

“はあと”をつなぐ情報誌



月刊

はあとふるあたご

第 75 号
【発行】
2011 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
Tel.025(228)5000 Fax.025(228)4000 URL: <http://www.heartfull.jp/> E-Mail: post@heartfull.jp



すすきとお団子

■グループホーム新津■

(関連記事は 5 ページ)

目次

- | | |
|-------------------------|---------------------------|
| 新入社員 元気で頑張ってます! . . . 2 | バッハ先生のひとりごと 第 17 回 . 5 |
| 事業所だより 3~6 | 波田野先生のコラム 第 29 回 . . 7 |
| お手軽レシピ 4 | H.C.R. ツアー添乗記 8 |

わたしたち はあとふるあたご は、“人”を一番大切にします。

今日も元気に 頑張ってます!!

今年4月入社の新卒社員に、半年経った心境を聞いてみました



むらやま しゅんすけ

村山 絢亮 (デイサービスセンター河渡本町)

あっという間に半年が経ち、入社したのがついこの間の気がします。入社した頃は、きちんとやっていけるのか不安も大きかったのですが、細かい所まで指摘してくださるセンター長や、優しく指導してくださる先輩方のお陰で、楽しく充実した毎日を送っています。

失敗することも多く、自分が成長しているのか不安にもなりますが、これからも、センター長や先輩方の意見をしっかり聞き、動きを学び、少しでも成長できるように頑張っていきたいです。

いしもと りな

石本 莉菜 (グループホーム五泉)

この仕事を始めてから、半年が経ちました。

まだまだ慣れないこともあります。入社当時と比べると、気持ちに少し余裕を持って、お客様に接したり、仕事に取り組めるようになりました。

これからも、日々仕事をしていく中で、多くの事を吸収し、初心の気持ちを忘れずに、お客様の気持ちに寄り添い、お手伝いしていきたいと思えます。



あだち かつひこ

安達 勝彦 (福祉用具センター新発田)

仕事を始めて、気付いた事があります。それは自分が、お客様であるおじいちゃんおばあちゃんと話す事が好きだった、という事です。学生のころは、福祉用具という“もの”しか見ていませんでした。人と“もの”をつなぐ橋となるのが、私たちの仕事です。人を感じることの大切さに気付けたこの半年は、山あり谷ありでしたが、非常に勉強になりました。フレッシュじゃないと言われる私ですが、これからも頑張っていきます!

居宅介護支援課

●ケアマネジャーの自宅訪問

ケアマネジャーは、毎月1回、担当のお客様を訪問して、ご自宅での様子を確認させていただいています。このときは主に、健康状態、日常における生活動作の状況、サービスを利用している感想やご意見、ご家族様の介護状況などをお聞きしています。

また、お客様の趣味のお話や、昔のお話などを聴かせて頂くこともあります。

最近の訪問では、私の担当する山の下地区の昔話を聴くことができました。

昔は市場が栄え、たくさんの商店が軒を連ねていたこと、桃山町には桃の木がたくさんあったこと、山の下中学の場所は軍服を作る工場があったことなど。



こうしたお話を聴きながら、昔の山の下地区のこと、当時のお客様がどのように暮らしてらしたのかなどを考えると楽しくなります。

昔に返って話すお客様の表情は、とてもイキイキしています。

「人に歴史あり……」

これからも、たくさんのお話を聴かせて頂けることが楽しみです。

居宅介護支援センター河渡本町

南 洋子

デイサービスセンターさかえ

●敬老会奮戦記

9月17日から始まった恒例の敬老会行事。ボランティアの方々による「よさこい」、岩塚製菓様による「揚げたておせんべい試食会」など、外部の方々のご協力もいただき、連日楽しい会を行う事が出来ました。

もちろん職員も、マジックショーに隠し芸と、盛り沢山の芸を用意しました。変装が得意(?)なさかえ職員



ですが、今回は新キャラクターも仲間入りし、いっそう盛り上がりを見せました(写真の黄色い着ぐるみ犬です。キャラクター名募集中(^o^))。



手品は、何やら怪しげな司会者とアシスタントが新作の手品を披露しました。隠し芸では、毎年お馴染みになってきた「染めの助、染め子」の登場です。テーブルクロス引き、皿回し、傘回しなどを、お客様に見て頂きました。どれも満足のいく出来ではありませんでしたが、そこはとても優しいお客様、「良かったよー」「おもしろかった」「上手だったれー」等々、お褒めの言葉をたくさん頂きました。芸を磨いてまた来年、皆様に笑いと感動をお届けしたいと思います。

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

★豆腐入りみたらし団子★



■ ↓③で冷水に浸さなければ、柔らかめのお団子に仕上がります。お好みで♪

＜作り方＞

1. 白玉粉と絹ごし豆腐を、粒がなくなって、耳たぶくらいの硬さになるまで練る。
2. 「1」を食べやすい大きさに丸め、火が通るように真ん中をくぼませる。
3. 沸騰したお湯に、「2」の白玉団子を入れる。浮いて来たところで取り出し、冷水に浸す。
4. 鍋にみたらし餡の全材料を入れ、弱火でとろみがつくまでかき混ぜる。
5. 白玉団子を皿に盛り、みたらし餡をかければ出来上がり♪

＜材料＞ 1人前(2個程度)	
白玉団子	絹ごし豆腐 …… 28g
	白玉粉 …… 20g
みたらし餡	醤油 …… 大さじ3
	砂糖 …… 大さじ4
	みりん …… 大さじ2
	片栗粉 …… 大さじ1
	水 …… 大さじ5

デイサービスセンター城北町 諏訪 律子

デイサービスセンター柳都大橋

●敬老会♪

敬老の日。毎年恒例の敬老会を開催致しました！

職員による、花笠音頭で幕開け♪

お客様も手拍子してくださり、盛り上がりました^^



ご長寿100歳のお客様にインタビューを
すると、長生きの秘訣
は「くよくよしないこ
と！」と教えて下さいました。さすがです！

職員の歌に合わせて踊りを披露して下さいましたお元気ぶり！
100歳とはとても思えません。

そして、柳都厨房手作りケーキでお祝いです^^ ろうそ
くは、男女代表の2名様に吹き消して頂きました。まるで
ウエディングケーキを囲む新郎新婦のようでした^^

ケーキは見た目はもちろん、味も絶品で、皆様喜んで下
さいました♪

皆様がこれからもお元気で、いらして下さる事を、心
から願っております。



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

バツハ先生のひとこと 第17回

～電子情報支援機器（その3）音声読書器～

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

今回は、視覚障がい者が印刷された文章を読むときの支援機器を紹介したい。これまで重度の視覚障がい者は、手書き文章や墨字印刷された文章を自分では読むことができなかった。が、この問題も電子情報技術が解決してくれた。

すでに紹介したスクリーンリーダーを使えば、パソコンのテキストデータは音声化できる。だから、印刷した文字をテキストデータにすれば、この問題は解決することになる。その装置が光学式認識装置だ。まず光学式の平型イメージスキャナーで文章を画像データに変換する。次に文字認識ソフトを使って、文字画像をテキストデータに変換する。上記すべての機器・ソフトを一体化したのが「音声読書器」だ。しかし、新聞のように段組みされていると、文章のつながりがわからなくなることが多い。それでも、大きな前進であることは確かだ。



空のうへ
雲の目線で眺むれば
入道雲の
生ゆるがごとし



グループホーム新津

●満月……いいえ、お団子です

日一日と涼しくなり、お客様にとっても過ごしやすい季節になってまいりました。そんな中、毎月恒例のフラワーアレンジメントをしながら、お客様が、『もうすぐ十五夜だね』とポツリ。今月は秋らしく《すすき》のアレンジメントをしていた効果でしょうか？

職員が、「十五夜と言ったらなんでしょう？」と尋ねると、皆様一斉に、『だんご～！』『団子！』『だーんご！』。



普段はほとんど発語

の無いお客様まで、『…ダ…ンゴ』。

あれ～、皆様そんなにお団子、好きでしたっけ～？

そんなわけで急遽、お団子づくりを開催しました。皆様、真剣そのもの！

おやつが掛かっていると目の色が違う……のかな(^艸^)?

みんなで作った《すすき》のアレンジメントの前で、お団子をおいしく頂きました。



グループホーム新津

弥久保 忠男

電話 0250-21-2888 FAX 0250-21-2889

窪田町多機能施設

●日和庵の秋……



秋といえば、『食欲の秋』『芸術の秋』等々、たくさんありますが……

日和庵では、食を楽しむ時間、音楽に親しむ時間を、共に持つことができました(*^_^*)

まずは、『食欲の秋』から。

お彼岸に、みんなでおはぎを作りました。丸める担当、あんこを付ける担当と、係を決めて励みました。「昔は売ってなかったから、家で作ったもんだよね」「やっぱり！あんこだね！！」お話しにも花が咲きました。

またある日は、“酒蔵見学ツアー”。当日は、台風が近づいていたため、希望者のみ（気が付けば男性だけでした）の参加となりました。杜氏さんに様々な質問をされ、試飲を楽しめました(#^.^#) 日和庵に到着されたときには、



とてもいい顔色。「ただいま……」と、少し遠慮がちに戻られてました。

そして、もうひとつは『芸術の秋』。マンドリンの伴奏で、昔懐かしい歌を口ずさみました。美しい音色を聴きながら、お客様もうっとりされたご様子。



みなさま。日和庵の秋、満喫していただけましたか？

小規模多機能ホーム日和庵 成田 洋子

電話 025-229-2530(デイサービスセンター日和庵)／025-229-2532(小規模多機能ホーム日和庵)

FAX 025-229-2540(共通)

デイサービスセンター城北町

●酒井宣福選手、ありがとうございました！

9月21日、サッカー・アルビレックス新潟のトップチームから、酒井宣福選手【FW (29)】が来てくださいました。

若さ溢れる（18歳！）イケメンな酒井選手と、楽しい交流のひと時が持たれました。



見事なリフティングに、皆様、「おーすごい！」と感嘆の声。

熱心なアルビファンのお客様は、ご持参のアルビタオルにサインをしてもらって、とても嬉しそうでした。

最後に皆で記念写真を撮り、楽しい思い出となりました。

酒井選手、ありがとうございました。がんばれ、アルビレックス！！



デイサービスセンター城北町

川崎 ゆり子

電話 0254-21-3330 FAX 0254-21-3335

波田野先生のコラム 第29回

丸山診療所 院長 波田野 徹



『頭痛について』

誰でも程度の差はあれ、頭痛の経験があると思います。多くの場合、慢性頭痛が考えられます。慢性頭痛には「緊張型頭痛」と「片頭痛」の代表的な2つのタイプがあります。

「頭痛」はなぜ起こるのでしょうか？

日本人に最も多い「緊張型頭痛」は、頭、頸、肩の筋肉の緊張が続くことによって血行が悪くなり、発症すると考えられています。こめかみ、後頭部、額を中心に、頭が締め付けられるような痛みが発生します。肩こり、目の疲れ、めまいなどの症状も伴い、長時間に渡る同じ姿勢での仕事や、ストレスがたまると発症し易くなります。



「片頭痛」は、脳の血管が急激に拡張し、血管のまわりの神経を刺激するために起こるとされています。頭が脈を打つようにズキズキ痛み、吐き気、嘔吐の症状を伴うことがあり、体動で頭痛が悪化します。生理時に片頭痛を発症する場合があります。また、飲酒、寝不足や、ストレスも発症の一因と考えられています。「トリプタン」という有効な薬がありますので、頭痛の症状がひどくなるようなら、かかりつけの医師に相談しましょう。

頭痛のあった時、手足や口がしびれる、ものが二重に見える、言葉がでにくい、高熱がある、意識障害がある、などの緊急な症状があれば救急搬送が必要です。慢性頭痛は、生活習慣や、ストレスによって起こる場合が多いので、規則正しい生活をおくることで、ある程度予防が可能です。疲労を避けて、十分な睡眠と休息をこころがけ、ストレスをためないようにすることが重要です。一度、今の生活習慣を見直して、健康管理をすることが「頭痛」の予防につながります。

☆☆ 頭痛の予防 ☆☆

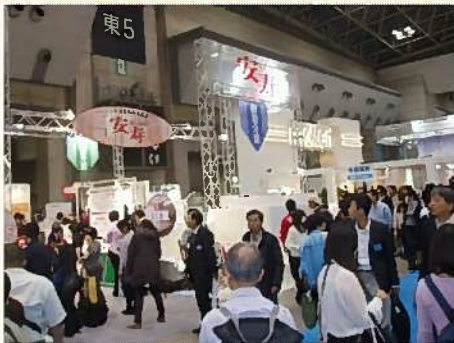
- 1) 十分な睡眠をとり、規則正しい食事を（朝食は重要）。
- 2) 同じ姿勢でいる時は、適度なストレッチを。
- 3) ストレスとうまく付き合い、趣味などで、ストレス解消を。
- 4) 血行を良くして、冷えの対策を。



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

☆H.C.R.ツアー 添乗記☆

『国際福祉機器展 : H.C.R. (Home Care & Rehabilitation Exhibition)』には、これまでも毎年



見学に行っておりましたが……。今年はなんと！、お世話になっているケアマネージャー様、施設職員様の31名に、当社社員7名を合わせ、合計38名の大所帯で、“**H.C.R. 見学ツアー**”を開催いたしました。

行きは、バスを仕立てての移動です。車内では、H.C.R.の見どころを、当社社員からご説明させて頂きつつ……。お楽しみ企画のビンゴ大会も、大変盛り上がりしました！



会場に着くと、雨にもかかわらず、『**東京ビッグサイト**』は、たくさんの来場者で賑わっていました。会場内では、自由行動で展示を見ていただきました。行きの交通渋滞等もあり、見学時間が



多少短くなってしまいましたが、大変有意義な時間を過ごすことができたのではないかと思います。



帰りは、新幹線でゆっくりとお帰りいただきました。

今回は、初めてのツアー企画ということで、反省すべき点多々ありました。来年はまた、今回の反省を踏まえ、もっと良いツアーにしていきたいと考えています。

福祉用具センター柳都大橋 明田川 伸史

■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
■福祉用具ショップ・ユニゾンプラザ店(土日も営業しています) 025-281-5755

●編集委員会からのお知らせ●

今月号から、『月刊はあとふるあたご』は、8ページ編成で発行させていただいております。また、年に2回(原則として、7月号と12月号)、お休みをいただくことになりました。つきましては、次月(12月)号は、休刊とさせていただきますので、お含みおきください。今後とも、『月刊はあとふるあたご』を、よろしくお願いいたします。

～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 / 明田川 伸史 / 沼田 良 / 齋藤 正明