



ニュース

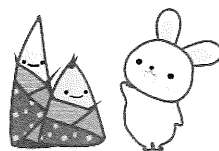
第214号

発行日 令和3年4月20日
 発行者 社会福祉法人 みのり会 中台育心園 園長/千葉桂資
 〒311-2213 茨城県鹿嶋市大字中431-20
 電話 0299 (69) 2222
 FAX 0299 (69) 2237
 ホームページ <https://nakadaiikushinen.jp/>

今月の生活目標

【单元】

- 明るい生活
- 楽しい生活



【目標】

- ☆施設やグループの決まりを守り、基本的な生活習慣を正しく身につけましょう。
- ☆みんなが仲良く協力して施設内の装飾をし、楽しい生活を送りましょう。

コロナ禍の生活の中で

園長 千葉桂資

ご利用者の皆さま、ご家族の皆様には、度重なる新型コロナウイルス感染症対策へのご理解ご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

先日、2月23日に茨城県独自の緊急事態宣言が解除されましたが、その途端に、隣市の高齢者福祉施設で38名のクラスターが発生しました。気を緩めることができない状況が続いております。全員のワクチン接種が終わるまでは、引き続き不要不急の外出・外泊はお控え下さいませようをお願い致します。

さて、ここ数年、私は昼休みにピアノを弾いています。最初は、一人の男性利用者からの要求で、戦隊ヒーローの名前を読むことから始めた遊びが、今ではピアノを通じた遊びに変わったのです。

コロナ禍の生活は、外との関わりが極端に減りました。利用者の関心事も多少変わったような気がしますが、行動面に問題のある人、強い関係性を求める人などが、何故かピアノの傍に自然と集まってきました。いつの間にか、私と関わる順番ができていて、他者に邪魔をされるとその人を押し返そうとしたり、手を振り

払おうとします。

「関わりたい」気持ちには、時として不適切な行動で示す場合があります。故意に壁紙を剥がして持って来たり、夕闇の中、事務所の窓に顔を近づけて笑ってみたり、人の腕をつねっては顔色を窺ったりするなど、様々です。

ピアノを通した利用者さんとの関わりは、練習ではありません。少しの時間を過ごすことで「関わり方」への興味や関心を持たせているのです。次第に、一小節を指一本で弾いてくれたり、補助にて伴奏を終えるような拍子をしたりする姿が見受けられるようになりました。

最近、とても嬉しかったこともあります。4人の参加者のほかに言葉でのコミュニケーションが苦手な女性利用者さんが、伴奏中に数秒間、振戦のある手で懸命に肩揉みをしてくれたのです。二度、三度と。

また、このピアノ遊びには、オチがあります。賑やかさが嫌いな男性利用者さんが、午後の日課が始まる5分前程になると、「電気は大切にね」とピアノの蓋を閉じにくるので、電子ピアノではないのですが、耳障りだったのです。

こうしてみると、コロナ禍の生活は窮屈ではありますが、働きかけひとつで、利用者との関係性が深まりました。と同時に、「初志貫徹」の

言葉を懐かしく思い出したきっかけにもなりました。

いよいよ、4月から国の第6期障害福祉計画が始まります。鹿嶋市でも国・県の計画に準拠しながら、地域の実情に応じた新たな「障がい者プラン」が施行されます。とりわけ、障害者の生活を地域全体で支えるための仕組みづくりが本格化します。地域生活支援拠点等の整備や精神障害のある方に対応した地域包括ケアシステムの整備がポイントになっていきます。施設や病院から出る際の地域移行支援、就労の支援、一人暮らしへの自立生活援助等により、地域で安心して生活が送れる仕組みが構築されます。

制度の趣が新たな時代のニーズと共に変わってきました。利用者さんに寄り添う思いを忘れずに、職員一同「笑顔のある生活」の支援を心掛けていきたいと思えます。今後とも、皆さまからの心温まるご支援とご協力をよろしくお願いいたします。

(追伸)

ご利用者様への新型コロナウイルスワクチン接種予定日が決まり次第、ご家族様にはご連絡いたします。滞りなく全員の接種が完了できますようご協力ください。

利用者の高齢化に対する 取り組みについて

生活支援員 宮崎 江美

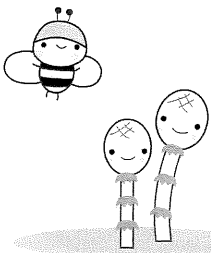
私が当施設に入職してから、約10年が経とうとしています。10年という歳月はあっという間のようでいて、皆、誰もが確実に年齢を重ねています。私も年をとりましたが、同じように利用者の皆さんも年を重ね、現在の最高齢の利用者さんは昨年米寿を迎えられました。また、この10年の間には車いすを利用するようになった方や、食事の介助が必要になった方もいらっしゃいます。現在、支援員には、支援技術だけではなく介護の知識と技術が求められています。

食事面での懸念は「誤嚥」です。誤嚥とは、喉の筋力が低下して食べ物を飲み込む機能が衰え、喉の途中に食べ物詰まってしまうたり、上手に飲み下せなくなることが原因と言われています。何らかの理由で食物などが咽頭や気管に入ると、人体は咳をすることで異物を排除しようとします。しかし加齢などで嚥下機能が低下していると咳をする力も弱くなり、うまく異物を吐き出すことができなくなってしまう。その結果、気管内に留まった異物周辺で

炎症が起こり、誤嚥性肺炎の発症につながります。誤嚥性肺炎は日本人の死因第7位という恐ろしい病気です。

当園では、誤嚥の予防として毎食前に嚥下訓練を行い、嚥下機能を維持する取り組みをしています。さらに星のメロディーに乗せて発声をする「ぱたから体操」は、リズムを取りながら楽しく嚥下訓練ができます。ぱたから体操をしていると、嚥下訓練対象以外の利用者さんも興味を持ってくれ、皆で合唱になります。多くの人が集まると、相乗効果で個々が大きな声を出すようになります。また、現在は嚥下機能に問題はない方でも、日頃から訓練を続けることで将来的な機能低下を予防する効果が期待できます。その他の生活面においても、利用者さんの年齢に応じて関わり方や支援の仕方が異なりますが、利用者さん同士の協力し合う気持ちがとても重要であると感じます。

昨年から続くコロナ禍で、今までは違う生活を強いられている状況ではありますが、利用者の方と一緒に、協力しながら助け合いながら乗り越えていければと思っています。



厨房だより

～令和2年度 中台育心園行事食～

「季節を感じる行事食と旬の栄養」

栄養士 茂木豊子

「行事食」とは、四季折々の行事やお祝いの日食べる特別な料理です。旬の食材を取り入れたものが多く、季節の風物詩です。そして、家族の幸せや健康を願う意味が込められています。また、季節の変わり目は体調を崩しやすいため、ご馳走を食べる日を設けて身体に栄養と休息を与えることで滋養強壮につながる、先人たちの賢い「食の知恵」でもあります。食の知恵を見直し、心と体に栄養補給を目指し、行事食を工夫してきました。

	行事食	季節の献立・食材
4月	<お花見>お花見弁当・三食団団子	
5月	<中台育心園創立記念日>紅白まんじゅう	筍ご飯・柏餅・さくらんぼ・キウイ
6月	<選択給食>お刺身定食 ヒレカツ定食 ※僅差でヒレカツ定食の勝利	江戸崎カボチャのパウンドケーキ カツオのたたき風マリネ・メロン
7月	<七夕>冷やしかき揚げそうめん <土用の丑の日>うな丼・五目そうめん	
8月	<夕涼み会>キーマカレー・たこ焼き 焼きそば・ラムネ・パインアイス・かき氷	夏野菜カレー・とうもろこし スイカ・瓜
9月	<敬老会>五目御飯・ぶりの照り焼き 青菜の胡麻和え・シュークリーム	鯉フライ・おはぎ 梨・巨峰
10月	<お弁当の日>中台幕の内弁当①	栗ご飯・秋刀魚フライ リンゴ・柿・お月見団子
11月	<勤労感謝祭>けんちんそば・肉まん おでん・スイートポテト・たい焼き	浮島れんこんのハンバーグ アジフライ
12月	<クリスマス会>ローストビーフ・サラダ 2種のプチコロック・サンドイッチ 白菜のクリームパスタ・梵天ケーキ <餅つき> お雑煮・きなこ餅	年越しそば・かぼちゃの煮物 おでん・ふろふき大根 春菊・白菜・いちご・温州ミカン
1月	<新年会>お刺身・鶏肉の南蛮漬け いなり寿司・餃子スープ・桃饅頭	七草がゆ・せりご飯
2月	<節分>恵方巻・鯖と野菜の天ぷら 節分汁	
3月	<お弁当の日>中台幕の内弁当② <ひな祭り>ちらし寿司・お刺身・桜餅	ひなあられ・甘酒 ぼた餅・デコポン



グループだより

★ひまわりグループ

『皆の笑顔のために!』

昨年は新型コロナウイルス感染症予防のために、外出行事を自粛し、ご家族の皆様にご協力を仰ぎ、帰省も控えていただきました。利用者の皆さんにとっては、これまで経験したことのない事態です。落ち着いて過ごしているように見えて、個々にストレスを抱えていたと思います。

そのような中、利用者の皆さんが少しでも笑顔になれるようにと、施設行事だけは規模を縮小して実施してきました。クリスマス会と新年会は、会食形式の行事です。ごちそうの他に、ステージ余興が皆さんの楽しみとなっております。そこで一人のヒーローが誕生しました。倉嶋さんです。クリスマス会では不思議の国のアリスの衣装で、新年会では最近の人気芸人のモノマネで会場を沸かせてくれました。観客の熱い拍手喝采に、倉嶋さんも大満足だったようです。舞台ソデでは笑顔でパンザイをしていました。これからも楽しいステージを期待しています! (林)

★すみれグループ

『鬼は外! 福は内!』

季節行事である節分は、今年は2月2日でした。これは124年ぶりの

ことで、貴重な年回りを経験することができました。

当施設でも毎年恒例の豆まきは2月2日に行われました。鬼役の利用者さんは、自分で描いた個性あふれる鬼面をかぶって、屋外から室内に入ろうとします。豆まき役の利用者さんは、鬼が中に入ってこないように、大きな声で「鬼は外! 福は内!」とかけ声をかけながら豆をまきます。豆まき係の中で一際目立っていたのが矢代さんでした。普段は人前に出ると恥ずかしがって縮こまってしまう矢代さんですが、本物の鬼もびつくりしてしまふのではないかとというくらい大きな声で、元気がいっぱいに豆をまいていました。矢代さんのかけ声に励まされ、すみれグループの皆さんもひととき大きな声で豆をまいていました。

★あざみグループ

『ぼくの仕事』

(神原)

利用者の皆さんの楽しみのひとつに、自販機での飲料購入があります。週2回、15時のおやつの時間に合わせてそれぞれ好きな飲み物を買って飲んでいきます。

おいしく飲んだ後に出る空き缶で

すが、皆の分を集めて収集場所に捨てに行く係なのが、菅谷さんです。菅谷さんはこの係にとっても意欲的で、係を決める時も「僕がやりま

す!」と自分から手を挙げてくれました。他の利用者さんが飲み終わった缶やペットボトルを手ずから受け取ってバケツに集め、飲むのに時間がかかっている仲間には急かすことなく優しく見守っています。昨年度末には、「来年度も空き缶捨て頑張ります!」と、頼もしい反省を聞かせてくれました。グループの皆さんが飲料を買っておいしく飲めるのは、菅谷さんの協力があったこと。ありがとうございます。(井関)

★なごいグループ

『皆さんからの「おかえり」』

私事ですが、昨年12月に、一年間の産休・育休から復職しました。短

いような、長いような、あつという間の一年間でした。復職初日は緊張しましたが、朝の集いで千葉課長から、私は産休・育休前と同じなでしこグループ担当と話を聞くと、グループの皆さんは温かく迎えてくれました。「久しぶりだね! 元気だった!」と、大足さん、山中さん、久保田さんが口々に私の子供のことを尋ねてきます。肩をトントン叩いてお辞儀をしてくれた小野口さん。笑顔で手を振り、「おかえり!」と、柴田さん。「またよろしくね」と、中川さん。すぐに手を繋ぎにきてくれた野口さん。小沼さんは手にタツチで挨拶してくれました。

皆さんがそれぞれの方法で、私を迎えてくれ、朝感じていた緊張はすっかりどこかへ行っていました。また一から頑張りますので、皆さんよろしくお願いします! (兼子)

ふれあい会



レクリエーション競技と



ステージ余興と



クッキーの模擬販売もありました。

利用者年齢調査

平均年齢 (通所含む)

男性 (30名) 47.13 歳 [0.16↑]
女性 (28名) 55.75 歳 [1.30↑]
合計 (58名) 51.44 歳 [0.23↑]

※ [] 内、前年度比

年齢分布

年代	男性	女性	全体
80代	2名	3名	8.6%
70代	1名	3名	6.9%
60代	4名	4名	13.8%
50代	6名	8名	24.1%
40代	7名	6名	22.4%
30代	5名	2名	12.1%
20代	5名	2名	12.1%

(令和3年3月31日現在)

令和3年度 入所・グループホーム担当職員

のぞみホーム	ひまわり	千代田 林 小嶺		看護師
	すみれ	海老澤 入江 榊原 小沼(す)		内田
あゆみホーム	あざみ	井関 宮崎 長岡	取次	看護師
	なでしこ	千葉(知) 豊田 兼子		小沼(純)
グループホーム	千葉	中根 横堀 小沼(和) 小田切 小林 丹	木之内(真)	高野
	梵天	中山 木之内(浩) 佐藤(友) 大森		
作業班	農耕班	丹	クッキー班	大森

跡 跡 跡

【1月・2月・3月】

【寄付】

▽飯島昭子様 ▼横堀絹代様

▽池田洋様 ▼橋爪八重子様

▽小野口里子様 ▼小沼すい様

▼菅谷誠様

【来園者】

▽横田裕樹様(会計監査) ▼永光パ

ートナーズ 渡辺様、米永様(会計指

導) ▼日立総合防災様(消防設備修理

▽行方市役所 栗又様(認定調査) ▼飯

野由枝様(契約) ▼梶田公子様(契約)

【退職職員】

▼安斎陽児支援員(10月31日付)

▼西山裕章支援員(1月20日付)

▼佐藤三郎支援員(3月31日付)

▼内田芳子支援員(同)

▼内野輝子調理員(同)

▼榊原由起子世話人(同)

【1月・2月・3月誕生者】

▽倉嶋素明さん(1月11日)

▽村田まさ子さん(1月15日)

▽池田勝弘さん(1月20日)

▽福栄都さん(1月21日)

▽永長未帆さん(1月29日)

▽辻みどりさん(3月4日)

▽玉川敦子さん(3月5日)

▽緒形英伸さん(3月6日)

▽大足光子さん(3月7日)

▽小野口由美さん(3月15日)



- ▽渡辺正さん(3月17日)
- ▽小沼一美さん(3月17日)
- ▽柴田優子さん(3月26日)
- ▽坂本繁広さん(3月30日)



手強い鬼さんがいっぱい!
(節分)

編集後記

去年の12月にウクレレを入手しました。コロナ禍で楽器を始める人が増え、特に手軽なウクレレが人気というニュースを聞いて、興味を持ったことがきっかけでした。ギターはあつさり挫折した経緯がある私。まともに楽器の経験がある訳でもなく、正直すぐに諦めてしまうのではと思っていたのですが・・・。

入手から4ヶ月が経ち、現在。ウクレレ、楽しいです！自分で音を奏でるって、本当に楽しいんですね。ちよつとずつできることが増えていくことへの喜びも重なって、今ではすっかり虜になっていきます。自分でもびつくりするくらいはまってしまっただけ、弾きすぎて腕を痛めることもしばしば(笑)。

目標は高く、ソロ弾きができるようになることです！
(チヨダ)