

# 平成会通信

VOL.09

介護のいまを知り、  
みらいを創る

発行：社会福祉法人 平成会 〒399-6461 長野県茅野市茅野1298-92 TEL 0263-51-6610 FAX 0263-53-5828 <http://www.heisei-kai.jp/>

外へ出る喜びを  
分かちあう春

特集 外に出たくなる季節！ 春のお出かけ

表紙／グループホーム寿和寮 小林 美江子

## 施設だより

### グループホーム 寿和寮

畑の野菜作りで自然とたっぷりふれあいながら  
アットホームに楽しく過ごす毎日



#### 少人数でこじんまりと 家庭的な生活空間

諏訪大社の御柱祭で御柱を曳く道にもほど近い、静かな住宅地にあるグループホームです。茅野市養護老人ホーム寿和寮に隣接しています。定員9名と小規模で、現在は女性の利用者が共同生活をしています。

#### お互いを思いやりながら 寄り添って仲良く

介助が必要な方のそばにいつも誰かが寄り添うなど、利用者様同士の思いやりが温かく、テレビのあるダイニングには皆さんが自然に集まります。また、職員も一緒に作業する畑と、そこで採れる自家野菜も自慢です。



平成会グループの各施設からのお便りをお届けします！

住所 長野県茅野市  
宮川5010-1

開設 2009年 1月

定員 9名(1ユニット)



#### 管理者より

養護老人ホーム寿和寮とグループホームの責任者を兼務して2年目。利用者様の人生の最後をお手伝いできる、本当に尊い仕事だと思えるようになりました。



濱 江里佳さん



#### 日々の暮らしの中で 意識して続けるSDGs

小さなことですが、SDGsを意識した取り組みを始めています。節電・節水だけでなく、牛乳パックを再利用したり、職員の健康のために休憩をきちんと取るなど、自分たちができることを心掛けて続けています。

## 話題

### Pick Up

- ▶ 介護老人福祉施設 福寿苑
- ▶ グループホーム 歩歩清風

辰野町

### オリンパス労働組合様から デジタルカメラをご恵贈

このたびオリンパス労働組合様よりデジタルカメラ2台をご恵贈いただきました。オリンパス様は社会貢献活動として、評価の高い介護施設等に毎年自社製品を寄贈する取り組みをなさり、本年は福寿苑と歩歩清風をご選定いただいたものです。4月14日、福寿苑にてセレモニーを行い、利用者様に品物をお受け取りいただきました。



## 編集後記

フォトダイアリーを担当しました。今号では各施設よりたくさんの方の桜の写真を送っていただき、事務局にしながらお花見気分を味わいました。もっとご紹介したかったのですが、紙面に収まりきらずに残念です。先日、久しぶりに会った友人から千畳敷カールや富士見パラマリゾートのハイキングをおすすめされました。私も新鮮な空気を吸って、パワーチャージしに出かけてみたいと思います。



なかはら



社会福祉法人 平成会

● ● ● 介護はここ ● ● ●

真心と幸せ、そして心の豊かさを感じられる生活を送っていただけるよう、今日一日、その全てに一期一会の精神で臨み、「共に歩む」の法人理念を実践してまいります。





# 春のお出かけ

外に出たくなる季節！

Spring has come!

コロナ禍が落ち着きを見せている状況にあり、平成会のそれぞれの施設では、十分に対策しながら利用者様の外出を再開しています。利用者様にとって、外へのお出かけはとても楽しい気分転換。内容の異なる3施設の、外出を伴う取り組みをご紹介します。



ケアハウスなごみ松本も  
信州スカイパークの  
芝桜を満喫！

職員へ感謝のハグ

## 行程

- 出発
- 松本歯科大学  
(桜並木を車内から)
- 信州スカイパーク  
(隣接の公園で下車して散策)
- 塩尻市役所(しだれ桜)
- 帰所



コロナ禍で中断した花見は去年の春から再開。ケアハウスの利用者様は日頃から地域に出ている方が多く、皆さんの“外へ”の意欲は強いです。

## ご希望に沿って行き先を提案 社会とつながる外出はこれからも

ケアハウスなごみでは事前の計画にとらわれず、利用者様から行き先のご希望を聞いています。今回は2つのコースから選んでいただきました。なごみの上空で旋回する飛行機をよく見ている利用者様がおられ、飛行機がお好きと気付いた職員から、空港方面のコースの提案がありました。ふだんの日課から気付くという関わりも大事にしたいです。

外出への誘い方という職員側のスキルも大事で、コロナ禍で減った経験を取り戻し、慣れる必要があります。また、行きたい気持ちはあっても遠慮される方もいるので、利用者様それぞれのお気持ちを尊重しながら、外出を楽しんでいただけるように努めたいです。季節の花を軸に、1年を通して外出の機会はある限り持ちたいと考えています。



## 「労をねぎらって感謝したい」 利用者様から心をこめた贈りもの

もともと土いじりが好きな利用者様で、寿和寮でも畑仕事をしていましたが、なかなか思うようにできなくなり、担当の職員が引き継ぎました。また、その職員に重要な手続きを代わってもらったことに対してもご本人は心から感謝され、「何とかしてこの気持ちを形にしたい」と考えた末、畑で使える道具をプレゼントすることに。利用者様にご存じだった老舗の刃物店で、質のいい鋏(くわ)を買いました。

長らく制限されていましたが、これからは毎月外出できればと思っています。さあ〇〇へ行きます！よりも、足が遠のいていたなじみの場所や、利用者様それぞれの趣味など“やりたいこと”につながるお出かけができるいいと考えています。



「鋏を贈ることは内緒に」と言われており、サプライズで贈呈式も行いました。別の日には利用者様お二人が、今年の畑のための買い物に出かけました。

## 行程

苗の買い物

- 出発
- ホームセンター  
(苗や種、畑の土などを購入)
- 帰寮

## 行程

鋏の買い物

- 出発
- 茅野市運動公園  
(園内の桜を車内から)
- 老舗刃物店・鍛冶屋  
(鋏を購入)
- 帰寮

## 茅野市

## 茅野市養護老人ホーム 寿和寮

## 行程

- 出発
- スーパー  
(肉じゃがの材料を購入)
- 帰所



## 岡谷市 介護老人福祉施設 さわらび



## 利用者様の“行きたい・買いたい”を 毎日の外出サポートで応援

その人らしさを大切にするユマニチュード導入から2年。年を重ねても、着たい服を着て、好きな一皿を味わってもらうため、ショッピングセンターで衣服や雑誌を求め、好みの食べ物はスーパーで材料選びから。ご要望に応じた外出サポートが利用者様に喜ばれています。



「肉じゃがを作って食べたい」という99歳の利用者様。食材を選び、レジで支払いを済ませ、帰所してご自身で料理(管理栄養士などが食形態に応じた調理代行も行っています)。幸せいっぱいの一皿ができ、「楽しかった!」との感想でした。国のコロナ対応も変わり、今後は外出のご要望も増えそうです。不自由なかった時と変わらない暮らしを、ケアスタッフがサポートさせていただいています。



「集団生活だから我慢」「使い道がないからお金は不要」などとあきらめてもらうのではなく、個性が輝く“その人らしさ”を叶えていきます。



# 平成会タイムス

## TOPICS

フレッシュな顔ぶれも新たな仲間に

## 令和5年度 入社式・辞令交付式



4月3日(月)に行った令和5年度の平成会入社式。この春学校を卒業した8名が新たに仲間に加わりました。せせらぎに配属された包玉霞さんが宣誓をしました。1週間の新人研修を経て、それぞれの配属先で勤務が始まります。皆さんの活躍を期待しています。



### 辞令交付式

入社式に引き続き、辞令交付式が行われました。昇任、異動、リーダー任命の職員に辞令が交付されました。今年度新しく主任となった3名の職員に意気込みを聞きました。

### 石川 高之さん

掬水

利用者様と笑顔でお話する時間を大切にしたいです。そのためには健康が大事。不調を感じた時は心の状態を振り返ることも大切だと思います。運動や栄養バランスを考えた食事を心掛け、日々朗らかな心で過ごしたいです。

### 前島 なつ美さん

掬水

ささいなことでも全力で取り組み、物事を柔軟に受け入れて対応しています。利用者様の心身状態の把握と、笑顔を最大限に引き出せるケアを提供し、現場ではモチベーションを維持向上でき、個々が力を発揮できる環境を整えていきたいです。

### 丸山 拓也さん

さわらび

理学療法士となり12年目を迎えました。病院や介護施設の経験を経て平成会に入職しました。主任を務めることは少し不安もありますが、利用者様や地域の皆さまからより愛していただけるような施設になるよう尽くしたいです。

### 永年勤続表彰

長年にわたって平成会で尽力している職員を表彰する永年勤続表彰。今年は29名の方が受賞されました。2名の職員に話を聞きました。



### 横尾 綾さん

グループホーム縁

元気いっぱいの利用者様、個性豊かな職員、そして私たちを理解してくださる管理者のおかげで、長く続けることができた感謝しています。またこれから先の10年に向けて、気持ち新たに一步を踏み出したいです。

### 植松 陽平さん

寿和寮

10年携わっていてもいまだに初めて知ること多く、介護の幅広さや深さを感じる日々です。ここ数年は、点でしかなかった知識・経験が線としてつながることに、一種のおもしろさを感じています。今後それらが自分なりの形になればと思います。



特技は  
バスケット  
ボール！

わかな

### コンダ マーク アンジェロ オガヨンさん

周りからは冷静だねと言われます。社会人になったので、困難なことでも諦めずに挑戦していきたいです。積極的に行動して知識や経験を身に付けたいです。



趣味は  
音楽を  
聴くこと！

掬水

### ダニエル ギンディンさん

困難なことでも諦めずに、積極的に行動したいです。知識や経験を身に付けて少しでも役に立てるように一生懸命頑張りたいです。



北海道の  
祖父母に  
うちそうしたい！

### 国谷 真ノ介さん

寿和寮

真面目な性格と言われます。一つ一つのことを大切に行い、利用者様の体調の変化にも気づける職員になりたいです。努力と初心を忘れず業務に取り組みます。



特技は  
ゴルフです！

松風

### ながた くや 永田 空也さん

自分の性格は楽観的でポジティブです。先輩職員の方々に教えていただきながら、良いところは積極的に吸収していきたいです。

## New Face!

### 新入職員に聞きました！

フレッシュな介護職員8名が  
仲間になりました



掬水

### かみじま としき 上嶋 俊輝さん

人見知りですが、自分から話しかけることを実践しています。皆さんとお話できると嬉しいです。持ち前の集中力で頑張ります。



料理が  
得意です！

せせらぎ

### ほう ぎょくか 包 玉霞さん

堅実で真面目な性格です。自己研鑽に努め、自分らしく、笑顔を心がけながら仕事をしていきたいです。ボランティア活動にも参加したいです。



大好きな犬と  
暮らす  
家を建てたい！

松風

### さわむら いつき 澤村 一輝さん

マイペースな性格です。趣味は野球で、プロ野球選手の名前を全員言えます！利用者様から信頼される職員になれるように頑張りたいです。



ミュージカル  
が好き！

### うじ あはね 宇治 愛羽さん

決めたことはやり遂げる行動力があります。早く仕事を覚えて新しい環境にもなじめるように、精一杯頑張ります。よろしくお祈りします。





# Photo Diary

フォトダイアリー

2023  
SPRING

春の特別編！

さくらスポット大集合！！



## 千鹿頭池(松本市)

松本市内の桜の名所巡り、千鹿頭池と薄川沿いです。久しぶりのお出かけと満開の桜のきれいに感動し笑顔も満開…。桜はやっぱり良いですね！とっても喜んで下さいました。

松本市 デイサービスセンター なごみ



## 深叢寺(諏訪郡原村)

春の満喫ドライブ！  
今年は原村の深叢寺へ。  
満開の桜参道を散策し、春の景色を楽しんできました。

岡谷市 養護老人ホーム 岡谷和楽荘



## せせらぎ敷地内

お花見日和にみんなで散歩をし、『春』をテーマに俳句会を行いました。心地よいさわやかな風を感じながら見る、満開の桜は最高ですね！来年もぜひ一緒に行きましょう♪

塩尻市 有料老人ホーム せせらぎ



## 諏訪湖周サイクリングロード

例年より2週間も早く満開に。デイルームからも大浴場からお花見を楽しみました。レクリエーションは全員でサイクリングロードを散歩、撮影会。ご家族にも喜んでいただきました。

岡谷市 温泉デイサービス 湯けむり



## わかな敷地内

例年より早く咲き、急遽予定を1週間前倒して、デイケア利用者に花見を楽しんでいただきました。暖かい日差しのおかげで満喫しました。皆さん素敵な笑顔でした！

箕輪町 介護老人保健施設 わかな

## 注目！ の ニュース

PICK  
UP  
NEWS

## 事例発表会で披露された 優れた取り組みを表彰！

各事業所での1年間の取り組みの成果を披露した第12回事例発表会(2月開催)について、優れた取り組みに対して表彰が行われました。

最優秀賞

グループホーム 縁

「特別で素敵な誕生日であるために」

いくつになっても特別な誕生日。マンネリ化している誕生日会を「特別な日にしたい!」「利用者様を今まで以上に笑顔に!」という職員の想いがこもっています。コロナ禍のさなか、施設内で何かできないかと考え、ご家族様に想いやご希望をアンケートでお伺いし、お誕生日会に協力していただくことにしました。アンケートには利用者様に対する想いがたくさん綴られ、ご家族様にとって、利用者様が大切な存在であることを職員は改めて感じました。誕生日会当日、利用者様は終始笑顔で「うれしい、うれしい」と大変喜ばれ、ご協力いただいたご家族様にも当日の様子をお伝えしました。想いにお応えできるよう、これからも取り組みを継続します。



優秀賞

施設名	テーマ
グループホーム わかな	Essential ～時を紡いだ先に～
グループホーム 寿和寮	SDGsへの取り組み ～持続可能な未来に向けて～
介護老人福祉施設 さわらび	従来型施設がここまで変わった! ～望む暮らし実現型施設への変革～
有料老人ホーム せせらぎ	全盲で姿勢崩れがある 利用者様に対する事例 ～チームで取り組んだシーティング～
介護老人福祉施設 松風	私のために。 ～眠りから考える～
介護老人福祉施設 福寿苑	ご自分で食べる力と 喜びを見つけ出すために

うちの  
施設の

## 自慢のこんだて

JIMAN NO KONDATE

vol. 09

岡谷市

グループホーム さわらび



## 2層の桜ようかん

今年は桜の開花が早く、お花見の計画を立てている間に見頃を迎えてしまったので、せめて、おやつで桜を満喫していただこうと考えました。あんこの甘味の中に、少し塩気が入り、ふんわりとさくらの香りのする水ようかんです。テーブルにも季節の花を飾り、室内でお花見気分を味わっていただくと、皆さん花やおやつを思い思いに楽しんでおられました。

材料

〈12個分〉

桜の塩漬け・・・適量 粉寒天・・・上の層4g、下の層6g  
こしあん・・・400g 砂糖・・・50g(お好みの甘さで)

つくりかた

- 桜の塩漬けは水にさらし塩抜きしておく
- 〈下の層〉こしあんを50cc程度の水で溶き、沸騰直前まで火にかける。粉寒天を入れ、冷ましながらトロミがつく程度まで混ぜてから、型に流し入れる
- 〈上の層〉水350cc、砂糖、桜の塩抜きに使った水50ccを合わせて、沸騰直前まで火にかける。粉寒天を入れ、冷ましながらトロミがつく程度まで混ぜてから、固まった2の上へ流し入れる
- 桜の花を飾る
- 冷蔵庫で冷やし固めて完成

つくったひと

関 清子・笠原 京子  
(写真左から)

