

サンホーム便り



京都・五重の塔

四月からはサンホームにとって新年度に入り、新しい顔ぶれの利用者さんや職員も加わりました。
これから平成二十三年度の事業計画に基づいた園内の行事が行われる予定です。
これから始まる行事が皆様にとって楽しい日々になります様、職員一同頑張りますので宜しくお願い致します。

【震災の1年】

園長 豊野秀一

このたび発生した大震災は、未曾有の大災害であり、亡くなられた方々のご冥福と被災された方々に対し心よりお見舞いを申し上げます。

大震災が起きた当日、サンホームの建物(3と4階部分)も大きく揺れましたが、利用者の皆さんの落ち着いた行動があり、混乱なく過ごすことが出来ましたこと感謝申し上げます。

ところで、被災された方々に対して何が出来るかですが、利用者の皆さんや職員とも話し合い義援金を、さらに、バザー等で寄贈があった紙おむつ、パットやコットンを関係機関を通してお送りする事になりました。

サンホーム内でも日常の生活に支障を来す様な出来事が発生しました。それは、計画停電の始まりです。3月中に停電が1度ありま

したが、計画に沿った対策を講じていることから、食事内容及び時間の変更、お風呂の回数及び時間の変更等で不便を感じております。日頃より節電、節水に心がけてはいるにしろ、停電になったりならなかったりでは気持ちの上で、落ち着かないのが現状です。

また、これから先、どうなるのか非常に心配なのは原発の放射性物質の拡散です。日本中、総力を挙げて拡散防止、除染に努めなければなりません。深刻な問題だけに解決の糸口が一刻も早く見いだされるよう願わずにはおられません。

サンホームは、新しい年度を迎え新たな気持ちで出発しておりますが、この度の震災を機に、人と人との関わりをもう一度見直して見たいと思いますが、皆様如何でしょうか。優しさと思いやりに満ち溢れた環境を持続させる為にも一寸したことへの心遣いが一番大事なような気がします。改めて、被災された方々の頑張りや被災地の一日も早い復興を願っております。

がんばれ東日本

がんばろう日本

「挨拶」

この4月から新しく職員になられた方の紹介です。

【新任の挨拶】

看護師 戸端 由美

この度、サンホームで勤務をすることになった看護師の戸端由美と申します。

私は病棟勤務を経て、この十年程は、特養での入居者様の健康管理や居宅支援、通所介護施設で介護予防など、介護保険に関わる仕事をしてきました。

サンホームでお仕事を始めてまず驚いたのは、「歩いている方が殆どだ」ということでした。これを言うと笑われてしまうかもしれませんが、車椅子の生活を余儀なくされる方、歩行をするときは誰かがそばにいないと歩行状態が不安定で、転倒してしまったり高齢者の方が施設でも在宅でも本当に沢山いらっしゃると思います。好きな場所に移動する、自分で買物に出かける、受診をする等、手を借りずに自分の意思で行動ができていくという「自立」という状態を維持していただきたいと願っています。

ともにサンホームでの私の役割は、今ここで生活をされている方々が、今の生活機能を維持できるように、健康面からご支援することだと思っています。私のこの高齢者の看護や介護、介護予防に係わる知識や経験が少しでも皆様の役に立てるよう努めて参りたいと思います。

どうぞ宜しくお願い申し上げます。



三月末で退職された方の御挨拶です。今まで長い間ご苦勞様でした。いつまでもサンホームを忘れないで下さい。

看護師 市川 光代

看護師経験三十年という長い月日の中での九年間サンホームで過ごさせて戴きました。先日定例会でもお話させて頂きましたが、病院勤務では得ることの出来なかつた貴重な看護を学ぶことが出来ました。

病院の看護師であった時は病気や怪我や障害を持ったそれぞれの患者さんとしてその時だけの対応で終わっていました。しかし、そのような方達が生活している場こそが本来のその人らしく生きる大切な場であるということにサンホームの皆様から教えて戴きました。未熟で至らないことの多い看護師であったと思いますが、いつも温かく見守り支えて下さいました。

九年という長い間勤務することができたのも偏に皆様方のお陰であると感謝しております。私はいつも五十名の父と母が居て下さると思つて過ごしてきました。

泣いたり、笑ったり、時々は遠慮なく喧嘩もしたり、旅行に行つては一緒にお風呂に入つたりと楽しい九年間でした。ありがとうございました。

皆様、どうぞいつまでもお元気で。



清掃パート 笠原さん

厳しかった寒さもようやくやわわらいで、うららかな春の日を迎え桃の花も咲き始めました。

私の事、踊りの永田先生のお世話がありましてサンホームの掃除として働いてみませんかと言われて平成十七年からサンホームにて働きました

又園長始め職員の方々もいい人達なので、私も頑張りました。

家庭の都合にて三月迄にて終わります。

新入居者の「紹介

新しく入居されました。新入居の方に寄稿していただきました。宜しくお願い致します。

【サンホームへの道】

恒吉 久晴

妻が急逝し一年二ヶ月の間、悲しく、寂しい辛い日々を過ごして参りました。

子供は二人共東京に永住する状態にあり、

私は遠く離れた香川県で一人暮らし、この様な生活を何時までも続けていいだろうか。私にもしもの事があつたらどうなるだろう。私は勿論子供達にも大変な負担をかける事になる、それだけでは何としても避けなければいけない。家族全員が精神的に負担を感じる事なく気持ちのうえで楽になり安心して暮らせる方法は何があるだろうと自問自答し子供達共相談し、何を優先して考え、何を我慢すべきかいろいろ悩み考えた結果、家族は出来るだけ近くに住み生活する事が一番いいのではとの結論に達し辛いけど私が故郷を離れ東京へ来る決心をしました。

それからは息子のお嫁さんにいろいろと面倒をかけサンホームを紹介してもらいました。サンホームで面接を受け、いろいろと案内していただき即座に申し込みする決心を致しました。いざ入居となると一抹の不安もありましたが職員の方の親切、丁寧な対応や先輩方に温かく受け入れてもらい本当にホッと致しました。今はこれが正解だったなあーと改めて痛感致しております。これからは団体生活のルールを守り、皆様に御指導、御鞭撻を戴きながら一日もサンホームの生活に馴染め、妻の霊を供養しながら皆様と一緒に楽しい老後を過ごせるよう努力しようと考えております。皆様のご指導よろしくお願い致します。

妻への思いはなかなか消えませんが精一杯努力し、頑張りたいと考えております。

利用者様からの寄稿

【身辺あれこれ】

大野 正行

早いものでサンホームにお世話になって一年が過ぎた。正直入るのが少し早かったかなと思った。慣れと言うものは恐ろしいもので一番嫌だった食事に並ぶ事も抵抗が無くなってきた。今では園内の雰囲気にも大分慣れてきたのだが……

ある人曰く、好かれる年寄りの条件は年寄りの権利を主張しない事。素直に成る事だと。自分で出来る事は自分でする事。何時迄も元気で愛される年寄りで居たいものだ。

昨年暮れの或る日、シルバースーツに四十歳位の男性が長い足をV字に投げ出し、膝には靴、コールドが耳へ、音楽でも聴いているのか目を瞑り廻りには知らん顔。そこへやはり四十歳位の男性が乗って来て何か言っている。靴男、知らん顔。又注意する。まだ知らん顔。



水墨画～大野さん作～

前には初老のご夫婦が立っている。高田馬場に着いた。大勢が降りる。二人も降りた。私も降りた。前で怒鳴り合いが始まる。席のことで注意したのだと思っていたら「音が大きいから小さくしろ」と言ったら「何も法律に違反していない又文句を言われる筋合は無い」と。人波は君子危つきに近寄りずと通り過ぎて行く。一言助太刀をしてやりたいと思っただが人波に押されて怒鳴り声は遠のく。人波に押されては言訳けか、自分が情けない。勇気有る注意した男に拍手をおくりたい。

【俳句】

石塚セン

- ・ 人は皆 助け合いして 明日がある
- ・ やわらかき 午後の日差しや 冬の蝶
- ・ 川風に 火柱なびき どんどん焼き
- ・ 幸せは いつも自分の 心が決める
- ・ ホームの中が 冬の中が 冬の空

星がきらきら輝いている

- ・ ホームから 富士さん大きく見える

冬の朝

- ・ 冬の空 澄みきった空気

中に小さく富士さん見える

- ・ すず鴨の 声ふり渡る 月寒し



行事報告

【新春カラオケ大会】

相談員 生天目 尊

平成二十三年一月二十八日(金)午後二時～四時まで、一階多目的ホールにて毎年恒例の新春カラオケ大会が開催されました。地域の施設対抗でカラオケのご自慢を競いました。

ノロウィルスやインフルエンザが心配な時期でしたが、残念ながらひとつの施設がこの影響で欠席となりました。

さて、本番ですが、それぞれ個性があり会場を沸かせましたが、単純に音程が合っているかどうかなどは小さな事だな、と感じさせられるような人生経験が滲み出る歌声、説得力ある歌いっぷりに感動を覚えました。

笑いあり、感動あり、驚きあり、の新春カラオケ大会ほどの出演者も甲乙つけ難く審査員の頭を悩ませていますが、順位関係なく歌い手も聞き手も楽しめ、施設間で共有した時間を楽しい交流を図る事が出来ました。

当日はまだ冬の寒さが厳しい時でしたが、来年度は入賞を目指そう！と熱く語られた出

演者もおり、カラオケ大会は熱く冷めやらぬ内に終了となりました。

当日欠席された施設さんも病状が回復されたと聞き安心しております。

出席された利用者、職員の皆様お忙しい中ご協力ありがとうございました。



【お楽しみ食事会】

栄養士 大塚 千尋

一月二十二日に年に二回の『お楽しみ食事会』が行われました。

今回のメインはなんと「フリ」です。

～お楽しみ食事会～

プリシャぶをメインに、プリのお刺身やプリ大根、プリの照り焼きにアラ煮など...旬のプリをいんだんに使用してみました。

主食も三種類のおにぎりで普段では、なかなか提供できないメニューも盛り込みました。

場所は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』と言つ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ただきました。ただ、少し量が多かったかな?という気がしました。

お楽しみ食事会の回数を重ねることに、バージョンアップしていく調理員さんの腕前や工夫・利用者の皆様に対しての気持ちに毎回驚かされています。

今度のお楽しみ食事会は五月ー!

どのようにバージョンアップしてくるか私も期待していますので、皆様にも是非、期待して待っていていただけたらと思います。



【節分】

介護員 宮原 紀子

節分は私が物心ついた時から行っている。「鬼は外、福は内」時には父親が鬼役になり、子供達が豆を投げた。小学校でも行った。でも、最近は節分を行っている家庭はあまりない様な気がする。

我が家でも今は行わなくなってしまった。納涼会、お月見、彼岸行事、元日の遊び、節分、等々...

とても大事な事で昔ながらの習慣を大切にするサンホームは素晴らしい事ですね。



～節分～

【7中ボランティア来園】

介護員 上野 浩志

三月三、四日に、第七中学校の生徒さん七名が来園し、施設の仕事を手伝って頂きました。一日目は庭園整備と焼き芋畑作り、二日目は園内清掃を中心に、皆が一生涯懸命動き完璧に終了する事ができました。ひな祭りの日でもあったので、お茶の時間にアカペラで「ひな祭り」の歌も唄って頂き、利用者さんも大変に喜ばれ話も盛り上がりました。力では流石に若い人にはかないませんが、頭では負けないつもりでいました。が回転の速さもついていけません。青年に負けたのであれば納得するしかありません。後日お手紙をもらい仕事の厳しさと利用者さんがやさしかったとの感想を貰いうれしく思っています。



【彼岸行事】

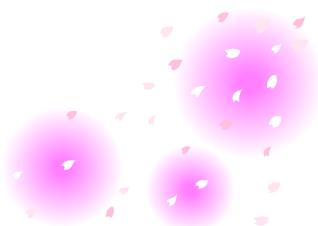
介護員 野口 義治

三月二十二日（火）、午後四時より行事開始しました。園長講話後、順次御焼香を行い無事終了致しました。大震災の影響の為、お供え物が十分に用意できなかった点が残念でありましたが、皆様の仏様へのご供養の念は十分届いた事だと思えます。

【お花見ーミニドライブ】

介護員 野口 義治

計画停電の影響から実施規模を縮小せざるを得ず、地味なお花見となりました。四月四日月曜日午後一時半、七名の利用者さんと職員二名でハイエースに乗り、いざ出発。やまと苑から奈良橋を経由し桜ヶ丘に抜けました。イトーヨーカドーの傍で満開状態の桜数本を発見しましたが、後は殆んど二分咲きと言う有様でした。仕方なく、時間もまだ有ったので、園長の指示の下、急遽多摩湖をみる事に。花見を満喫する事は出来ませんでした。が、久し振りの車での外出でした。息抜きができたと思いで頂きました。



【海苔巻バイキング】

介護員 伊藤 華恵

平成二十三年三月三十日（水）
レクレーションの一環で、昼食時に食べるのり巻きを利用者さんと一緒に作りました。

内容は、太巻きと細巻きを全部で八種類、魚のホイール包みを一時間ほどで作りました。のり巻きを作った事のない男性利用者も参加をし、女性陣に教わりながら何とか形になりました。

鉄火巻きとかんぴょう巻きが人気で、皆さんで美味しく頂きました。



のり巻き作成の様子

【ひなまつり（桃の節句）】

介護員 加島 千津子

今年も利用者さんと雛かざりを行いました。今年は3階デイルームに設置。皆さん、昔の幼少の頃を思い起こしながらにぎやかに行いました。

その思いは、楽しくもあり辛くもありそれぞれの人生を垣間見ることができました。

「ああでもなく、こうでもなく」と毎年大騒ぎをしながら、又今年も締めくくりの月を迎えたのだ。そして利用者さんのお手伝いによってお飾りができ、節句を迎えられたこと大変うれしく思います。

【今後の行事】

- ・ 端午の節句 五月五日
- ・ 子供祭り 五月八日
- ・ お楽しみドライブ 五月十八日
- ・ お楽しみ食事会 五月二十四日
- ・ 日帰り旅行 六月七日
- ・ 盆行事 七月十五日
- ・ 合同納涼大会 七月二十二日



【救済物資 発送】

東日本大震災被災者の方の為に、三月三十日サンホームからも紙パノツを送らせていただきました。四月には、サンホームでも募金箱を設置し、利用者の皆様、職員一同 約七万円の義援金を、法人本部を通して全国社会協議会へ送らせていただきました。

次号は夏に発行いたしますので、ぜひお楽しみに。
 また俳句・詩・文章・写真などの寄稿は随時、受け付けております。担当の野口、伊藤までお声かけ下さい。

【編集後記】

ニュージーランドで地震が起き、日本の学生さんが被害に遭ってお気の毒と思っていたのもつかの間・・・三月十一日宿直を終えほっと一息をついていた午後、突然床が揺れ電気の笠が振り子の様に大きく動きだした。慌てて庭に飛び出しベランダの柱に必死につかまりながら周りをみると、電線がブランブラン揺れている。周りの家も我が家も揺れている。テレビを点けると、大津波が家を呑み込み車が何台も流されて浮かんでいる。一方、工場では火災が起こっている。あまりにひどい光景にショックを受けた。
 国内観測史上最大のマグニチュード



九・〇で東北や関東にまで広範囲に亘る大地震で大津波が起こった。被災者はどんどん増え、余震もたびたび起こり自然の恐ろしさを思い知らされた。
 日頃の訓練や地域における助け合い又は常備しておく水や食料、防災リュック等の重要性をつくづく実感しました。併せて被災者の皆様には心からお見舞い申し上げますと共に、一日も早い復興が出来ますようお祈り致します。(N・M)

《ホームページのご案内》
 サンホームのホームページがあるの
 は、ご存知ですか？
 月末までには、翌月の月間予定表が載
 せておあり、他にも、行事の様子等報
 告さして頂いております。
 是非一度覗いてみて下さい。
<http://www.douen-sunhome.jp/>

発行 平成 23 年 4 月 24 日
 平 成 社 会 福 祉 法 人 恩 賜 財 団 会 社
 東 京 都 東 村 山 市 富 士 見 町 2-7-40
 TEL 042-391-3274
 Fax 042-391-3366
 E-mail sunhome-sodan@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。 ■