



せいひ会だより

2018年（平成30年）
6月1日発行
<第218号>
社会福祉法人せいひ会
<http://www.seihikai.jp/>



母の日。ふだん恥ずかしくてなかなか言えない気持ちを、この日だから伝えられる。そんなことありませんか？直接言うのは照れくさいけれど、カードに想いを込めて…。1番身近に見てきた母。良き人生の先輩でもあり、目標でもあります。皆さんのお母さんはどんな方ですか？この日の為に事前に用意していただいたメッセージカード。「芯の強い人でした」「仕事ばかりしていた姿しか思いだせない」昔を振り返るメッセージに涙する方もいらっしゃいました。これからも元気で長生きしてほしい、母への様々な感謝の言葉に職員も感動を頂きました。

5月の行事

- 5日 端午の節句 (各事業所)
- 9日 誕生会 (通介)
- 13日 母の日 (GH・寿限無)
- 14日 母の日 (じゅげむ・通介)
- 25日 避難訓練 (風和の里)

6月の行事予定

- 4・8日 バスハイク (通介)
- 12日 誕生日会 (通介)
- 15日 運営推進会議 (GH)
- 16日 父の日 (風和の里)
- 17日 父の日 (GH)
- 19日 父の日 (通介)
- 未定 芋さし (GH)

今月の通所リハ…想起課題



風和の里
山脇カナ様 102歳



風和の里
里ミネ様 101歳

長生きね



通りハ・通介
中村加代子様



グループホーム
平山キヤ様



寿限無
前田ユキノ様



寿限無
酒井多慶子様

お誕生日おめでとう



元亀の里
松本ミツ様

パーティーインタビュー

今月は元亀の里、松本ミツ様です。

茹で干し大根で有名な西海市面高に生まれ、結婚されご夫婦で茹で干し大根、畑ではスイカ、ミカンを作り、時には土木作業員をされ、男2人、女1人を育ててこられました。子供さんたちは今、みなさん遠方で生活されているそうです。30代の頃には、当時、北海道で勤務されていた息子さんに会いに行かれ、北海道はとても寒かったそうですが、雪祭り、名産の鮭や海産物を食べられました。今も、ミツ様はお話をするのが大好きで、食事中に同席の他入所者様や職員とお話ししながら食事する事が楽しいと言われ、時折、冗談を言い他

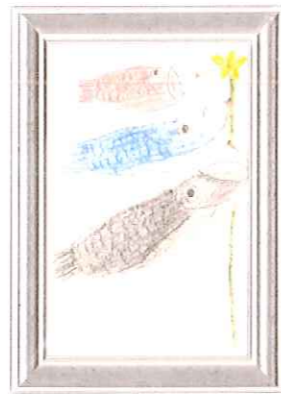
入所者さまや職員へ笑顔を運んでくれます。職員が介助をしていると労いの言葉を掛けて頂いたり優しく声を掛けて頂いたりします。今回のインタビューにあたり、お話好きなミツさまは茹で干し大根作りで大変な労力が必要であることや今まで食べて美味しかった物など色々な話を聞かせて頂きました。終わりに、ミツ様の希望や夢をお聞きしたところ、入所中のリハビリを頑張っていて、以前、台風で行けなかった五島列島へ行ってみたくと笑顔でお話されました。いつまでもお元気で積極的にリハビリを行っている松本ミツ様でした。



山本一枝様



反田セキ様



荒瀬美智子様



秋浦克敏様



通所介護共同作品



今月の作品紹介です。



風和の里共同作品



じゅげむ共同作品



元龜の里共同作品



随 随 ず っ と り ば し

せいひ会の職員が思うがままをリレー式に綴るコーナー。今月はヘルパーステーション元龜の平井洋子さんです。

新緑が鮮やかな季節になりました。1年の中で今が一番過ごしやすい季節ではないでしょうか？皆様いかがお過ごしですか？

私は3年前子育てをようやく卒業し、自分の自由な時間を過ごせるようになりました。ですが、何の趣味も特技もない私、何をしようかと思悩む日もありました。とりあえず運動不足を解消しようと思いジム通い。ランニング、筋トレ等々。長続きはしませんでした。ならばウォーキングと思い、健康の為歩き始めました。ウォーキングといえば「1日1万歩」を実行すると血圧が多少下がったり、血液が多少サラサラになるそうですが、漠然とただ歩くだけでは健康に効果は得られないそうです。ウォーキングをするなら、ややかっ

いと感じるくらいの「早歩き」と通常の速度の「ゆっくり歩き」を交互に繰り返し、筋肉に強い負荷をかける歩き方がよいとのこと。 「継続は力なり」衰えつつある体力を少しでも維持するため、何とか続けていきたいものです。

昨年は標高3776m日本高い山、富士山登頂にチャレンジ、山頂からご来光を拝み感動しました。そして今年は屋久島へトレッキングに出かけ、推定樹齢7200年ともいわれる最大級の縄文杉を目指し、雨の中を歩き続けること10時間、大自然を満喫してきました。その日の万歩計はなんと37342歩、自己新記録達成です！健康でいられることに感謝した1日でした。



5月5日、それぞれの施設の湯船ではいつもと違う芳香を放っていました。菖蒲湯です。入浴された方は、「ああ、この香り。節句の季節ね。」と喜ばれ、体に菖蒲をあてたり、葉の香りを深呼吸するかのようにお風呂を楽しまれた様子でした。また、寿限無や風和の里では、取り分けるのが勿体ないほどの艶やかな長崎名物鯉菓子が出され、「食べるのが勿体なかね」としばらく眺めている方も。各施設では節句にちなんだ様々な作品制作が行われ、（3ページの作品紹介のコーナーをご覧ください。）魚釣りゲームなどのイベントも楽しみました。



5月2日、中山保育園の園児らがコミュニティセンター元龜を訪れ、通所介護の利用者の皆さんは元気な園児との交流を楽しみました。節句の行事もかねて、新聞紙と折り紙で手作りされた兜をかぶり園児たちが登場。金太郎と熊の相撲の取り組みに興味した声が会場いっぱい響き渡りました。園児の相撲大会が始まると、保育園の先生の掛け声に合わせ、土俵入りの両足を左右に開き、膝を曲げて腰を下ろし、手を膝に添え、足を交互に高く上げ、下におろすあの相撲で見るような一連の動作を上手に行い、利用者からは「よう覚えとるね。」「元気でよかね」と感心した声が聞こえました。中山保育園の皆さん、また来てくださいね。



風和の里庭園散歩。毎日毎日職員が草むしりを行い、今年もきれいなアヤメの花が咲きました。ポカポカ陽気に散歩へ行き、「写真を撮りながら「きれいね～」と笑顔が見られました。ぜひ皆さんもお立ち寄りください。

5月23日、寿限無にて、職員1名が実際に長崎市北消防局に通報し、消防局員と火災を想定した受け答えの通報訓練を行いました。訓練を行った職員は、「119番通報したのは初めてだった為緊張した。今回はマニュアルを見ながら会話が出来たが、実際に火災等が発生した際もパニックにならないようにしっかり対応できるようになりたい」と話していました。また、同日、館内放送訓練も行われ、参加職員3名が火災発生時を想定した館内放送を実施しました。うち2名は館内放送をすることが初めてでしたが、入居者からは「聞き取りやすくて上手」との声が聞かれました。

職員紹介



Yuko Sasano

5月から風和の里で看護師として働いています。まだ分からないこともたくさんありますが先輩方からいろいろと学んで頑張っていきたいと思います。これからよろしくお願ひします。