皆様の心のこもった作品がホールに展示され、お客様は足を止めて、一点一点感心されながら、熱心に鑑賞されていらっしゃいました。

また、11月26日には、近隣の二葉小学校4年2組の皆様が来所され、交流会が行われました。



鍵盤ハーモニカの演奏や、迫力ある合唱を披露して下さいました。

その後、だるま落としや折り紙、あやとり等をし、お客様と楽しい時間を過ごされました。昔を懐かしく思い出されながら、一緒にあやとりをされていていらっしゃる姿がほほえましい一時でした。

これからも、地域の方々との交流を大事にして、皆様に楽しんで頂けるよう努めてまいります。

デイサービスセンター城北町 伊藤 郁子
電話 0254-21-3330 FAX 0254-21-3335



デイサービスセンター坂井東

●めでたい！ 手作り福ダルマ

デイサービスセンター坂井東では、風船を使った「福ダルマ」を、お客様と一緒に作っています。



薄めた障子糊に新聞紙を浸し、風船に貼っていく根気のいる作業ですが、皆様一生懸命貼ってくださいました。

「なんだかダルマぽくないね……」

「本当にダルマになるんだあ？」

など、最初はこんな声も聞こえていましたが……。

いざ、赤い紙を貼り始めると……。

「おおお！ダルマだねえ」「かわいげなダルマさんだわあ」

完成に向けて、もうひと頑張りです。



デイサービスセンター坂井東 桑野 美智子
電話 025-268-8880 FAX 025-268-8887

デイサービスセンター松浜

●ゆず風呂♪♪

ますます寒さが厳しくなってきた今日この頃……。デイサービスセンター松浜では、いつも以上に温まって頂けるように、また、楽しんで頂けるように、お風呂に“ある物”を入れました!!!



それは……、“ジャンボゆず”です↑(^皿^)

お客様から頂いたこの“ジャンボゆず”、普通のゆずの5~6倍はあります!!! とにかくジャンボです(大きさをボールペンで比較してみました♪♪笑)!!!

「こんげなでつけゆず、どこから持ってきたんね?」「なんだかいい匂いがするわー」

と、お客様からも好評でした(●´ω`●)

肩こりが治るようにと、ゆずを肩に乗せておられるお客様も(^v^)♪

入浴中に少しお邪魔し、ジャンボゆずと一緒に写真を撮パチリ☆☆

いつもとは雰囲気少し違う、楽しい入浴となりました(≧v≦)!!



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

【木陰亭昔語り】第18回 ～3つの金比羅神社～

総務部 経理財務課 齋藤 正明

今回は、新潟島に3つもある、金比羅神社のお話です。

— それでは、木陰亭さんに語ってもらいましょう —

「こないだ、四国の俳句仲間が遊びに来ての。酒を飲ませたら、面白い歌を歌っておった。『こんぴらふねふね』というお座敷歌じゃ。拳遊び^{けん}をするとき、お囃子に唄われる。ん？ 拳遊びとやらを教えろと？ ほほ。教えてやりたいのは山々なれど……。坊の母親に叱られそうじゃでな。今日は、こんぴら様の話をしよう。



西厩島町の金刀比羅神社

こんぴら様とは、金毘羅信仰の神社のことじゃ。“金毘羅 (kumbhira)” は、本来、仏教由来の神さまでな。ガンジス川の鰐が神格化されたものと云われておる。すなわち、水の神様じゃな。古くから海上交通の守り神として、船舶関係者から信仰を集めて来た。香川県琴平町にある金刀比羅宮が総本宮じゃが、分社は日本全国にある。当然、湊町の新潟でも、金毘羅信仰は盛ん^{しもまち}じゃった。新潟の下町には、西厩島町、寄合町、附船町と、金刀比羅神社が3つもあるほどじゃ。西厩島町の金刀比羅神社には、江戸時代に船主が奉納した模型の和船も保存されておる（国の重要有形民俗文化財）。今度、見に行ってみるか？」

グループホーム三条

●運動会から年の瀬へ

当ホームでは、毎年運動会を開催しております。ホーム内で行う小規模なものですが、チーム分けをして、競技も工夫して、皆さん白熱します。

特に今年は、2階で行われた運動会がとても「熱かった!」。競技内容は、玉入れ、パン食い競争、応援合戦と、いたって普通なのですが……。なんで着ぐるみ？

ま、細かいことはいいのです! 皆さんとてもいいお顔で笑っていらっしゃいます!



運動会が終わると、もう年の瀬は目の前です。

12月24日は、クリスマス会。

12月29日には、今年も餅つきをします。

12月31日、年越しの日はちょっとご馳走。

初詣は、三が日を避けて毎年行っているのですが、今年の雪はどうでしょうね……。



グループホーム三条

難波 淳

電話 0256-36-5555 FAX 0256-36-5556

訪問介護課

●ホームヘルパー ～アンケートシリーズ ③～

「ホームヘルパーになってから、困ったことや大変だったことは？」

- お客様の生活の価値観やスタイルがそれぞれ違うこと
- 時間内に仕事が終わらなかった時
- 訪問したのにお客様がいらっしゃらなかった時
- お客様との信頼関係を築くこと
- 思いがけない状況に直面した時
- 雪などで車の置き場所がなかった時
- トイレ、暑さ、寒さ



などなど……。中には、毎日が大変と書いたヘルパーもありましたが……。

いずれにしろ、お客様のお宅に上がらせていただく緊張感は、忘れてはいけないと思います。

困った、大変だったなどの経験は、自分の腕を磨く良い機会と捉え、これからのサービスに活かしていきたいと思います。

昨年よりも今年と、さらに良いサービスを提供できるよう、ヘルパー一同、努力してまいります。

本年も、どうぞ宜しくお願い申し上げます。

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

●スーパービジョンの勉強会をしています

「スーパービジョン」って何のことか、よくわかりませんよね。

簡単に言うと、ケアマネジャーに対する指導方法を勉強しています。

具体的には、指導を受ける側と指導する側の両方の役割を体験しながら、どのような方法や視点が必要かを、理解し実践できるように訓練しています。

今年度は課の勉強会に新潟医療福祉大学の先生においでいただき、ご指導いただいています。

毎回「なるほど」と納得することばかりで、先生のスーパーバイザーレベルまで達するにはあ

と何年かかるか、気が遠くなるくらいの初心者ばかりですが、志は高く、居宅介護支援課のケアマネジャー全員がスーパービジョンできるようになることを、大きな目標にしています。

定期的に勉強会を行うことは、自分自身が常に前向きに向上心を持ち続けられる刺激になり、またお客様の笑顔につながるケアマネジメントを提供できるようにという、原点を振り返る機会としても大切だと思っています。

今後も成長を積み重ねていけるように、継続していきたいと思っています。



居宅介護支援センター城北町

横尾 多美子

デイサービスセンター柳都大橋

●年の瀬を前に



デイサービスセンター柳都大橋は、今、お正月の準備に、大掃除にと、年の瀬に向けて活気づいています。

元旦には、“新春紅白大歌合戦”を開催することになり、現在、各チームが歌の練習に邁進中です！ プロ顔負けの歌唱力で魅了するお客様や、

味のある個性で勝負のスタッフなど、役者ぞろいの柳都大橋で、どのような熱戦がくりひろげられるか？ 今から、とても楽しみです。

では、皆様が良いお年をお迎えになられますよう、心よりお祈り申し上げます。

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



グループホーム新津

●“思い”が形になりました

記憶が淡雪のように消えていく中、何とか日々の感動や喜びを、得意な俳句で紙に留めて頂きたく……。ひとりのお客様さまに働き掛けながら、句を作りためていただきました。それが、職員の手により一冊の句集となり、文化祭でお披露目することができました。

文化祭の前日、お客様さま(伊藤幸子さま)に手渡すと、信じられないといった面持ちで……。



「えっ？ これ私の？ 誰がしてくれたの？
こんな立派に……」

後は言葉を失い、目を潤ませてくださいました。

その時の一句（今このチャンスを逃してはと、紙とペンを用意しました）。

わが句集 見せられて 目に涙

感動が素敵なドラマとなって、お客様さまと職員が支え合っている事を実感した一瞬です。

第2集を目指すために、あえて第1集としました。

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



波田野先生のコラム 第19回

丸山診療所 院長 波田野 徹



『日本人に推奨できる科学的根拠に基づくがん予防法』

新年おめでとうございます。皆様にとって良い1年になりますよう、心よりお祈り申し上げます。

日本独自のがん・生活習慣病予防の科学的根拠を確立するための大規模疫学研究（多目的コホート研究）が、国により1990年に開始されてから、20年が経過しました。いくつかの科学的根拠に基づく研究成果が得られてきました。

喫煙については、肺がんだけでなく、循環器疾患（心筋梗塞）、糖尿病のリスク（危険性）を上げ、また受動喫煙は、肺がん、特に腺がんのリスクを上げることが明らかになりました。

アルコールについては、タバコと一緒にお酒を飲むと、がんのリスクが上がり、「休肝日」をつくるとがんのリスクは低くなります。

運動とがんの関係については、運動は大腸がん、肝がん、膵がん、子宮体がんのリスクを下げることが分かりました。

食塩の摂りすぎは、胃がんのリスクを上げており、胃がんの予防には、塩分コントロールが重要です。また、ピロリ菌の感染が胃がんに大きく関与していることも確認されました。

肥満は、閉経後乳がんや、大腸がんのリスクを上げることが示されました。一方、やせすぎも、がんのリスクを上げることが明らかになりました。日常生活で、適正体重を保つことが大切です。

がん予防には、常識的な節度ある生活を送ることが重要と考えられます。また、健診も定期的に忘れずに受けましょう。

☆☆ 日本人のためのがん予防法 ☆☆

- 1) 禁煙する。他人のタバコの煙をできるだけ避ける
- 2) 節度のある飲酒をする（休肝日をつくる）
- 3) 塩分を控えめにして、野菜、果物不足に注意する
- 4) 日常生活を活動的に過ごす（定期的に運動する）
- 5) 適正な体重の維持（太りすぎない、やせすぎない）
- 6) 肝炎ウイルス感染の有無を知る（感染している場合は治療の措置をとる：肝がん予防）



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

☆三日とろろ☆



■三日とろろは、福島県をはじめとする東北地方で食べられています。
■長いもに含まれるムチンが、お正月で疲れた胃腸を回復してくれます。

<材料> 4人分

米		2 カップ
押し麦(あれば)		1/4 カップ
長 い も		400g
だ し 汁		300cc
醬 油		大さじ 3
み り ん		大さじ 1
き ざ み の り		少々

1. 米は洗い、通常の水加減で(押し麦を入れるときは、さらに水 70cc を加え)、炊く。
2. 長いもはすりおろし、だし汁、醤油、みりんを加え、伸ばす。
3. 茶碗にご飯を盛り、「2」をかけて、きざみのりを散らしたら出来上がり。

水原多機能施設 齋藤 富士子

グループホーム五泉

●1 年を振り返って

「おはようございます」とホームに入ると……。

〇様はキッチンで茶碗を洗い、K様は箒を持ってフロアを掃除し、ソファに座っておられたS様はにっこりと笑顔を返してくださいます。そんな、いつもの朝の光景を見ながら、今日も1 日が始まります。

昨年はお客様の入退居も比較的少なく、穏やかな日々を過ごせたかなと感じています。

初めて行なった納涼祭は、ご近所の方々や御家族様・子供達等、多くの方々からお集まりいただき、予想以上の反響で、とても楽しいひと時でした。

秋には、敬老会や芸能祭、文化祭など多くの行事に参加し、知り合いの方と偶然顔を合わせたりなどという事もあり、地域の中で普通に暮らしている事を実感しました。

グループホームに入居する事で、安心して暮らせる……。そんな当たり前の事を、大切にしたいと思っています。

「また一つ年を取るね。ここが अच्छい (一番いい)」とおっしゃるお客様の素敵な笑顔は、私たちにとって何よりの宝物です。

今年も、変わらず楽しい日々を送りましょう。

一日一日が健康で、笑顔で過ごせることに感謝しながら、新しい年もよろしくお願い致します。

グループホーム五泉

齋藤 久美子

電話 0250-41-1610 FAX 0250-41-1611



～ご意見・ご感想をお寄せ下さい。～

<連絡先> (株)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 千鶴子／羽尾 洋美／井村 領子／渡辺 伸子／齋藤 正明