

# やすらぎ

広報

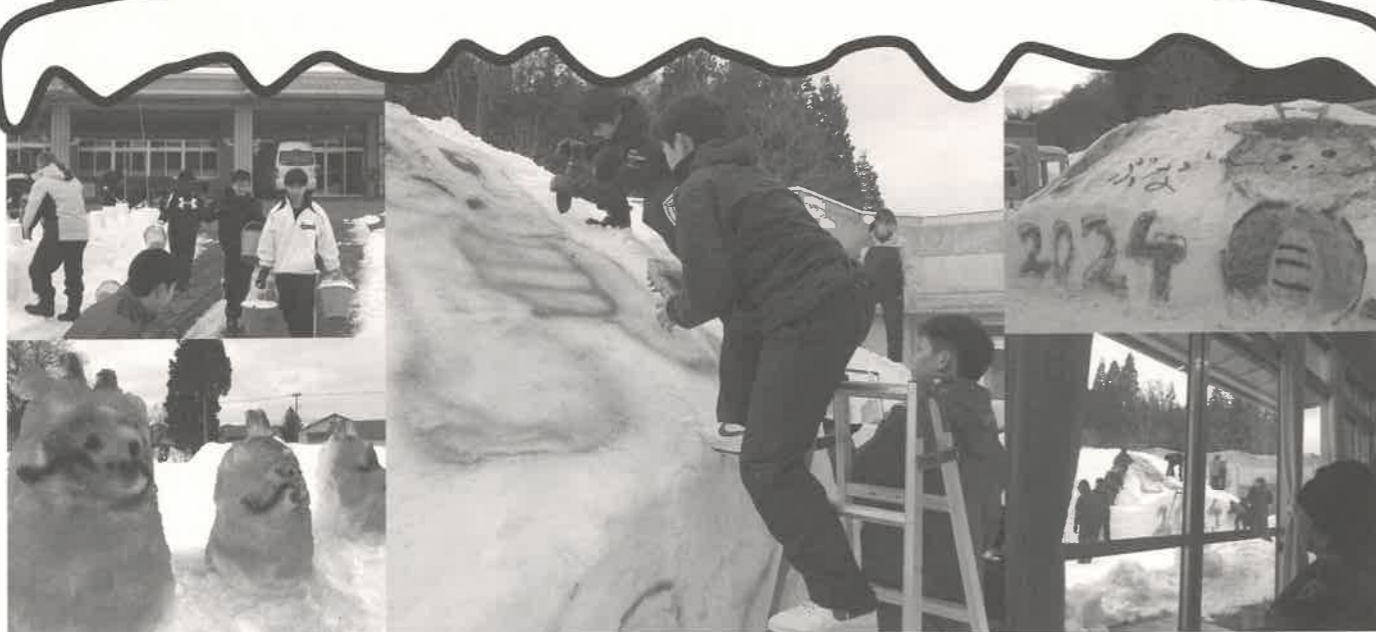
No.121 令和6年3月15日発行

ぶなの園入所者が冬に最も楽しみにしている行事が、沢内中学校生徒による雪像作りです。2月8日、1年生と2年生、そして先生方も多数来ていただき作業が開始されました。いつも通り2年生は中庭に大きな雪像を制作。降雪量が少なく心配もありましたが、除雪機で積み上げた雪山を削ったり、掘ったりしながら、かわいい辰の作品を作ってくれました。一方、1年生は施設から県道に通じる道路に思いの雪像や灯籠を数多く作ってくれて、こちらの方も完成度の高い作品に仕上がりました。嬉しかったのは、今年も窓の内と外で微笑ましいふれあいがあったこと。入所者の方が施設内から手を振ると、生徒の皆さんが笑顔で手を振って応えてくれました。廊下にはずらりと並んで生徒の姿を見つめていた皆さん。「寒いなかありがとう」という感謝の気持ち、きつと伝わったことと思います。



## 灯る雪あかり

inぶなの園



## あしあと

### 法人の主な動き

【1月】  
 1日 元旦  
 おせち料理  
 4日 新年交賀会  
 理事長年頭挨拶  
 12日 かたくり小正月行事  
 出張理容  
 15日 出張理容  
 17日 西介実地指導  
 19日 入所検討委員会  
 25日 広報やすらぎ発行  
 法人内部監査  
 30日 理事会

【2月】  
 8日 沢内中雪像作り  
 10日 雪あかり  
 16日 身体拘束虐待内部学習会  
 19日 出張理容  
 20日 在宅第三者委員会  
 21日 特養第三者委員会  
 22日 かたくり第三者委員会  
 27日 ほっぴき大会

## やすらぎ会ホームページ 最新情報更新中!!

右のQRコードを読み取れば、スマートフォンでも簡単に閲覧できます。ぜひのぞいてみてくださいね♪



<http://yasuragikai.com/>

## 編集後記

今年は雪が少ない印象です。もう春がくるんじゃないかなあ。ばつげの天ぷら食べたいなあなんて思っていたらまた雪が降って積もった。なかなか春はこないようです。西和賀の冬の厳しさを感じました…

やすらぎ会広報委員会

神 信行 佐々木典子  
 高橋 正広 柴田 望

令和6年1月1日～2月29日

- 【ご寄付】  
・吉田 一男 様
- 【ご寄贈】  
・掃部 定一 様
- 【ボランティア等】  
・沢内中学校の皆様



小正月行事の恒例ほっぴき大会を行いました。今年は施設内で流行ったインフルエンザの影響もあり、1ヶ月ちょっと遅れての開催となりました。職員が親役を務め、さあ誰から引っ張るかなあ～と職員の声を聞いてすぐに引っ張り出す方もいれば、懐かしいなあと昔を思い出している様な声も聞こえました。



お見事!!大当たり◎

あたたかい善意を頂戴し厚くお礼申しあげます

- 特別養護老人ホーム ぶなの園
- デイサービスセンター ぶなの園
- ホームヘルプステーション ぶなの園
- 西和賀介護相談室  
西和賀町沢内字太田2地割135番地  
電話0197-85-2322 FAX0197-85-2317  
E-mail bunanosono@swc-yasuragikai.or.jp
- 高齢者生活福祉センターかたくりの園  
西和賀町沢内字大野17地割140番地1  
電話0197-85-3388 FAX0197-85-3389

【発行・編集】社会福祉法人やすらぎ会 広報委員会

# 利用者さんに寄りそって

## 西和賀介護相談室

西和賀介護相談室では3名の介護支援専門員（ケアマネージャー）が常駐しております。この日は利用者さんの顔を見ての状況確認と現在のサービスにご満足いただけているか、またご家族にもお会いし、在宅での介護で何か困りごとはないかお伺いさせていただきました。利用者さんからは「デイサービスに行かせてもらって、たいしたい」と、生き生きとした表情でお話しされておりました。ケアマネージャーは介護が必要な方と介護サービスを繋げる中心的な役割を担っています。今日も相談室の3名は、その相談窓口として奔走しています。



ご自宅に伺って相談援助

# めんけえ雪あかり

## デイサービスがたくりの園

かたくりの園では、西和賀町の真冬の風物詩と言われている「雪あかりinにしわが」に参加しました。今年は雪が少ないため少しずつ除雪をし、その雪を集めながらなんとか雪あかりを作成することができました。当日は雪が降り始め灯りが消えるなどのハプニングもありましたが、雪あかりに点灯すると幻想的な雰囲気になりました。利用者の皆さんにも楽しんでいただきたく、中庭には5m位の熊の雪像を作りました。利用者の方から「雪よく積み上げたごだよ」、「何つぐったごよ」などの声をいただきました。



キュートなクマさん

# 職員の体力測定を行いました

今年、ぶなの園では健康に働くための環境づくりの一環として、職員全員を対象に体力測定を実施しました。50人以上の事業所では職員の体力測定が義務づけられています。また、事故防止や健康意識の向上を目的とし、現在の自分の体の状態を知るためのいい機会になると思います。当施設の理学療法士を中心として取り組みました。体力測定メニューは、握力・長座体前屈・片足立ち・三分間歩行・反復横跳び・上体起こしの全6種！メニューを聞いただけで息が上がりそうです。65歳以上の職員はメニューによっては負担が大きいため別メニューが用意されました。実際に体力測定に参加した職員は「きついく！」などと皆さん息をあげながら言うも、真剣に一生懸命取り組みまれました。中には「もつとできると思っていた」、「昔よりできなくなった」などと、自分の体力の変化に気づく職員も見受けられました。



軽やかなステップ（反復横跳び）

## 理学療法士のコメント



高橋優貴

職員の体力測定を行うのは初めての経験でしたが、同じ職場で働く仲間との健康管理に携わる事ができてやりがいを感じました。実際に行ってみると、すでに関節痛や高血圧の症状を患っている人や測定値が平均より劣っている人がいました。介護職は身体的に負担となる業務が少なくありません。利用者はもちろん、自分の身体を守るためにも今回の体力測定が少しでも健康意識の向上・生活習慣の改善に繋がれば良いなと思います。

# ひなまつりホーム喫茶

3月5日にひなまつりホーム喫茶が開催されました。会場入り口にはいろいろな種類のケーキが用意され、来場した住民のみなさんほどのケーキを選べればいいのかと悩まれていました。3月という事もあり会場にはお雛様が飾られています。豪華なひな壇をみた住民の方からは「片付けるの大変だね」と鋭いツッコミもありました。また、お内裏様とお雛様の衣装を着た職員がテーブルに行くとなさん自然と笑顔になり握手したり、写真を撮ったりと楽しまれていました。まだまだ寒い日が続きますが、ほっと暖かい甘酒を飲みながらみんなで食べるケーキは一段と美味しく感じただけではないでしょうか。



# 和賀川



施設長 佐々木

■町の85歳以上の女性人口が20年前と比べ増えているとのこと。健康づくりの成果ともいえるところだが平均寿命が延びたとはいえ、担い手となる壮年期の人口減少に悩みは多い■こうした中で町の健康増進計画も見直された。法人職員にかかる健康経営においても、定期健康診断、保健指導など、生活習慣対策は重要視されてきた■先日、お腹の周りや内臓脂肪を減少させる新薬「アライ」が承認され薬局で販売されるとの報道。1年間服用で内臓脂肪20%、腹囲で5%減少するとか■肥満予防に興味のある話題ではあるが、薬代は年間10万円を超え、その後のリバウンドや副作用の心配も残る。当面は、薬に頼らず食事や運動習慣の改善が予防となることを強く意識したいところ。