

第55号

平成25年4月1日 春号発行

←

# 里の四季



## 目次

- P2～3・・・特養2階の風景(忘年会)
- P4～5・・・特養3階の風景(書き初め・カラオケ大会・クリスマス会)
- P6～7・・・第1デイ(クリスマス会・もちつき・新年会・外食)
- P8～9・・・第2デイ(ビンゴ大会・初詣・いけばな・節分祭・外食ツアーレク活動)
- P10～11・・・第11回地域座談会(認知症予防教室)
- P12・・・裏表紙(姫路西地域包括支援センターのお知らせ・新人職員紹介・編集後記)

**第2デイ「水仙の毛糸玉」完成です**









# よさこい



忘年会の出し物として、よさこいの「姫龍z（きりゅう）」さんに来て頂きました。目の前で見る踊りは迫力があり、とても素晴しかったです。



「姫龍z」のみなさん  
ありがとうございました



# プレゼント交換



忘年会の最後にプレゼント交換をしました。ご家族が用意したプレゼントの中身を見て、みなさん喜ばれていました。





# 3階の風景 1月

## 書初め

早川神社へ初詣



見事な筆づかいです



すもろう大会



松葉のカシ



# 2月 カラオケ大会

マイクを持つと自然と大きな歌声がでます

ご家族も一緒に楽しみました



# 3月 鍋パーティー

お鍋を食べて心も体もポカポカになりました



たまごの雛人形を作りました

ぬいぐるみの感触が心地よく癒されています





## クリスマス会がありました！

12月21日の夜にクリスマス会をしました。デイ食堂をレイアウトして、入居者さんや御家族と一緒に楽しい時間を過ごしました。



1階の廊下に1年間の思い出の写真を掲示しました。「いい表情やね！」と、御家族も喜ばれました。



自家製・フチケーキ



食事はオードブルやお好み焼きを用意しました。お好み焼きは「あつあつを食べてもらいたい」と、その場で用意しました。

当日のサプライズにプチケーキを作りました。「みんな喜んでくれるかな？」とワクワクしながら、作りました。

テーマは「複雑！？」な結婚式でした。

職員出し物



## カラオケで熱唱しました！



入居者さんがカラオケをしてくれました。歌詞を見なくても唄われて、みんなからおどろきの声がおきました。また、御家族も参加され、おおいに盛り上がりました。



しあわせいっぱいのも  
メリクリクリスマス







# 12月25日(火) クリスマス会



昼食は、オードブルとフルーツの盛り合わせをお腹一杯食べました。



楽譜を見るのに必死です！



寸劇をしました。暴れん坊將軍だったので「なんか分らんけどおもしろかった。」と笑い声の絶えない一日でした。



## もちつき

今年は砂糖 醤油・きな粉・大根おろし・ぜんざいの4種類用意して、つきたてのお餅を食べました。

## 12月28日(金)



## 注連縄(しめなわ)づくり



104歳のわたしが作りました！



足先や手先を器用に使いながら、注連縄(しめなわ)作りをされました。





# 平成25年 新年会

1月4日に新年会をしました。  
午前中は畑で採れた大根・白菜  
のくじ引き大会をし、プレゼン  
トのひざ掛けも持ち帰られまし  
た。午後からは江戸芸かっぱれ  
さんによる舞いと職員によるマ  
シュマロキャッチをしました。



重たいよ。私の顔  
と、白菜どっちが大  
きいかしら？



1月22日から2月2  
6日までの10日間で上  
野田にある『おいしんぼ』  
というお好み焼き屋に行  
って来ました。人気は、す  
じ・こんにやくちくわ・玉  
子が入った『しかま焼』で、  
大きかったですが残さず  
食べました。





# 第2デイ



「おじいさん、これ持って帰るからね」

お菓子やコーヒーセットに、お茶に葛きり、味付け海苔。バラエティに富んだビンゴの景品を当てた利用者さんです。



さーて、どれにしようかな?!



美味しいお茶もらいました「味付け海苔」最高のおかずです!

## 空くじなし! 新春「大ビンゴ大会」



おしゃれな手袋いただきました コーヒーには目がありません



「松原八幡さん」にやってきたよー この「たこ焼き」美味しいんですって!



## 寒風にも負けずみんなで初詣!

松原天満宮は、たこ焼きやカステラの屋台もあって、初詣土産も買っちゃいました。



神様 今年も宜しくお願いします...



みなさん 今年も宜しくお願いします...



最高の初詣日よりでしたわ ウフフ...

## 「水仙の毛糸玉」が完成したよ

いけばな



協力して水仙を生けています



## お祝い



誕生日には利用者と職員が一緒になって記念写真を撮ってしています。





# 節分祭

2月3日、早川神社の節分祭へ行きました。

御参りをして「今年も健康でありますように」とお祈りしてきました。



さて、何等かな？

健康で過ごせますように

# 外食ツアー

廻船漁港へお寿司を食べに行きました。「楽しみにしとったんや」と喜ばれていました。

食後はマクドナルドでコーヒーを飲みました。



美味しそうなマグロやな



お汁も美味しいなあ

これ初めて飲みました

# 松の葉のお相撲さん

# 雛飾り作り



この位の量でいいかな？

取組み表がありますよ！

可愛い雛人形出来るかな？



いざ勝負！あら！危ない！

可愛い雛人形が完成





## 第11回 地域座談会

# 認知症予防教室



参加者・・・高浜校区熟年クラブ 前田会長、  
婦人部 21名、ビハーラ 3名

主催：地域連携委員会

日時：平成 23 年 3 月 5 日（火）

18:00～20:00

場所：しかまの里 1 階 日常動作訓練室



### 【プログラム】

- 1、副施設長 挨拶
- 2、職員による認知症講義
- 3、脳の健康チェック及び、グループワーク
  - ※ A～E のグループに分かれて座談会形式で認知症に関する意見交換等を行います。
  - ※ その間に職員の誘導に従って、脳の健康チェックを実施します。  
モニターの画面を触るだけの簡単な操作です
  - ※ グループワークの最後に感想・意見の発表を行います  
(各グループ1名)
  - ※ アンケート記入
- 4、「ぼけない音頭」実技
- 5、施設長挨拶



（職員による講義）実際の認知症の方の割合や人数や認知症の予防に関しての話がありました。また参加者の方に質問をする場面もあり、参加者の方も一緒に考える事ができたと思います。

（脳の健康チェック、グループワーク）タッチパネルを使った簡単なテストにより脳の健康状態を測定しました。参加者は自分自身のことであり真剣な表情でテストをされていました。結果はA4紙に印刷されるのでお互いの結果を見せ合っておられる方もいました。グループワークでは、認知症を身近なこととして話し合う事ができ、大変盛り上がりました。中には実際にご両親が認知症で介護をされていた経験を話してくださいました。







各グループの代表の方に感想をいただきました。  
「認知症を身近に感じる機会になった。」「脳の健康チェックに問題がなく安心した」とのお声をいただきました

「ほけない音頭」職員が考えた振り付けで皆様と一緒に輪になって体操をしました。すぐに皆様覚えられて最後まで踊りきる事ができました。体を動かす事で参加者と職員との一体感が生まれ良い締めくくりができたと感じました。



### アンケートより一部抜粋

- ・ いい勉強になりました。
- ・ 参加して大変良かった。
- ・ まだまだ先と思っていた認知症の問題に真剣に取り組んでいきたい
- ・ パネルでの点数が良かったので安心しました
- ・ また、参加させていただきたい
- ・ テストを受ける時、ドキドキした
- ・ 食事にも気をつけたいと思います
- ・ 参考になりました
- ・ こんな教室なら時々あっても良いですね

### 感想

今回の認知症予防教室では、認知症を自身自身の事として考える事ができた会になったと思います。また、参加者のほとんどの方が女性であり、高浜校区で普段から顔見知りだったという事で大変活発な会になったと思います。今後もこのようなかたちで地域住民との交流を行い、施設と地域がより良い関係が持てるように微力ながら取り組んでいきたいと思ひます。

地域連携委員会 大関



## 姫路西地域包括支援センターのおしらせ

## しかまの里10周年記念に

4月より姫路市飾磨西地域包括支援センターの運営を(社)敬寿会で行うこととなりました。担当校区は、英賀保・津田校区です。センターは、英賀保にあります飾磨保健福祉サービスセンター内です。

地域包括支援センターは、介護保険法の規定に基づき、地域住民の保健医療の向上及び福祉の増進を包括的に支援することを目的として設置している施設です。

何かお困りのことがございましたら、お気軽にお立ち寄りください。

姫路市飾磨西地域包括支援センター 管理者 坂本

家族様よりいただいた素晴らしい和画をしかまの里玄関に飾っています。



## 新しいメンバーを紹介します☆ 新人職員



### デイサービス介護職員 井上真梨子さん

いたらないところがたくさんありますが、利用者様の笑顔や言葉に元気をもらっています。利用者様に対して誠実に関わっていきたいとおもいますので、よろしくお願いします。



## 編集後記

この春号のいっぱい笑顔の中に104歳の男性の笑顔が載せられています。その笑顔の中のしわに明治、大正、昭和、平成の世を強く生き抜かれた苦難の歴史が刻まれていることを知り、敬意を新たにしました。

利用者、入居者から教えられ、学び取らせていただくことがいっぱいあります。注連縄を縛うなどは今の人たちには会得しがたいことのひとつです。利用者、入居者はわが師です。

施設長 山野 剛

今月号は年末・年始の様子をお届けします。クリスマス会・忘年会・餅つき・初詣・注連縄作りなどイベントが多く、厳選して載せています。

日中暖かくなってきました。土筆が顔を出し、春の訪れを感じます。桜の開花は例年より早めと予想されています。次号では花見特集にしたいと思います。

新年度を迎え、気分も一新いつまでも初心を忘れずに過ごしていきたいです。暖かくなると花粉が飛び交うので手洗い・マスク着用などで予防していきましょう。

編集委員 太田 智子

社会福祉法人 敬寿会  
特別養護老人ホーム

# しかまの里

〒672-8030 兵庫県姫路市飾磨区阿成植木960(山陽電車飾磨駅下車 徒歩20分)

TEL:(079)233-0338 FAX:(079)233-0308

ホームページ:<http://www.shikamanosato.com> アドレス:himeji@shikamanosato.com