

“はあと”をつなぐ情報誌



月刊 はあとふる あたご

第 67 号
【発行】
2011 年 3 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



本成寺の鬼たちと

「デイサービスセンターさかえ」にて（関連記事は 10 ページ）

目次

お客さまインタビュー 横越編 . . . 2	お手軽レシピ 8
事業所だより 3～10	波田野先生のコラム 第21回 . . 11
バッハ先生のひとりごと 第9回 . . 5	新施設の名称が決まりました！ . 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横越 編～

デイサービスセンター横越をご利用いただいているお客様をご紹介します。

2つの質問を用意し、お答えいただきました。

① デイサービスセンター横越で、楽しみにしている事は何ですか？

② 健康の秘訣は何ですか？

① 買い物や外食に行ったり、ゲームや体操をしたり。ここに来ることが楽しみです☆

② 職員の元気なパワー、優しさのパワーをもらう事♪



藤崎ハル様

阿部ミイ様

① 友達と楽しく話ができる事が何よりも嬉しいです!! ゲームなどをして笑って、職員の若いパワーをもらい、元気が出ます☆

② 皆としゃべって笑う事♪



諸橋健一様

① お昼ご飯がおいしい!! いつもメニューが違って、色々なものが食べられます☆

② 早く寝る事♪

① とにかく何でも楽しいです☆ こんなところは、どこを探してもないです!!

② 楽しんで、よく笑う事♪



① どんな事も楽しみです!! ここにいと朗らかになります☆

② 身体を動かす事♪



細川様

平野様

小形様

① 友達や職員に会えて、話もできて、1日楽しく過ごせています☆ ご飯もとってもおいしいです。

② “楽しむ”事♪



デイサービスセンター横越

●“恵方巻”とフレンドリーな鬼たち

節分といえば、すっかりお馴染みの風習となった「恵方巻^{えほうまき}」。皆様、慣れた手つきで、とても上手に作られ、お昼においしくいただきました。

また、今年の豆まきには、鬼の親分が子分を従えてやって来ました！

「鬼は外！」「福は内！」と、鬼めがけて豆まきをしたのはもちろんですが……。この鬼達、とっても



フレンドリーで、お

客様とゲームをしたり、楽しませてくれました！！そして、鬼と楽しくおしゃべりタイム！！笑いが絶えず、皆様素敵な笑顔いっぱいでした。

こんな楽しいひと時に、幸せを感じます。すでに“福”が、舞い降りてきたのかも……。ですね！！

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



水原多機能施設

●花に縁のある水原

季節も移り、春が近づいてきました。水原では、「花夢里にいつ」に、お花を見に行きました。綺麗なお花がたくさんあり、お客様も「きれいだね♪ 別世界に来たみたいだ」と、笑顔いっぱい話されていました。たくさんのお花を前に、皆様喜ばれている様子でした、(^。^)/

そこで、小規模多機能ホーム水原でも、ベランダでお花を育てることにしました。お客様の中に、お花植えを仕事にされていた



方がいらっしゃったので、お客様ご指導のもと、ピンク・赤・青のチューリップの球根を植えました。

「スクスク育てば、4、5月には綺麗な花を咲かせると思うよ」

職員も、綺麗な花が咲くのを楽しみに待っております。

お客様の中には、ご自宅からお花を持って来て下さる方もいらっしゃり、フロア内は綺麗なお花でいっぱいです。

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)



福祉用具課 第1回はあとふるあたご『福祉機器展』

1月19日、弊社初の試みとなる『福祉機器展』を開催いたしました。



当日は、一般のお客様も含め50名の方にご来場頂き、実際に機器を手にとってご覧いただきました。

福祉用具は、数ある介護保険サービスの一部ではありますが、お客様にとって、とても身近な存在だと思います。日々新商品が生み出されていく中で、福祉用具の“常識”にも変化が生じます。それに伴い、使用状況への適合や、ご使用いただくお客様の負担の軽減にも変化が生じます。

福祉用具貸与事業者の責任として、実際に体感して頂ける情報発信の場を、今後も設けていきたいと思っています。



24時間・365日、いつでもお電話下さい!!

福祉用具センター新発田 吉村 正

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柳都大橋

●節分ぶんぶん〜♪

デイサービス柳都大橋では、節分の日、紅組白組に分かれ、“豆まき”ならぬ“玉入れ”をしました！

「立たないでくださ〜い！」という職員の声にもかかわらず、興奮して立ち上がるお客様もあり、白熱した戦いとなりました☆

皆様、案外負けず嫌いなんですね〜^^



また、実習に来られた方達と、折り紙でかわいい鬼を作られていました☆

皆様上手に作られ、お持ち帰りいただいたお客様もいらっしゃいましたが、センターにも飾らせていただきました^^

こんなかわいい鬼に、豆をぶついたら可哀そうですね〜。

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



パッパ先生のひとこと 第9回

～ロボットのリハビリテーション応用～

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



機動戦士ガンダムは、鉄腕アトムと並んで、ロボット研究者にとって究極の目標だ。その特徴は、人間が操縦する人型機動兵器「モビルスーツ（MS）」であること。MS は古くから研究されてきたが、なかなか実用にはいたらなかった。その夢を世界で初めて実現したのが、ロボットスーツ HAL (Hybrid Assistive LimbR, Cyberdyne 社) だ。

HAL の目的は、関節運動のパワーアシストで、重量物の保持・運搬に特に威力を発揮する。ところが最近、リハビリ支援用の HAL も登場した（写真）。下肢に運動障がいをもつ人が HAL を下肢に装着し、自律歩行を訓練するために使う。下肢の筋活動を電極で感知してモーターを制御するため、まさに筋力補強装置だ。



今後の発展は期待できるが、リハビリ用に開発された装置ではないため、有効性はまだ未知数だろう。適用できる患者側の条件、アシスト量の設定・更新法、専門家の育成、リハビリ効果にエビデンス（証拠）などの疑問や課題に、ひとつひとつ応えて行くべきだと思う。

道具とは
能力おぎなふものなれば
リハビリ補助の
ロボットもしかり



（燕市・ウィルアシストにて）

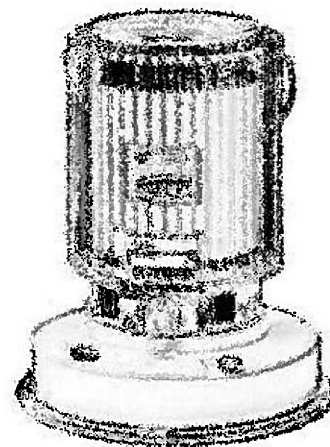
訪問介護課

●灯油入れはおまかせ下さい！

昨年のような積雪はなかったものの、今年も寒い日が続きます。

1 月のヘルパーミーティングでは、冬期の注意点ということで、以下のことを確認致しました。

- 雪で訪問時間が遅れないよう、早めの行動を心がける。
- インフルエンザ、ノロウイルスなど、冬の感染症に注意する。インフルエンザに関しては、空気の入替えをし、お部屋の湿度に気をつける。乾燥している部屋には濡れタオルを干すなどして、加湿をお勧めする。ヘルパーは、うがい、手洗いを励行する。
- ストーブはもちろん、貼るカイロや電気毛布、あんか、湯たんぽでの低温火傷に注意していただくよう、お客様にお声がけする。
- 灯油入れは、お客様からご要望がある前に、確認させていただく。



いっぱいになったタンクをお持ちになられての移動はたいへんです。灯油入れは、無理をせずヘルパーにおまかせ下さい。こたつやストーブが出ている時期は足場もせまくなり、危険も増しています。お客様が、安全に暖かくお過ごしいただけるよう心がけてまいります。

訪問介護ステーション

井村 領子

電話 025-228-5004 FAX 025-228-4000

グループホーム新津

●飛び出せ！地域へ！！

グループホームは、地域との関係の拡大を図りながら、馴染みの環境・馴染みの暮らしを継続することが不可欠です。いつも助けられているばかりではなく、認知症の方々の“できる力”の発揮で、地域と協働していくことこそ、本当の「地域づくり」の第一歩なのではないでしょうか。

そこで、わが社の「はあもにい楽楽」のメンバーが一役買ってくれる事となりました。平成 20 年より交流を深めている学童保育「あおぞらクラブ」に、当ホームのお客さまと共に伺って参りました。



学童のみなさんは、いろいろなりコーダーの説明を聞きながら、関心をもって音の違いに聞き入っている様子でした。

出前紙芝居でおなじみの“幸子おばあちゃん”の出番もありました（←）。



グループホーム新津

渡邊 やよひ

電話 0250-21-2888 FAX 0250-21-2889

デイサービスセンター城北町

●城北町手芸クラブ

立春が過ぎ、一歩ずつ春の足音が感じられる季節となりました。

城北町では、手芸クラブの活動も活発です。

今年の干支、兎の置物をはじめ、チューリップの花、折り紙、テッシュカバーなどさまざまな物を、ご自分のペースで制作されておられます。



兎の置物は、職員が作って飾っておいたものをご覧になったお客様から、「私も作ってみたいわー」との声が上がりました。

出来あがった兎の一つは、お客様のご自宅の玄関で、私達職員を出迎えてくれています。

城北町の手芸好きの皆様と一緒に、これからも楽しんで色々な物を制作していきたいと思います。

デイサービスセンター城北町

武田 由紀

電話 0254-21-3330 FAX 0254-21-3335

デイサービスセンター河渡本町

●今年もやって来ました！！『新年会』



1月21日、河渡本町恒例の新年会が開幕しました！！

さあ始まり始まり～！！今年の二人羽織の主演は……。12月に入社した土屋衣代里です！！お蕎麦がうまく口に入るカナ？お化粧も上手に出来るかしら？！あらあら、口紅がはみ出してますよー(^0^）素敵なお化粧の出来上がり～♪♪



続いては、真島職員による華麗なる皿回し(^_^)/ さあさあ皆様ご覧あれ～！！お客様もこの通り(↓)！！お皿をクルクル回されてます。皆様、思わず拍手～ッ！！



そして、新年会のメめは職員全員による氷川きよし「虹色のバイヨン」



の曲に合わせた「バイヨン体操」！！殆ど練習もなく、キラキラな衣装を身にまとい、ぶっつけ本番のダンスを披露！！職員バラバラのダンスも何とか無事成功！！あっという間に時間は過ぎ……。笑いの絶えない盛り沢山の1時間でした(^_^)(^_^)

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

デイサービスセンター坂井東

●豆まきをしました！

2月の行事と言えば節分です！坂井東では、2月2日・3日に、豆まきをしました。

職員が鬼になって現われると……。



「鬼は～、外！！」

「福は～、内！！」

年の数だけ豆を食べるのは大変なので、おやつには甘納豆とお煎餅を美味しく頂きました。

笑顔あふれる節分の日でした。

デイサービスセンター坂井東

松田 典子

電話 025-268-8880 FAX 025-268-8887

☆いちご大福☆



■簡単な求肥ぎゅうひの作り方です■
シナモンや“きなこ”で、八つ橋もできますよ■時間が経っても、柔らかいです(^_^)■

＜材料＞ 10 個分

いちご …… 小粒 10 個
あんこ …… 300g(お好み)
白玉粉 …… 150g
砂糖 …… 240g
水 …… 300ml
片栗粉(打ち粉) …… 適量

＜作り方＞

1. 白玉粉、砂糖、水を鍋に入れ、よく混ぜ溶かしておく。
2. 「1」を火にかけ、木べらなどで絶えず混ぜながら、もったりと半透明になるまで練る。
3. 打ち粉の片栗粉をバットなどに散らし、「2」を流し入れる。
4. 粗熱が取れたら、上から片栗粉をまぶし、手でのばす。
5. 「4」を適度な大きさにカットし、あんこでくるんだいちごを包む。つなぎ目は指で摘む。

デイサービスセンターさかえ 青木 広子

グループホーム三条

●豆まき

2月3日、近くの「どれみ保育園」の皆さんが、豆まきに来て下さいました。

「おには～、そと～」 「ふくは～、うち～」

かわいい声と仕草に、皆様、もうメロメロ。

福を呼ぶための豆まき行事ですが、何よりも園児さんたちが来てくださったことが、“福”だったような気がします。

その後、ボランティアの方たちが、ハーモニカ演奏と踊りを披露して下さいました。ハーモニカ演奏の方は何度も来て下さっているのですが、リクエストにも応えていただいたりして……、やっぱりハーモニカはいい音がしますね。唱歌や童謡など、お客様の年代に合わせたチョイスが流石でした。



お客様の歌声も響き、一息ついたところで鬼の登場です。

赤鬼と黒鬼、金棒を振り回してトラのパンツで。そういえば、鬼の角とトラのパンツは、風水でいうところの「鬼門」が「丑寅」の方角なので、丑の角と寅のパンツなんだそうです。

ホントですか、それ？

グループホーム三条

難波 淳

電話 0256-36-5555 FAX 0256-36-5556

デイサービスセンター松浜

●鬼退治とあたごちゃん♪

2月2～4日、行事レクとして『節分の日に豆まき、鬼退治』を行いました♪♪

とても怖そうな青鬼が現れると、皆様興味津々で青鬼をみつめていらっしゃいました!!! 青鬼が「リハビリをまだやっていない人はいるか～?」と言うと、皆様青鬼が怖いのか、一生懸命に足踏み運動や肩の上げ下げ運動に取り組みまれました(^皿^)が、このまま青鬼に言われっぱなしでは終われません!!! その後、豆に見立



てた新聞紙を青鬼めがけて投げつけました♪♪

そして、皆様のおかげで青鬼退治は大成功v(^o^)

これで今年も、皆様のところに福が舞いこんで来ること間違いなしです☆

話は変わって……。

デイサービスセンター松浜に、とても可愛いお客様がやってきました!!! それは、手芸がお得意なお客様が作って下さったお人形(*´▽`)レクの時間に名前を考え、『あたごちゃん』に決定!!! あたごちゃんは毎日受け付けにいますので、皆様もぜひ会いにきて下さいね\(^o^)/

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

居宅介護支援課

●伝えたくて……、私の思い

「月刊はあとふるあたご」第65号に、グループホーム新津に入居されている伊藤幸子様のお句が掲載されていました。

～生きているだけで幸せ～

これを目にした私は、なぜでしょう、しばし涙が止まりませんでした。

「あなたはあなたでいいのよ。そんなに頑張らなくていいのよ」(私だけの勝手な解釈なのですが)と言ってくださっているようで、心に何か温かいものがヒタヒタと沁み込んできて、その後、ふわあ、と心が軽くなったような思いがいたしました。笑顔でそっと肩を抱いてくださっている、そんな光景が脳裏をよぎり、とてもやさしい気持ちになりました。

命の重みを感じ、生かされていることに感謝しながら、今後の人生を歩んでいきたいと思えます。伊藤様、感動をありがとうございました。おからだを大切に、これからも素敵な句を紡いでください。



居宅介護支援センター坂井東

阿部 充子

デイサービスセンターさかえ

●一足早い、節分鬼おどり

節分の日よりも一足早く……。1月23日(日)、本成寺の“節分鬼おどり”が、当センターにて行われました。

“節分鬼おどり”とは、法華宗総本山である本成寺で、室町時代に寺の僧兵と農民が力を合わせて盗賊を追い払ったという言い伝えから、毎年2月3日、鬼に向かって豆をまき、悪を退散させる行事です。

三条は、工具や金物の生産が盛んなため、鬼たちも、「のこぎり」、「おの」、「かなづち」を持って踊ります。

本成寺には、赤鬼・青鬼・黄鬼・緑鬼・黒鬼・三途川婆^{そうずかば}と呼ばれる6体の鬼がいます。

赤鬼には、自分の中の悪い心を取り除くために豆をぶつけます。青鬼には、貧相な自分を高め徳を積むため。黄鬼には、自分中心主義から脱け出し公平・平和な心をつくるため。緑鬼・黒鬼



には、不摂生な自分を直し、健康になるため。そして三途川婆ですが、三途の川で死者の着物をはぎ取る係の女性だそうです。強欲な心を自ら省みて、反省しながらぶつけるのだそうです。

“さかえ”のお客様は、鬼の登場に大喜び。なかには鬼に握手を求めるお客様もいらっしゃいました。皆様の無病息災、平和と安全を祈願し豆まきをしました。

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

グループホーム五泉

●節分

2月3日。今日は、季節を分ける日でもある節分です。

最近では、その年の恵^え方^{ほう}を向いて、願い事を思い浮かべながら食べる『恵^え方^{ほう}巻^まき』が流行しているようです。でも、私たちはやはり“「節分」＝「豆まき」”ということで、今年も男性職員らが鬼役となり、盛大に豆まきを行いました。鬼が来ると、「豆まかねばダメだ」と女性



職員と一緒に



豆をまき、お客様も楽しまれている様子でした。

さて、悪い鬼は退治されたということで……。わがホームにも「笑う門には福来る」という言葉通り、いっぱい福が来てくれるでしょう。今年も、笑顔で楽しく、お客様と共に過ごしていきたいです。

グループホーム五泉 中川 禎久
電話 0250-41-1610 FAX 0250-41-1611

波田野先生のコラム 第21回

丸山診療所 院長 波田野 徹



『非アルコール性脂肪肝炎(ナッシュ)について』

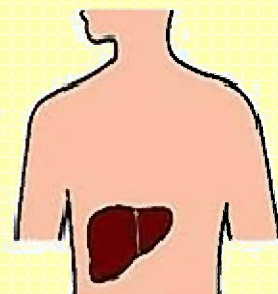
肥満人口の増加とともに、内臓脂肪型肥満を背景とした脂肪肝が、最近増えてきています。脂肪肝は腹部超音波検査で、肝臓の内部が

「雪が舞ったように白く輝いて見える」ことで容易に診断されます。最近、肝炎ウイルスが陰性で、アルコールも飲まない脂肪肝の人で、将来肝硬変や肝がんに発展する「非アルコール性脂肪肝炎(ナッシュ:NASH)」という病態が明らかになってきました。



それでは非アルコール性脂肪肝炎、ナッシュはどのようにして発症するのでしょうか？ 脂肪肝から脂肪肝炎、ナッシュに進展する要因として、酸化ストレスやインスリン抵抗性を背景とした高血糖などが考えられています。

ナッシュの治療には、内臓脂肪の減少を目的とした、肥満と生活習慣病の治療が基本となります。抗酸化薬としてビタミンCやビタミンEが投与されます。単純脂肪肝であれば、数kgの減量で肝機能は正常化するので、あせらずに、リバウンドしないように減量する事が肝要です。散歩、ジョギングなどの有酸素運動は筋肉の脂肪酸の利用を促進して、インスリン抵抗性を改善します。また、日本茶、緑茶に含まれるカテキンは酸化ストレスを減らすことが明らかにされたので、有用と考えられます。



ナッシュは脂肪肝を基盤に進行するので、予防には節度ある生活（適正な食事、適度な運動など）を送ることが大切です。またメタボ健診も定期的に受けるように心がけましょう。

☆☆ ナッシュの予防法 ☆☆

- 1) 標準体重に近づける
- 2) 緑茶の摂取は、ナッシュの予防になる（カテキンの作用）
- 3) 散歩などの有酸素運動を行う



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

新施設の名称が決まりました！

新潟市中央区窪田町に開設いたします新施設の名称が、**はあとふるあたご日和庵** に決定いたしました。

はあとふるあたご
介護サービス拠点（新潟市小島地区）



はあとふるあたご 津原大橋
〒951-8501 新潟市中央区津原大橋三ノ町2284番地
●居宅介護支援センター
●福祉用具センター
●訪問介護ステーション
●デイサービスセンター

はあとふるあたご 河渡本町
〒951-8502 新潟市中央区河渡本町1番地
●居宅介護支援センター
●デイサービスセンター

はあとふるあたご 坂井東
〒951-8503 新潟市中央区坂井東三ノ町2284番地
●居宅介護支援センター
●デイサービスセンター

はあとふるあたご 松浜
〒951-8504 新潟市中央区松浜八幡町1番地
●居宅介護支援センター
●デイサービスセンター

はあとふるあたご 横越
〒951-8505 新潟市中央区横越横越町1番地
●居宅介護支援センター
●デイサービスセンター

はあとふるあたご 新津
〒951-8506 新潟市中央区新津新津町1番地
●グループホーム

当施設 新潟島地域密着型サービス
—2011年4月オープン—
デイサービスセンター日和庵
小規模多機能ホーム日和庵
〒951-8008 新潟市中央区窪田町2丁目111番地2




はあとふるあたご
〒951-8008 新潟市中央区窪田町三ノ町2284番地
TEL 連絡先／準備室直通：080-1069-2065
担当／成田
URL <http://www.heartful.jp/>

はあとふるあたご
日和庵
～海の風を感じながら～

はあとふるあたご日和庵 のコンセプトは、“和風リゾート”。

壁には、内装、外装ともに漆喰を使用し、蔵をイメージした造りとなっています。

内装では、木の香りのするお風呂、海の風を感じながらの足湯など、お客様に楽しんでいただくための空間をご用意いたしました。新しさのなかにも、懐かしさや温かさを感じていただけるかと思います。

1階 デイサービスセンター
日和庵
昔の日本を思わせる
空間でおくつろぎ下さい。



かのきの香りを堪能しながら、ゆっくりのんびりと
お入りいただけます。



懐かしい……
何だかほっとする……
ほっとした瞬間に
懐かしくなったように
なっています。



『和風リゾート』

蔵をイメージし、壁には漆喰（しっくい）を使用しています。
漆喰の壁は、それ自体が湿度の調整と空気の浄化作用をもっています。
懐かしい風合いだけでなく、
お客様の身体にもとても優しい空間をご用意しました。



海の風を感じながら、新しいなかにもどこか懐かしい空間で、
ゆったりと思い思いの時間をお過ごしください。
これが私たちの想いです。



暖かな灯りのもとで、気持ちほっと温かくなり、
和やかな時間が過ごせます。

2階 小規模多機能ホーム
日和庵
プライベート感を大切に
あなただけの特別な時間を。



日本海と空……
自然を感じながら、
お好きな時間をお過ごしいただけます。



海の風を感じながら……
のんびりとお話をしながら……
お茶を飲んだり……
足湯を楽しんでいただけます。



かのきの温もりを感じながら、
お一人おひとり
入浴をしていただけます。

今回は、オープン直前の様子をお伝えさせていただきます！ **日和庵開設準備室 成田 洋子**

～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> 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