

# ひなたぼっ通信

2014年  
1月号

## 明けましておめでとーございます

今年在宅老所、グループホーム、居宅介護支援センター、福祉用具レンタル事業に加えて、新しく原村に六十五床のケアハウス(軽費老人ホーム)を四月一日にオープンします。介護保険制度がどんどんと後退されていく中で、少しでも地域の皆さんのお役に立てる事業を展開していきたいと、新しく二十五名の職員を迎え、六十五名の職員が一丸となって頑張る決意です。より一層のご支援、ご指導をお願い致します。

### 宅老所忘年会

(理事長 森 正明)

宅老所では、18、19、20日と3日間に分けて忘年会が行われました。

初日は大正琴サークルによる演奏会。『星影のワルツ』など4曲を弾いていただき、皆さん口ずさみながら聴き入っておりました。利用者さんの中には「昔やっていた」という方が3名もおり懐かしんでおられました。その後参加者全員で『炭坑節』などの踊りも楽しみました。そ



しておやつには、森理事長特製の『お好み焼き』がふるまわれ大喜びでした。

次の日は、素敵な衣装に身を包んだにわか仕込みの職員による社交ダンスの披露。『北酒場』のダンスに、利用者さんも大声援を送ってくれ、「私も後ろへ行つて踊ってみたいよ」「しながあつてうまいなえ」「腰から尻にかけてがうまい」との声が聞かれました。

最終日はボランティアのNさんKさんによる日本舞踊。『港町十三番地』

『あんたの花道』など数曲を着物姿で踊っていただきました。アンコールに迎えて、(よわい)八十のNさんは顔を紅潮させながらも何曲も披露してくれました。バラエティに富んだ出し物に、利用者の方々は「とてもよかったよー」との感想が聞かれ、来年も利用者さんのご期待に応えられるよう頑張ろう!!という思いを新たにしました。



宅老所では、匿農家の方から大根をたくさんいただきました。大根の食べ方には、何があるでしょうか? 田楽、ふろふき大根、おなます等々いろいろな食べ方があります。その中で出てきたのが昔懐かしい、しみ大根。早速作ってみました。お日様にあたると、甘

### 昔懐かしの味『しみ大根』

みが増しておいしさも増幅されるようです。更に、切り干し大根もお手製で作りました。保存食になりおいしくいただける。先人の生活の知恵には脱帽、感心させられることが多いです。

### ひなたぼっランチ (宅老所)

毎月第4日曜日は『ランチ』の日です

どうぞお気軽にお申込みください

1月26日(日) 10時~13時

申込み: 0266612335 山下まで

### 『介護教室』参加しませんか

☆第27回 2月13日(木) 14:00~

『身体こりこり 孝ちゃん介護教室②』

講師: マッサージ師 飯田 孝郎

12月に行われた介護教室がとても好評だったため再登場です

☆皆さんの参加お待ちしております

### エイエイオー

12月5日、諏訪市にある『湖泉荘』にて忘年会が行われました。本部、役員、宅老所、グループホーム、新しくできるケアハウスの職員ら多くが、慌ただしい勤務の中参加しました。おいしい料理と酒に会話もはずみ、カラオケ、グループホーム1階職員のダンス、2階職員のオカリナの伴奏に合わせた合唱、宅老所職員の舞台をプールに見たてた、シンクロナイズドスイミングの余興や豪華賞品の当たるビンゴ大会で何度も箸が止まり、大いに盛り上がりました。普段は、別々の現場

で働いていて顔を合わせる機会は少ないですが、忘年会でさらに親睦が深まり、これからもみんな力を合わせて『ひなたぼっこ』を盛り上げていきたいと思えました。

### ふーふー

12月25日、「たまにはお鍋もよいよねえー」と企画した今回の鍋会です。クリスマス会も兼ねて今年最後の2階のイベントです。熱々のお鍋を囲みながら、どうですかお味は?「...」なかなか言葉が返ってきませんでしたが次々にお代わりのお椀が返ってきて「体が温まって美味しかった!」「冬は鍋が美味しいね」と感想も聞かれました。その後デザートで、クリスマスケーキを食べながら職員によるマジック、踊り、オカリナ演奏など入居者さんには楽しいひとときを過ごしていただけだと思います。



### 十二月の俳句

グループホーム入居者様の俳句をご紹介します。

子の便りりんごと届く嬉しきよ  
そかいして慣れぬ土地にて春を待つ  
冬囲い家族揃いし笑い顔  
元旦は誕生日なり嬉しかり  
冬ぬくし元気で居ると子へ便り  
娘のかばん赤児抱くやう冬の午後

### ほんとに伸びないの?

12月19日、グループホーム1階では忘年会として昼食に鍋を囲んで『煮込みラーメン』をいただきました。大きな土鍋を3つ用意して白菜、にんじん、もやし、長ネギなどたくさん野菜と、味噌&醤油味には豚肉を、ちゃんこ味には鶏肉を入れ麺と一緒にぐつぐつ煮込みました。煮込んでいる間に、ノンアルコールビールで一年の健康を祝い乾杯をしました。初めての煮込みラーメンを食べ比べた入居者さんからは「温まるわあ」「うわっ珍しいねえ」との声が聞かれ、体の芯から温まり大満足でした。

### 恒例のペットたんぺったん

12月20日、時々小雪のちらつく寒空の中ひなたぼっこの『餅つき』が行われました。

たくさんのお湯を沸かし、一晩ぬるま湯の中に浸しておいたもち米を4回に分けて蒸かします。利用者さん達も餅つきが始まるのを今か今かと待っています。いよいよ蒸かしたもち米が、うすに移され餅つきの始まりです。「よいしょー、よいしょー」と杵が振りおろされるたびに掛け声がかかります。「よいしょー、よいしょー」その声援に寒さも吹き飛ばようでした。利用者さん達も昔を思い出されたのかとても嬉し



そうでした。搗いたお餅は、宅幼老所、グループホームの台所に運ばれ『あんころ餅、えごま餅、辛み餅、納豆マヨネーズ餅』にしてみんな美味しくいただきました。

### 職員からひとこと

グループホームの夕食片付け・介護に従事するお手伝いを始めて3年半が過ぎました。利用者さん一人一人が様々な中、職員が親身になり関わる姿に心打たれます。自分が利用者になったつもりで、相手に接することが出来たら最高の介助になるのでは...と思います。自分の健康に留意してこれからも関わられたら嬉しいです。(グループホーム 飯田 雅江)

### ケアハウスに大きな期待の声!

「入居費用の高い施設はあるが、わたらのようなわずかな年金者はいくともない、近くに安価な施設ができてよかった」などの声が聞かれ、ますます気の引き締まる思いです。四月一日オープン目ざして準備中です。入居のご相談は早めにお問い合わせ致します。

発行：社会福祉法人ひなたぼっこ

〒399-0211

富士見町富士見11650-1

☎0266-61-2335

FAX0266-61-2336