

# ひなたぼっこ通信

2013年  
11月号

## スポーツの秋

宅幼老所では、大運動会が行われました。みんなで万国旗の色塗りをして部屋に飾り運動会ムードの出来上がり。運動会にはつきものの、かけっこがあるものと思っていたHさんやSさんは「おらあ無理だよ」とポツリ。でもプログラムを見て「それならできるわ」と安心された様子でした。デイサービスは曜日によって利用者さんが変わりますので10月9、10、11日の3日間に分けて行いました。



プログラムは、玉入れや協力一升ならぬ協力五合、パン食い競争等々。紅白に分かれて競う合うこと約一時間。皆さん真剣で点数が入るごとに一喜一憂されていました。パン食いの競争でゲットしたおいしいパンは、おやつにいただきました。身体を動かした後の自分で獲得したパンの味はいつもとは一味違ったようで「ばかとおいしい」（富士見の方言）と舌鼓を打たれていました。

## 芸術の秋

宅幼老所では、利用者の皆さんと小枝を拾ってきました。ノコギリでゴリゴリと切り分けて並べただけなのに、何ともいい味が出ているじゃありませんか。小さい松ボックリに色づけをした物をのせてみました。紐結びは指先を使うのでとてもいい指の運動になります。松ボックリだけでなくドングリの実や他のもの、何をのせても引き立ちます。

## 食欲の秋

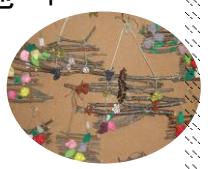
10月4日秋空の下、炭火で焼きだすと脂が落ちて炎と煙の中から、何とも言えない香ばしい香りが立ちのぼり食欲をそそりました。「美味しそうだねえ」「大きいねえ」「足が長いねえ?!」匂いに釣られてネコちゃんの来客もあり、皆さんで「おいで〜おいで〜」と声をかける心温まる場面もありました。



にんじん、じゃがいも、里芋など野菜の皮むきをする人、切る人、大根をおろす人、皆で手分けをして作った豚汁と一緒に、焼きだてのサンマをいただきました。「炭で焼いたのは美味しいねえ」と秋の味覚を堪能しました。

## ボランティアさんを 紹介します

今回は、宅幼老所でボランティア活動をしてくださっている大池はる子さん（仮名）を紹介します。大池さんは地元にお住まいの80代の方で、平成23年3月より毎週2回、同年輩の利用者さん達の話し相手や、忙しくなる昼食時のお手伝いもしていただいています。



きっかけは、ひなたぼっこ宅幼老所の開設時の趣旨である『高齢者や弱者の立場で運営する施設』に賛同し、仲間になり繁栄のお役に立ちたいという思いで活動を始められたそうです。現在も、大池さんは「介護が必要になった時、利用者みなさんに喜んでもらえるのがうれしい」と語ってくださいました。  
**ひなたぼっこランチ（宅幼老所）**  
毎月第4日曜日はランチの日です。  
ひなたぼっこランチとは、短い時間でデイサービスを体験できる催しです。  
どうぞお気軽にお申込みください。

11月24日(日) 10時〜13時  
申込み：0266-61-2335

## 「介護教室」に参加しませんか

12月の介護教室の講師を務めてくださる飯田孝郎さんを紹介いたします。飯田さんは富士見町にお住まいで、宅幼老所とグループホームに毎週1回ずつ来所して、手もみマッサージ

宅幼老所 山下まで

ジをしてくださっています。毎週毎週利用者さんに関わることで、少しでも皆さんの癒しにつながればいいなあの思いで活動を続けていらつしやいます。

第26回の介護教室は12月12日(木) 14時からで、テーマは『身体こりこり 孝ちゃんの介護教室』です。どんな話が飛び出すのか?皆様の参加お待ちしています

10月の介護教室『口腔ケアについて』に参加された方々からは、「歯磨きはきれいにやっているつもりでも磨き残しがあるので、今後十分注意してやらなければと思った」ととても大事なテーマで来てよかったよ」「うがいの前の準備運動があるなんて初めて知ったよ」などの声が聞かれました。

### 突然の侵入者!?

10月3日の朝、超びっくりの珍客がありました。出勤してきた職員が、グループホームの入口に、どこから入ってきたのか、そこに赤ちゃんヘビがいたのです。ヘビは赤い色で、せなかには黒っぽい斑紋があり『やまかがし』とわかりました。しかし、グループホームにとっては招かれざる客...ということで早々にお引き取り願いました。



### 白い花→実→粉→おいしい!!!

10月25日、グループホームでは毎年恒例となった『新そば打ち会』を開催しました。ひ

なたぼっこ副理事の一人、原村の菊池さんらが、今年も職人顔負けの手つきでそばをこしらえてくださいました。そば打ちを間近で見ながら、入居者さん達は「すごいねえ」「たいしたもんだ」と感心されていました。今年も手動そば切りマシンも登場し、のしたそば粉が所謂『そば』になっていく姿も楽しみました。出来上がったそばは二八そばで、風味や香りもよく『打ちたて』『茹でたて』の二立に、職員手作りのかき揚げの『揚げたて』をプラスして『三たて』を存分に味わい「おいしい〜」と歓声をあげていました。

### 第3回互助会の親睦行事・

#### 寺泊を満喫!!



10月19日、熱くもなく寒くもないほど良い天候の朝、ジャンボタクシーに乗り込み総勢7人で新潟の寺泊を目指して出発!! 夜勤明けの人も、おちおち寝ていられないほど、賑やかな車中でした。信州人にとってやはり『海』はあこがれで、穏やかな波間にうっすら見える佐渡ヶ島に大喜びしました。

#### 寺泊の水族博物館で珍しい古

代魚やサメを観てから、お待ちかねの『魚のアメヤ横丁』にくりだしました。通りに面したお店を、端からくまなく食べて、買って、全店制覇!! 海の幸をしっかり



味わい、交流も深めた楽しい秋の1日でした。

### 職員からひとこと

日一日と秋の気配がする今日この頃、体調管理が難しくなります。くれぐれも、風邪などひかないよう十分気をつけてください。「天高く馬肥ゆる秋」焼いも、おでん、お鍋、温かい物が恋しくなりますね。利用者様の要望に答えられるよう、「美味しいよ」と言っていただけのような心がけています。日曜日だけの勤務で皆様にお会いする機会なかなかありませんが、これからもよろしくお願いいたします。

(宅幼老所 秋田 美津子)

### 四月一日オープンのかアハウス工事順調!



発行：社会福祉法人ひなたぼっこ

T399-0211

富士見町富士見11650-1

☎0266-61-2335

FAX0266-61-2336