

サンホーム便り



～東村山中央公園～

3月は別れの季節、4月は出会いの季節です。サンホームでも22年度を向かえ、新体制でスタートを切りました。職員の新入、退職、そして新たな入居者を迎えましたので、春号は皆様へのご挨拶から始めさせていただきます。

「い」挨拶



「い」挨拶

園長 豊野 秀一

花冷えの状況から脱して、ようやく暖かな日々が続いておりますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。サンホームの利用者の皆様には、大きく体調を崩される方もなく元気にお過ごしです。

さて、桜の花が咲き始めるこの時期は、年度の変わり目であり、色々な出会いそして別れがあります。当ホームも例外ではありません。職員のお動きにつきましては他のページでご紹介

ということになりますが、ごあいさつを書いております私も異動者の一人であります。

私は、サンホームでの勤務が三度目になります。最初は、昭和59年8月から昭和62年11月、二度目は、平成7年4月から平成8年5月まででした。この度は三度目のご縁ということになりました。この度は、数名の方しか存じ上げておりませんので、多くの方々とはこれからの日々の生活の中で多くの話し合いの場を作り親交を深めさせて戴きたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願い致します。

今でも思い出することは、サンホームの利用者さんとの親交の中で一番大事にしたのは、健康で生活を送ること、日々勉強すること、健康で生活を送ることは、部屋に閉じ籠ることなく、大いに外に出て外気を浴びて健康を増進することでした。また、日々の勉強は、読書会や書籍（心の老化―その克服、新福尚武著）を購入しての勉強会を開催することでした。

昔を振り返りながら色々なこと申し上げてまいりましたが、皆様方から色々なご意見、ご提案を戴きまして何か行動のきっかけが出来ればと思つ次第です。

それでは、今後も皆様方のご協力を戴きながらサンホームでの仕事を全うさせて頂いて戴きたく宜しくお願い申し上げます。



「退任にあたって」

前園長 池田 清彦

平成元年4月 東京都同法援護会 救護施設昭島荘に就職し、その後養護老人ホーム万世敬老園での勤務と、職場の主たる場所は昭和郷〜昭島市での勤務でした。

平成19年4月 初めての東村山での勤務…それは通勤時間や場所の変化だけでなく、職種としても大きな変化でした。

サンホームが昭和38年より数多くの事業を続けてくる中で「生活される利用者の負担が増加する。」という避けたい変化の中で着任したサンホームの施設長としての日々。

自分自身初めての管理職としての勤務は、常に周りに虚勢を張って「若い」というだけで他者から非難されぬよう注意を張っていただけのようには思います。負けん気の強さや意地っ張りには相変わらず変わりませんが、ただの強がりであった3年前に比べ、今ははじつとしょう…少しは成長できたんじゃないかな。

私自身は振り返るとこの二年間で色々な事を学びたいことができたと思います。

今、新たな勤務先で、日々慌しく仕事をして

おります。変えなければならぬこと、自らの心に掲げた目標に向かって行く事は、楽しいだけではありません。しかしサンホームで学んだ3年間を一つの糧としてこれからの仕事にあたりたいと思います。

サンホームを利用されている皆様は、一日でも長くホームで生活できるように、健康に留意して日々を楽しく過ごしてください。

そして、職員の皆様…私の仕事は皆様がいたからこそ出来た仕事です。日々の仕事の中でこれからも悩むこと、戸惑うことがあるかもしれませんが。そんな時こそ基本に戻ってみてください。

そこにあなたがいるから…

さて、私たちは何をしましょうか？

「持つてゐる力への支援

〜潤いのある生活を楽しむ〜」

本当にありがとうございます。



「はじめまして」

相談員 生天目 尊

この度、万世敬老園より異動になりました。サンホームでは人生の大先輩の利用者様にご指導頂きながら、微力ながらお役に立てればと思います。

学生時代よりギター&ドラム演奏や洋楽のロックを大音量で聴くのが趣味です。

反面、最近では時代劇小説に懲り、映像では一瞬にして過ぎてしまう「チャンバラ」も文章にすると剣士同士の「間合い」「や」「一振りの斬撃」「空気」「気」を数ページも要してスローモーションのように描写するものに味わいがあります。

物事には一瞬に過ぎてしまう事柄も、いろいろな背景や意味があります。その一瞬をいかに感じられるかによって新たな発見を見逃してしまつこともあるかもしれません。

いつまでも新鮮に感じられる感性を大切にしていきたいと思っています。

以前はさやま園、昭島荘、万世敬老園と素敵な利用者様から叱咤激励を受けながら経験をさせて頂きました。今までの利用者様のお顔を

糧にまだまだ未熟ですが、対話を中心に誠意を込めて取り組んで行く決意です。よろしくお願ひいたします。



サンホームから学んだこと
前相談員 澤田 順子

平成八年四月に隣のさやま園からサンホームに転勤し、いつの間にか退職を迎える歳になつておりました。この間、皆様には大変お世話になり、深くお礼を申し上げます。

振り返りますと十四年分の毎日がありません。

転勤当時の皆様は、新しい建物に移る事を楽しみに気持ちをひとつに古い建物で過ごされておられました。現在、古い建物の生活を知っている方は七名しかおられませんがああ時の皆さまの思いはこの新しい建物に生きております。

職員も建物に負けない充実した日々が過いせるよう利用者の皆様と様々な事に取り組んで参りました。住んでいる事に誇りが持てる場所、これから生かしていく事に誇りをもてる支

援を提供することが私たち職員の夢ですが、それを実現させてきたのは利用者の皆さまのおかげです。

その結果、私たちも様々な努力で自立した生活を送られる皆様が誇りに思えます。私もこれからは、皆様の後輩として『もてる力の生かし方』を実践していきたいと思っております。本当にありがとうございました。



『退職にあたって』
桑原 妙子

平成七年四月まだ建て替え前のサンホームの玄関先のしだれ桜が印象的でした。福祉関係の仕事は初めてで、仕事も週二回二時から七時という体制は、主婦にとっては午前中に家事を済ませ夕食の下ごしらえをして仕事に出掛けるという本当に働き易い職場でした。又翌日は休みなで毎日が充実していました。

思い起こせば十五年という年月で途中引越もして通勤には遠くなりましたが、全然苦にならず健康の為と思い春夏秋冬自転車をこぎ通いました。我ながら良く続いたなと思います。

又調理場の雰囲気も良く和気あいあい楽しく働けたと感謝しています。やめるとなると寂しさが込み上げてきますが、一つの区切りとして終わりにしたいと決めました。

最後に利用者の皆様、そして職員の方々大変お世話になりました。

長い間本当にありがとうございました。

「新任挨拶」

介護員 野口 義治

今年1月4日から、介護職員として勤務させて頂いております。以前は東大和市内の不動産会社で主に賃貸管理の仕事をしておりました。4～5年ほど前に特別養護老人ホームやデイサービス等に勤務した経験はありますが、サンホームのような軽費型老人ホームは初めてです。

サンホームの利用者様はお元氣な方が多く、『健康』という言葉に敏感な私としては、働くというよりも、日常を通して皆様から健康について教授頂いている、勉強させて頂いていると言った方が適切かも知れません。こんな私ですが、一日も早く皆様の信頼を得られる様日々精進努力して参りますので、どうか宜しくお願い申し上げます。

「新任挨拶」

事務員 高野 睦子

はじめまして。高野睦子と申します。『むつじ』と書いて『ちか』と読みます。週三回、事務員として皆様のお役に立てる様、勤めて参りますので宜しくお願ひ致します。六年生の長男と五年生の長女がおります。二人とも三年生の時に。課外授業でサンホームにお世話になりました。当時、私も保護者代表で引率し皆様の明るく優しい言葉に元気をいただきました。生徒達は、入居者の皆様のお話に目を輝かせて聞いていた姿が印象に残っております。ご縁がありました事を嬉しく思います。住まいは近くです。外でもお会いしましたら声をかけて下さい。

人事異動について

転出

園長 池田 清彦 (ライトホームへ)

退職

相談員 澤田 順子

調理員 桑原 妙子

転入

園長 豊野 秀一 (やま園より)

相談員 生天目 尊 (万世敬老園より)

新入居者のご紹介

2月から3月にかけて新しく3名の方が入居されました。新入居の方に寄稿していただきました。

「終の住処への道程」

大野 正行様

齢い八十年、辿り着いた終の住処は中二階。十五歳で海軍へ十六歳で被爆、敗戦。十八歳で上京。二十二歳から建築一筋。七十六歳の夏、心筋梗塞で緊急入院、これを機に現役引退。やっとやりたい事が出来る様になった。アルトサックス、水泳、グラントゴルフ、ユニカール、水彩画と多彩に挑んではみたが一年後体力の限界を感じアルトサックスだけに。次は水墨画、カラオケ、民謡と又始めたがホームに来て通つにも、練習にも事欠き民謡とカラオケは止める。サックスと水墨画だけに。

医者曰く内臓だけで十二病、投薬八種類、でも日々の生活を励んでいる。支えてくれる人のお陰で。

「新入居挨拶」

明石 民子様

三月二日サンホームに入りまして十日と成りました。ごつやう皆様とも少しなれた様です。あせらずゆつくりと過ごしたいと思ひます。始めての民謡も久し振りで唄ひまして楽しかったです。これからも詩吟やら色々の趣味をやって楽しい人生をおくりたいと思ひますのでホームの皆様よろしくお願ひ致します。

「新入居挨拶」

石塚 セン様

江戸川区一之江に三十年住んでおりました。今は近くの川も道になり近くの農家もほとんど何も作らずに花など作り、しずかな所でございます。夕方になると鳥などが多くとんで来て、時々渡鳥のむねが北の空へとんでいきます。東京とは思われぬようなしずかな所でございませう。カルチャの所が多く、私は長く水墨の御教室に通っております。こちらのホームのすべそばに息子が居りますので、楽しく皆様とホームでくらす事が、年をとり幸福と思ひます。

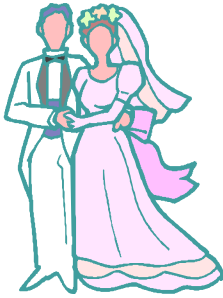
職員が結婚しましたので、「報告いたします」。

「結婚報告」

介護員 中元 好美

私事ですが、昨年十月に結婚いたしました。皆様へのご報告が遅くなり申し訳ありません。仕事上は旧姓の「松野」で働いていましたが、4月からは心機一転新しい姓「中元」に変更します。「チュウゲン」ではなく「ナカモト」ですので、よろしく願います。

また、現在妊娠4ヶ月目を迎えました。生まれてくる赤ちゃんに会える日を楽しみにしつつ、母になる大変さを身をもって感じているところです。改めて母の偉大さを知りました。まだまだ未熟な私ですが、引き続きよろしく願います。



ミュージックベル同好会発足から1年。園内の発表に止まらず、発表の場を広げながら勢力的に活動されています。1年を振り返っていただきました。

「ミュージックベル同好会の、1年を振り返って」

西岡 行雄



皆様のご声援に支えられて早1年を過ぎようとしています。ベル同好会は、昨年2月頃から練習を始めました。唱歌や童謡を自分たちでも、軽快なベルの音を用いて楽しめたらと願いながら、まず数字楽譜で『ハッピーバースデー』や、『うれしいひな祭り』からスタートしました。

数字楽譜を棒先で指示しながら1音1音と鳴らし1曲が出来た時の達成感は、皆さん『やったー』と感激しました。月2回約1時間ずつですが、すっかり時間を忘れて夢中になって音を追いかけています。曲のメロディによっては音が出しにくかったり、出遅れたり、早すぎたり、かなりの緊張の連続です。

無理な計画でしたが、おひな様まであと1回と追い立てられたことも。こうして初舞台にのぞんだものの、ガヤガヤのこぼれかきで盛り上がりがない。まだまだ不十分と反省する。各

人の持ち音を変えたり、ベルに数字や音名を張り付けたり、並びを変えたり工夫をして、端午の節句、七夕、ふれあいコンサート、そしてクリスマスティームサーピス等を無事に演奏することが出来ました。『シングルベル』その他を保育園で演奏。かわいい園児達が目を丸くして楽しんでくれたことは、とてもうれしい思い出となりました。

今迄練習した曲数は実に15曲にもなり、1人で2音持つこともでき、音楽的にも良い学びが出来、転調や5線楽譜にも挑戦しております。高齢者でも楽しみながら活性化に役立てればと期待しております。何時からでも御一緒できますから共に楽しみませんか！お待ちしております。……

クリスマスコンサート



ふじみ保育園にて

行事報告

忘年会

毎年サンホームではクリスマスマスをやっていましたが、今年は趣向を変えて忘年会という形で行いました。当日のメニューはお寿司に調理員特製の鳥団子鍋、野菜の天ぷら。お鍋は目の前で熱々のものをいただきました。夕食の後は待ちに待ったビンゴ大会&カラオケ大会。カラオケ大会では職員も羽目をはずして、歌って踊って楽しませていただきました。とりは園長扮する和田アキ子の登場です。「一年分笑った。」「みんなにも見せたかった。」と大絶賛の声がかけていました。おいしいものを食べて、お腹の底から笑って、この楽しいひと時を活力にして、今年度も活気あふれるサンホームを目指していきたいと思えます。

(介護員 中元 好美)



新年会

平成22年1月12日 1階多目的ホールでご家族やお世話になっている事業所の方々をお招きし、新年会を行いました。

当日は惜しくも小雨が降ってしまいました。が、男性陣が中心となって餅つきを行い、女性陣があんこを絡めてあつという間に100名近くのお食事が出来上がりました。

風食時のアトラクションには、「仙丸」による江戸太神楽を観て楽しんでいただきました。土瓶が飛んだり、茶碗が飛んだり間近で見ると神楽の芸に魅了されました。

(介護員 伊藤 華恵)



節分

2月3日水曜日、年男役の田中さん、富岡さん、年女役の野村さん、鶴さんの着付け終了後記念撮影を行ない、10時半よりいよいよ豆まきが開始されました。

私自身は初めての参加(鬼役でした)だったので、始まる前はどの位盛り上がるのかちょっと不安でしたが、開始早々、その不安は見事に払拭され、皆様大変喜んでくださいました。こう言ってしまうかもしれませんが、「福は内、鬼は外」の掛け声とともに、皆様満面の笑みで、まるで童心に戻られたような素敵な表情(笑顔)でした。行事自体は一時ほどで終了致しましたが、皆様の素敵な笑顔に触れる事ができ、とても有意義なひと時でした。

(介護員 野口 義治)



年男と年女の皆様

ミニドラマ ～初詣～

1月5日、新年の参拝を目的として府中にある大国魂神社に行ってきました。利用者様17名、職員4名、車3台で出発。

到着してビックリしたのが5日という日も関わらず多くの人で賑わっていた事です。そして、お正月気分になせってくれたのが出店の多事です。出店を横目に参拝。皆様、思い思いにご祈念されていました。サンホーム皆様の健康長寿を祈念しお店に直行！あまりゆっくりはできませんでしたが、皆様がいままで笑顔でいられる1年になれば良いと思いました。

ミニドラマ ～温泉～

3月8日利用者様7名、職員3名で町田市の天然温泉「いこいの湯」へ行ってきました。

色々なお風呂があり、ゆっくりと楽しんできました。電気風呂はビリビリと来てうなぎになったようですが、ヒアルロン酸のお風呂は体が温まり口頃の疲れをとる事ができました。

風食も刺身定食、えび天蕎麦などおいしくいただき大変に満足しました。裸の付き合いができ充実した1日になりました。

(介護員 上野 浩志)



大国魂神社にて

新春カラオケ大会

1月29日(金) 昨年から行った新春カラオケ大会の第2回目！

富士見地区、今回は4施設参加によるもので、多数の参加者により数多いレパートリーの中から厳選し、1日1曲のものを披露していただきました。

どの方も緊張されることなくしっかりと歌い上げ、観客も盛り上がり楽しいひと時を過ごすことができました。

地域に暮らす一人としてこうした施設合同のイベントは今後も継続し新しい年を迎えるパワーの源となるようサンホームから発信してまいります。

(介護主任 加島 千津子)

お楽しみ食事会

2月23日、年に2回の『お楽しみ食事会』が行われました。

今回のメインは鍋焼きうどんと副菜バイキング！鍋焼きうどんには稲庭うどんを使用し、カニやハマグリ・タラなどの魚介類をふんだんに使用しました。

副菜バイキングは6種類のを個々にお皿に盛り、好きなものを取ってもらうように致しました。

場所も普段の食堂ではなく1階多目的ホールをお借りし、屋台等で普段と違う雰囲気を作り出しました。

利用者の皆様からは『おいしい』と言う声をたくさんいただきました。またおかわりもたくさんしていました。

4回目の『お楽しみ食事会』を経験し思うことは、利用者様の喜ぶ顔やお褒めの言葉がどんどん増えてきているということです。また、調理員自身も利用者様のために『より良いもの』という思いから毎回工夫し、レベルアップしています。

今後も利用者様に満足し楽しんでいただけるよう、また、自分自身も楽しんで行えるよう工夫していきたいと思っております。

(栄養士 大塚 千尋)

刺身バイキング

「刺身バイキング」ができるまで

調理行事の企画は雑談をしているうちにいつの間にかまとまってくる事が多く、今回の「刺身バイキング」もその一つ。メニュー構成からテーブルレイアウトまで、時間を見つけてはちよこつと話して本番前日まで修正をかけたいくという、ある意味大変職人的な経緯をたどります。

一番大きな修正は大抵材料が納入された後、イメージと違うものが納品された場合、なかなか期日までにその材料でイメージに合わせた形に作り上げるのが一苦労(今回の例だと魚が指定した物より太ぶり…かなり焦りました)。

そんな苦労を重ねた企画、いかがでしたか？次回は〇〇を〇〇して〇〇するといったものを考えています。ご期待を。

(調理員 真藤 肇)



行事予定

日帰り旅行 5月19日(水)

行き先は函国国技館。夏場所十一日目を観戦します。椅子席のため2階からの観戦となりますが、テレビでは感じられない生の熱気を感じてきたいと思います。ぜひオペアグラスを用意してご参加下さい。

お楽しみ食事会 5月25日(火)

調理員主催のお楽しみ食事会です。毎回様々な趣向をこらしたメニューを用意しています。今回はどんなお楽しみメニューを考えてくれるのか??ぜひお楽しみに。

一泊旅行 6月1~8日

今回は山梨県川口湖方面の旅行です。オルゴールミュージアム、猿回し劇場などの観光施設をまわり、川口湖畔のホテルでは温泉とおいしい料理に舌鼓。新緑と富士山の雄大な景色を眺め、日頃の疲れを癒しましょう。

納涼大会 平成22年7月23日(金)

毎年恒例の納涼大会。おとし、昨年は雨のため室内で行いましたが、今年はぜひ屋外で盛り上がりたいですね。浴衣を着て踊りましょう。

編集後記

昨年は、米国のリーマンショックに始まり、日本経済も100年に一度と言われる大不況の波にさらされ、果たして我が日本丸はこれから何処へ行き、どうなっていくのでしょうか？

格好付けて高邁な意見を述べるほど学識もない私です。お里が知れる前に率直に心情を吐露すれば、「私の老後」はどうなるんじゃない?.. . . .

年金は? 介護は? 住む所は? サンホームに入れるのかな?.. . . . (Y. N 記)

日回会ム町 5財護見 2賜援一 月恩助 4人胞 年法同 2祉都 2福京 平成22年 発行 平社東 2-7-40 Tel 042-391-3274 Fax 042-391-3366 E-mail Sunhome@douen.jp

サンホームだよりに掲載されている文章・個人名、写真等は個人情報保護の観点から全て御本人又は保証人様の承諾を得て掲載しております。