

♥ **ハートピアグループ**
 (福) 愛の会 (株) ハートピア (医) 健甞会

第79号

令和3年10月発行
 発行元：社会福祉法人愛の会
 石岡市根当 10,888 番地 3
 Tel 0299-23-5211 Fax 23-2232
 URL <http://www.heart-pia.com/>
 発行責任者：代表 木村都央

こころの楽園

「こころの楽園」は、「ハートピアグループ」と、そのご利用者さま・ご家族さま、また地域の方々を結んでいきます

目次

- ケアハウスハートピア石岡 …… 2頁
- ケアハウスハートピア水戸 …… 4頁
- いろり端石岡・デイハートピア …… 6頁
- いろり端水戸・デイはーとびあ …… 8頁
- ケアホーム日なた家 …… 10頁
- 特養・デイ石岡陽だまり館 …… 12頁
- 特養・デイ桜川陽だまり館 …… 14頁
- 特養・デイ松戸陽だまり館 …… 16頁
- 特養・デイ笠間陽だまり館 …… 18頁
- 特養・デイ双葉陽だまり館 …… 20頁
- 老健・デイ小美玉敬愛の杜 …… 22頁
- 老健・デイ桜の郷敬愛の杜 …… 24頁
- 老健・デイ小川敬愛の杜 …… 26頁
- ケアホーム常陸国府館 …… 28頁
- はーとびあ保育園 …… 30頁
- はーとびあ保育園石岡 …… 32頁
- はーとびあ保育園桜ノ牧 …… 34頁
- 特集 スポーツの秋・編集後記 …… 36頁



はーとびあ保育園桜ノ牧 水戸市幼年消防クラブ発会式



24時間 やさしいな
0120-24-8347
 (年中無休福祉無料相談)

『挑戦』

グループ代表 木村 都央
きむら ともな

漸く、爽風が優しく秋桜を揺らす、神無月となりました。
コスモス カンゾウキ

殊の外、暑さが厳しかったこの夏を強かに、新型コロナナや熱中症に打ち克った皆さまに、衷心より敬意を表し、感謝と御礼を申し上げます。

新型「コロナ」は収束しつつありますが、もうすぐインフルエンザの季節です。引き続き緊張感をもって、感染症に全力で対峙して参ります。

今年度は、各施設ともそれなりに工夫をこらし、「夏祭り」、「運動会」や他の行事も施設内で元気に楽しく執り行ない、当初の計画を全て遂行しております。一日も早く、地域交流行事や貢献活動ができますように、心から望んでいます。

関東三大祭りのひとつ、「石岡のお祭り」常陸國總社宮例大祭も、再度、来年に延期されました。

低所得者層の方々も安心して入所できる施設を、と、鋭意建設工事中であった「美野里陽だまり館」と「松戸陽だまり館」(増床)は、楳音高く順調に進捗し、いよいよ来年二月に完成引渡し、三月には、開設オープンの予定です。

来年こそは、素晴らしいよい年でありませうように、皆さまから、元気な笑顔と真のよろこびがいただれますように、全組織を挙げ全力・挑戦してまいりますので、変わらぬご支援とご指導を賜りますようお願い申し上げます。



TEL 0299-23-5211
 FAX 0299-23-2232
 IP 050-3820-8984

モチベーションをあげる

施設長 木村 敦至

楽しみ、不安、様々な議論、ギリギリまでのドタバタ劇の中で東京オリンピック・パラリンピックが行われました。いざ始まれば毎日のように代表選手を応援し、連日のメダルラッシュに日本中が沸いた事は間違いありません。この一年間の延期は世界中の選手にどう影響を及ぼしたのでしょうか？

まさかあの選手がここで・・・と思うような敗戦も思い出すと「コロナ禍という制限の中で、体の状態をピークに持ってくる難しさだけではなく、「やる気」「意欲」といったモチベーションをあげる事が大変難しい事だったと思います。

私たちにだって同様な事が言えます。想像以上に長引く「コロナ禍」での生活や思うようにいかない日々が続く、皆さんも気持ちが萎えそうになる事がこれまでもあったと思います。しかしそれは自分にも周囲にも負の連鎖しか生みません。気持ちが萎えそうな時こそ明るい未来を想像して自分自身のモチベーションをあげる事が大切です。言うほど簡単ではありませんが、日本中、世界中のすべての世代の人々が同じような思いをして過ごしています。モチベーションを上げるのは自分だけではないと自分を励ましながらかみ切り切ろうと思えます。

アスリートたちが三年後のパリ五輪での明るい未来を目指し始めたように、私たちもモチベーションのギアをひとつ上げてください。

訪 問 理 美 容

月に一度、『髪やつくば様』に来ていただいています！
 皆さんサッパリ！と、嬉しそうです♪



いつもありがとうございます！

今年の夏燃えました！

東京2020

印象に残った競技は？

- 卓球！混合ダブルスで水谷選手、伊藤選手が中国を破り、金メダルを獲得したのが凄かった！
- 柔道の、阿部一二三選手と詩選手が兄妹で金メダルをとった所は感動した！

今年の夏は、ご入居者さまと東京2020オリンピックのメダル獲得数とチームのメダル当て予想クイズを行い大いに盛り上がりました！



何個かなあ～

当たった方には、

景品をプレゼント！



健康と長寿を祝う会

ハートピア石岡では、90歳以上の長寿14名、米寿6名、喜寿2名の方々に記念品を贈り、全ご入居者さまと全職員で「健康と長寿」をお祝いさせていただきました!



お祝いを受けた方に質問しました! 健康の秘訣は?

- いっぱい笑って、いっぱい食べることだよ!
- 早寝、早起き! 規則正しい生活を送ることが健康の秘訣!!
- みんなで楽しい話をして、大いに笑うことかなあ~。
- 毎日外で空気を吸う事! 気持ちがいいよ!
- 食べ物に好き嫌いが無いことだよ!



読書の秋

~秋の夜長におススメの1冊~



長谷川 道 様
「極上の孤独」

『孤独は寂しくない、自分を見つめなおせる贅沢な時間』
これから、どういう風に生きるかを考えさせられる、おススメの一冊です!

まだ復帰して三か月しかたっていませんが、今までの経験を活かしながら、また新たな気持ちでご利用者さまに寄り添うサービスが提供出来る様、頑張りたいと思います。

四年前、一身上の都合で退職した私ですが、今年の五月からまた訪問介護事業所ハート24に復帰する事となりました。復帰して初めはなかなか感覚がつかめず戸惑う事も多くありましたが、事業所の皆さんの温かいご指導もあり、今はご利用者さまの声に耳を傾けられる心の余裕が出来てきた様に思います。

訪問介護員 鈴木 寿子

新たな気持ちで

訪問介護事業所ハート24石岡

ケアハウス ハートピア水戸



TEL 029-255-3211
FAX 029-255-2700
IP 050-3776-4296

譲る心

施設長 木村 都史

私は、毎日、石岡市の自宅から水戸市の職場まで約二六キロメートルのところを車を運転し通勤しています。

車を運転していると、急に無理やり追い抜こうとする人がいます。そうした運転は、誰にとっても非常に危険ですし、万一、人身事故でも引き起こせば、取りかえしがつきません。

そこで、安全でゆとりのある場所があれば、左側に車を寄せて「お先にどうぞ」と、道を譲ります。それは一見「相手のために自分が犠牲を払う行為」のように思えます。しかし、常に道を譲ることを心がけている人は、どこに行くのにも時間に余裕を持って出かけている

し、その心のゆとりが、無為なトラブル防止や安全運転につながって、交通事故が未然に防げたと思えば、結果的には、道を譲った自分が得をしたことになるのではないのでしょうか。

また、横断歩道を歩行者が、今、渡るうとしていたら、即、一時停止し、無事に安全歩行終了を確認してから、走行するべきなのは、安全ルールの基本、ドライバーの遵守事項の筈です。

特に、「福祉」の仕事に携わらせていただいている私たちは、車も、命も大事にし、慎重、思いやりの心優しく、温かい人柄の運転励行と、常に譲る心を持つことは、最も大切な必須条件であると思います。

SDカード（無事故無違反の証）は、全員が所持したいものです。

夏祭り

新型コロナの影響で、地域の皆さまにもご参加いただけないため、今年は、ご入居者さまと、はーとぴあ保育園の年長児だけで「夏祭り」を行いました。

「お祭り」では人気の焼きそばや焼き鳥、綿あめなど、お好きなものをおなかいっぱいお召し上がり、その後、輪投げやボウリングなどのゲーム遊びで大いに楽しみました。

ご入居者の皆さまは童心にかえり、思い出多い「夏祭り」となりました。



健康・長寿を祝う会

9月17日、ご入居されている皆さまの「健康」と「長寿」をお祝いするため、「健康・長寿」を祝う会を行いました。

90歳以上のご長寿16名、米寿4名、喜寿2名の方に記念品や花束を贈らせていただきました。

今年度もはーとぴあ保育園の園児たちがお祝いに元気な歌や踊りと心を込めて作ったプレゼントを沢山いただきました。

最後は、千本引き大会を行い、盛大な祝宴となりました。



ハートピア川柳

食事が健康・長寿の根源
ですからね

入居して
食生活に
長寿見ゆ

お互いに確認しあうこと
はこころもこころとだね

声かけて
薬飲みあう
仲になり

今回は皆さまに健康・長寿について詠んでもらいました

茨城県知事不在者投票



ご入居後も、誰もが今までどおり社会参加し、選挙で投票できるようにと当施設では、「不在者投票施設」の指定を受け、施設内全員が投票を実施しております。

読書の秋

～秋の夜長におススメの1冊～



池戸 あや子 様

「生きてやろうじゃないの! 母と子の震災日記」
心温まる詩集に生きる力と喜びをいただきました。

人生の大先輩から学ぶことはとても多く、たくさん刺激や影響をもらいます。私もご利用者さまのように素敵な年の重ねかたをしていきたいと思えます。

は、尊い習慣だと感じます。

ご利用者さまの中に、着物をリメイクして洋服や、季節ごとの暖簾を作ったり創意工夫をなさっている方がいます。帯で作ったカバンを見せていただいたこともあります。受け継いできた思い出の着物を再生させるということ、尊い習慣だと感じます。

ご利用者さまの中に、着物をリメイクして洋服や、季節ごとの暖簾を作ったり創意工夫をなさっている方がいます。帯で作ったカバンを見せていただいたこともあります。受け継いできた思い出の着物を再生させるということ、尊い習慣だと感じます。



介護職員 松橋 美智子

思い出を形にする

グループホーム

いろいろ端石岡

こころの健康

施設長 山口 隆之

TEL 0299-27-6000
FAX 0299-27-6006
IP 050-3820-9050

新型コロナウイルス感染症の流行により、多くの人が不安やストレスを抱え、気づかないうちに心身ともに疲れが溜まっているのではないかと思います。


ストレスと上手につきあうには、毎日の生活習慣を整えること。バランスの取れた食事や良質な睡眠、リラックスできる時間、適度な運動の習慣を維持することが、こころの健康を保つには大切です。

ただし、お酒を飲んで不安や悩みを紛らわせようとすると、睡眠の質が低下し、こころも不安定になることがあるので気を付けて下さい。と、鏡に映った自分自身に言い聞かせる毎日です。

ストレスは一人ひとり耐えられる器の大きさが違い、病気やケガのように他人が気づかないことも多くあります。こころとからだのバランスを崩さないためにも不安や悩みは一人で抱えずに家族や友人、同僚に相談すること、匿名、無料で相談できる公的な相談窓口も多くありますのでお気軽にご利用されることをお勧めします。

ことわざかるた

身を乗り出してカードを探したり、隣の方と協力したり、大盛り上がりでした。



流しそうめん

昼食に流しそうめんを行いました。器用に掬って召し上がる方、スタッフと一緒に挑戦する方、皆さまそれぞれに楽しまれていました。



健康と長寿を祝う会

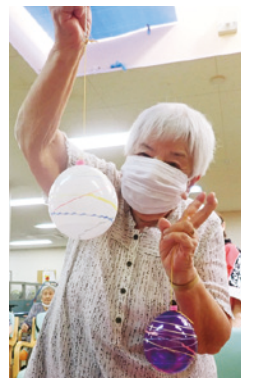
今年もご入居者さまとスタッフで盛大にお祝いしました!!



夏祭り



8月26日、27日に「夏祭り」を開催しました。お神輿担ぎや盆踊り、出店のゲームにも参加していただきました。職員たちの余興も大好評で大いに楽しんでいただきました。



デイサービス ハートピア

TEL 0299-27-6001
FAX 0299-27-6006
IP 050-3820-9050



脳トレブーム到来！ 春夏秋冬ゲーム



絵を見て、絵がどの季節に当てはまるのかを考えていただくゲームです。

読書の秋

～秋の夜長におススメの1冊



田崎 しづ 様
「生きかた上手」

日野原先生の座右の銘に導かれるように書を紐解き、人に深く接するようになりました。



通所介護事業所ハートピア
毎日元氣
調理員 小松 洋子
皆さまに美味しくご飯をお召し上がりいただけるように、日々努力し協力して一生懸命に頑張っています。

グルーブホーム いろいろ端水戸



TEL 029-257-6666
FAX 029-257-6600
IP 050-3537-1806

ポジティブヘルス

施設長 大石 豊

あなたは健康ですか？

WHOの定義によると。健康とは病気でないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態だそう。これに対し、オランダの医師のヒューバー先生は健康を「社会的、身体的、感情的な問題に直面した時に適応し、本人主導で管理する能力である」と掲げました。健康を身体や精神の状態ではなく、能力でとらえているのです。

ポジティブヘルスの概念では、たとえば身体が思うように動かなくても、自分の能力を発揮して社会で活躍し、夢を実現しているような方は健康なのだそうです。

悪いところ(病気)やできない事をなくしたからといって、必ず健康とは言えず、望む生活ができていくかが健康の鍵です。そう考えると自分は、毎朝薬をかかせないものの、十分健康かなと思いつつ、ご入居者さまに対しても、やりたい事を支援することがいかに大切か考えさせられました。

運動会



紅白に分かれボーリング、玉入れ、大玉送りを掛け声をかけながら楽しまれていました。

七夕祭り



子供の頃を思い出しながら、願い事を書かれていました。願い事は叶いましたか？

スイカ割り



今年は少しスイカが固かったですが、無事に割る事が出来ました。苦勞して割ったスイカは、特別美味しかったです。

お茶会



天気が良い中、抹茶を上手に混ぜていました。羊羹と一緒に召し上がりました。

スポーツ自慢



小林嘉代様
昔は走り高跳びの選手でしたと毎日話されています！

スーパーボールを布に巻き、輪ゴムや割り箸を使用して藍染液に漬けました。

藍染体

こんなに素敵な染物ができました！
家に持ち帰って孫に見せてあげよう！

リハビリ
デイサービスセンター
はーとびあ

TEL 029-257-6001
FAX 029-257-6600
IP 050-3537-1806

シルバー体操 & ケーキバイキング

☆今も、昔も輝いている☆

小野瀬 美津子様

40年前

現在

デイでは難しいナックロ問題を積極的に解かれています。40年前、結婚を機に霞ヶ浦の学校から水戸の学校へ転勤となり、子育てと仕事に奮闘されていました。

読書の秋

～秋の夜長におススメの1冊～

岩瀬 淑子 様
「あらあらでひとりいぐも」
年齢を重ねるうちに人は深い悲しみを経験するようになった。東北弁が心に響きます。

止まらないコロナ感染

訪問看護事業所ハート24
管理者 飯田 つや子

変異したデルタ株は強い感染力を持ち、フクチン2回接種後でも感染する可能性があります。
家庭内でも基本の感染対策を徹底しましょう。

- 1 マスクの着用
- 2 手洗い・アルコール消毒
- 3 三密を避ける・こまめに換気・不要不急の外出はしない
- 4 毎日検温 家族全員で健康管理をして周囲との関わりについても共有しておきましょう。

感染しても入院できないと思って最大限の予防に努めましょう。
私たちの事業所にもコロナ感染者の自宅に訪問依頼が来るかもしれません。



ケアホーム 日なた家

TEL 029-304-6677
FAX 029-304-6636
IP 050-3533-9564

面会と外出

施設長 北川 恵美

「面会は、いつになったらできるのでしょうか」
 このような声がいつも日なた家には届いてきま
 す。それもそうです。面会ができない状況がとも
 長期化しています。ご入居者さまのご家族さまは、
 会いたいと思いつつも、この状況をとてもよく理解
 してくださり、ご協力いただいています。感謝申し
 上げます。

「自分だけの話」では済まされないのが、このコ
 ロナ禍のむずかしさです。体調管理は、本人だけの
 話ではなく、同居する家族はもちろん、たとえ住ま
 いが別であっても家庭の状況で行き来する家族がい
 れば、その方々の体調も気に掛ける必要があります。

「自分が、もしかかってしまったら」と、気持ち
 がふさぎ込んでしまうこともあります。しかし、こ
 のような心配は、ご入居者さまは無用です。ご入居
 者さまはいつもエネルギーにあふれています。「あ
 れ買ってきてー!」「これ食べたいー!」「買い物連れて
 行ってー!」「娘に会いたいー!」と、日頃の希望を素
 直にぶつけてきてくださいます。

それが、職員のエネルギーに繋がります。私達も、
 いつかご入居者さまと自由に買い物や外食の催しを
 実現させる日を心待ちにしています。



大きくな～れ



さあ収穫だ!

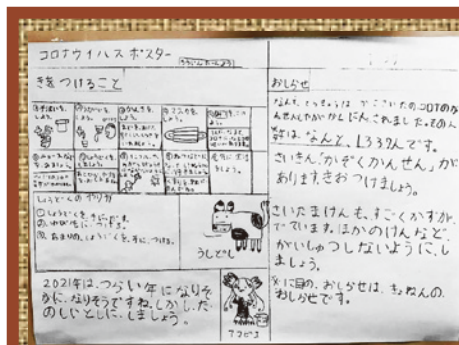
茄子の栽培記録



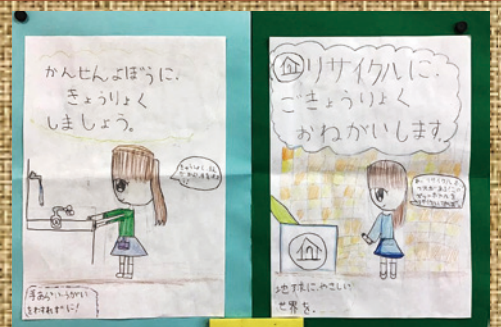
水やりや肥料など、ご入居者さまと職員が
 一緒に茄子を苗木から大切に育てました。大
 きくなった茄子に皆さん大喜び!収穫した茄
 子は皆さんで美味しくいただきました。



職員の娘さんが、このコロ
 ナ禍で大変な時期の中、
 日なた家のご入居者さまや
 職員を気遣い、手作りのポ
 スターや新聞を作ってくだ
 さいました。



コロナウィルスポスター(新聞)



手洗い・リサイクルポスター



なかなか割れずに苦戦しながらも、楽しく笑いの絶えない一日になりました。楽しんだ後は、よ〜く冷えたスイカを美味しくいただきました！

まだ外に出る事は出来ませんが、施設の中でさまざまなレクリエーションを行い、皆さん元気に過ごされております。

日なた家のレクリエーション



ボール遊び



散歩

読書の秋

～秋の夜長におススメの1冊～



福田 肇様
「赤川次郎作品」

難しく考えずスラスラ読める作家さんです。いつも娘が買って来てくれます。



貼り絵



折り絵



体操

特別養護老人ホーム・
 デイサービスセンター
石岡陽だまり館
 電話 0299-35-5601
 FAX 0299-35-5602
 IP 050-3821-2186



親子の絆

施設長 高野 喜市郎

なかなか解決できない家庭内の問題、親が幼児を
 育児放棄、逆に子供が親を介護放棄した事件が後を
 絶たない。「親子の絆」って何なのか、親と子の繋が
 りって、そんなに希薄なものなのかと疑問に感じるこ
 とも、とても悲しい気持ちになります。

私自身も親として、子供に対して頭にくることも
 沢山ありましたし、かなり厳しく叱りつけることも
 ありました。身の周りのことがしっかりとできていな
 かったり、周囲への配慮ができていなかったりすると、
 「だめだめ」と思いつつも、つい小言を言い、それに対
 して受け答えが悪いと、更に怒鳴りつけることもし
 ばしばありました。

今なりに反省すると、子供が育つ際には、何もかも
 スムースにうまくいかななくても良いのではないかと思
 います。失敗すること、その子の人格に厚みが増す
 のではないかと。子供をその失敗からどう立ち直らせ
 るかということが親の役目であると考えます。幼い
 ころに親から時には厳しくも、愛情豊かに育てられ
 た子供は、自律心も自然に育まれ目標に向かって頑
 張れると思います。この親子関係は大切にしたいも
 のです。

今年の流しそうめんは新しい生活様式にならい、すくったそうめん
 をその場で食べず、一旦席に戻ってから食べていただきました。また、
 食べたあとにすくうことはせず、雰囲気を楽しんでいただきました。

竹の器で食べるそう
 めんは好評でしたよ。

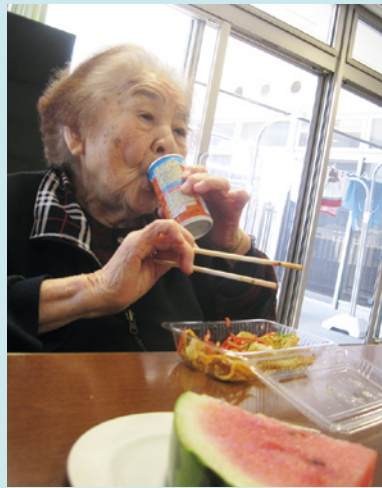


お楽しみ会

今回のテーマは「屋台」。焼きそばや射的など昔ながらの
 お祭りを思い出し、楽しんでいただきました

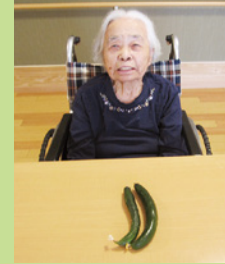


夏祭り



夏の風物詩のスイカ割りやヨーヨー釣りを皆さまで行いました。童心に返って、夏の終わりを感じながら楽しいひと時を過ごしました。

野菜作り



初夏の時期に植えたキュウリを収穫しました。

七夕飾り



七夕飾りを作りました。短冊には皆さまの思い思いの願い事をそれぞれ書いていただきました。

読書の秋

～秋の夜長におススメの1冊～



中村 安雄 様
「一路」

江戸時代の参勤交代の話で、色々なことが起こって、とても読み応えのある1冊です。



ハープ奏者のルシア塩満さんのファンだという木村様。ラジオで初めて聞いて、もう20年来のファンとのこと。昔は年に7～8回



コンサートに行ったそうです。とにかく音が素晴らしい！またコンサートに行くのが目標だそうです。



木村 悦子 様

杖川陽だまり館

特別養護老人ホーム・デイサービスセンター

私ができること

施設長 月岡 貴子

TEL 029-257-7011
FAX 029-257-7030
IP 050-3532-9652

私たちは、生活する上で、色々な人に支えられながら暮らしています。

それは、家族や友人や職場の人々だけでなく、生活する上での必要な物も、目に見えない誰かの力で、私たちの手元に届いています。そしてそれを使わせていただいています。そう考えると、当たり前にある身の回りにある物のひとつひとつが大切に思えてきます。

このように考えていくと、顔の見えない誰かが私たちの生活に関わっていて支えてくれていることがわかります。その人の存在なくしては、私たちの生活は成り立たないのです。

ですから私は、私の出来ることを、周りの人々に感謝しながら、お返ししていかななくてはと考えています。

そして、私ができることをしたことで、どこかで誰かのお役に立つことが少しでもあったなら、私自身もたいへん嬉しく幸せに思います。

デイサービス アイスクャンディー & かき氷屋さん



アイスクャンディー、いかがですか？

ひとつください！

かき氷屋さんやってます！
暑い日には、オススメ



どれにしようかな？





8月には、スイカ割りも行いました。子どもの頃を思い出して懐かしかったとのお声もありました。



スイカ割り
夏を彩る
風物詩



～写真で一句～

かけがえのない瞬間を詠む

風船で
心もバレーで
ふわふわ



風船バレー大会の様子です!職員目掛けてアタック!皆さま汗をかくほど、とても楽しそうにプレイしていました。



リハビリで
頭の体操
元気の秘訣



手作り梅ジュース はじめました。

自分たちで収穫した梅を使って梅ジュース作り!
美味しく作るコツは、梅の下処理を丁寧に行うことです。



日本全国制覇!

ご当地郷土料理

月に一度、昼食にご当地郷土料理が登場します。全国制覇した2巡目の今年の8月は、大人気だった宮崎県の郷土料理です。



ちょっとした旅気分
が味わえます♪

読書の秋

～秋の夜長におススメの1冊～



長洲 かつ様 様
「鬼平犯科帳」

楽しく読める捕物帳が好きで、夜が更けるのも忘れて読んでしまうそうです。

特別養護老人ホーム
デイサービスセンター



松戸陽だまり館

危機管理の「さしすせそ」

施設長 小田部 篤司

TEL047-374-6311
FAX047-374-6011
IP050-3387-1511

この度は、当デイサービスにおきまして新型コロナウイルス感染症が発生いたしました。皆さまには、多大なるご迷惑やご心配、ご不便をお掛け致しましたことを心よりお詫び申し上げます。

収束の見えないコロナ禍の中、毎日の感染対策の重要性を再度認識させられました。ちよっとした気の緩みから感染し、人から人へ感染が広がってまいります。「最悪を想（おも）って、慎重かつ素早く、誠意をもって、組織で対応する」。危機管理の「さしすせそ」を常に念頭に置きながらこのコロナ禍を乗り切りたいと思います。また自分自身も毎日、三つの事（①必ず現場へ行き、自分の目で確かめる）（②上を向いて仕事はしない）（③立場の弱い方々の側に立つ）を心掛けて行きたいと思えます。今後は、感染対策の更なる強化と地域の皆さまのご期待に応えられる施設運営を、全力で目指してまいります。

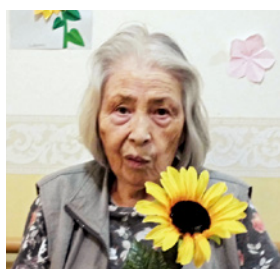
2021年夏！七夕祭&花火大会&スイカ割大会 皆さまで楽しめました



卒寿・町田 久代様



米寿・柴崎 孝佐様

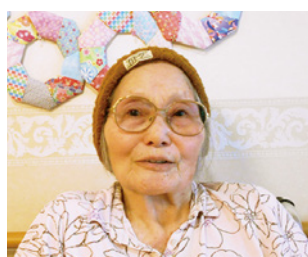


米寿・服部 弘子様



米寿・大山 竹子様

長寿のお祝い



卒寿・加藤 キヨ子様



百寿・山埜 てる様



白寿・宇田川 久子様



米寿・倉持 こと様





デイサービス 夏祭り

「夏祭り」を開催しました。コロナ禍の為に例年通り賑やかにはいきませんでした。が、本物の太鼓の音は迫力満点でお腹にまで響いてきました。太鼓に合わせて踊って暑さを吹き飛ばしました。



たこパ

毎年恒例の「たこ焼きパーティー」を開催しました！
アツアツのたこ焼きはとても美味しかったと大好評でした。今後もおやつ作りを開催するので、どうぞお楽しみに♪



読書の秋

～秋の夜長におススメの1冊～



今村 はるよ 様
「童話」

昔から絵本が好きで皆さまに朗読したりしています。



私は？ 誰でしょう

どんな時でも笑顔が絶えない明るい性格の高中トク様（現在90歳、写真50代）です。

止まっていられない性格で家では草むしりをしたりして過ごされています。デイサービスでも笑顔が絶えません。

特別養護老人ホームデイサービスセンター

笠間陽だまり館

こころに栄養を

施設長 安達 秀樹

TEL 0296-73-6181
FAX 0296-73-6182
IP 050-3819-2867

『グレートトラバース。人力で日本三百名山を走破する前代未聞の大冒険』そんなナレーションから始まる番組に見入ってしまいます。日本の屋根と言われる厳しい山々の日本アルプス。槍ヶ岳、駒ヶ岳、北岳位は知っていますが、夏でも雪を蓄え鎮座する山々に、登ると言う気持ちはどこから湧くのでしょうか。

あまりにも有名な言葉「なぜ山に登るのか？そこに山があるから」単に山登りの気持ち表現している訳でない様な気がしてなりません。苦しい思いをして山頂を目指し、その苦しさの先の達成感や充足感を味わう。登る事が目的ではなく、登る事でこころに栄養を充電しているのではないのか？と自分なりに勝手な解釈をしています。似たような感情を抱く事があります。「ランナーズハイ」走り続けるうちに苦しさは薄れ、爽やかな気分になる、感情的な状態です。完走後の疲労感と充実感、そして数日続く筋肉痛。それでも又走りたくなる。前出のそこに山があるから。と一緒の感情なのです。

皆さんはどうでしょう。コロナ禍の自粛生活を強いられている今日、心地よい疲労感とこころの栄養補給を、いま必要としていませんか。



陽だまり秋コーディネート

涼しくなったので
ロングカーディガンを
羽織ってみました。

戸村君枝様

昔あつらえたブラウスに
黒のロングベストを合わせました。

益子初枝様

着るものは息子の嫁のセンスです。
私には詳しく分かりません。

倉持源造様



テラスde夏祭り

澄んだ青空の下、小さな夏祭りを開催。皆さまの笑顔と笑い声がたくさんあふれました。



ハーバリウム作り



花火大会



スイカ割り



飾りすたれ



流しそうめん



かき氷

※掲載写真の皆さまには、基本的に撮影時のみマスクを外していただいております。

月一で全国各地のご当地メニューをご提供中！

読書の秋
~秋の夜長におススメの1冊~

臼井 美代志 様
「一生感動一生青春」
30年ほど前に購入した相田みつをさんの本です。読めば読むほど元気をもらえますよ。

タコスの具材を米飯の上に乗せた沖縄名物
石川県 ハントライス
沖縄県 タコライス
半熟の薄焼き卵と白身魚のフライが驚きの融合

特別養護老人ホーム
デイサービスセンター

双葉陽だまり館



TEL 029-306-7521
FAX 029-306-7522
IP 050-3816-4359

半面の笑顔

施設長 木村 哲之

「コロナ禍においては、どなたも顔が半分隠されているので、初対面の方がふいにマスクを外した際に、私が勝手に想像していたお顔と違ってハッとすることがあります。」

人は、実際に見聞きできないことを自らの想像力で補って、「〇〇さんならこう言うはずだ」「こうするに違いない」など、日頃の言動から思いを汲み取ったり、行動を予測したりするものです。しかしながら、見えないことや知らないことは時に不安を大きくし、何となく疑わしく思えてきたりするものです。疑心は暗鬼を生ず。悪い想像は、存在しないはずの鬼まで産み出してしまいます。

空前の大ヒットとなった映画「鬼滅の刃―無限列車編―」の中で、主人公の炭治郎は、亡くなった家族が自分を責める悪夢に苛まれますが、疑心を抱いた自分自身に刃を向けて、何度も何度もその悪夢を断ち切ります。

悪鬼も悪夢も自らの疑心が生んだものならば、とことん信じることにしよう。たとえ共に過ごす時間が減ったとしても、見えないことや知らないことがあっても、信頼すると心に決めよう。マスクで半分隠れているその下に、満面の笑顔があることを信じよう。

車いすご寄贈のお礼



奇蹟
一般社団法人茨城県トラック協会
令和3年6月吉日

一般社団法人茨城県トラック協会様より自走式車いすをご寄贈いただきました。ご入居者さまの大切な足として活躍しております。

フターボックス かき氷&アイス



お花紙の向日葵が満開の元、召し上がっていただきました。

自慢の家族 ~ご家族さまに聞きました~



~飯田國子様とご家族さま~

両親は共働きで、退職後は孫の面倒を見ながらシルバー体操やマジック、絵手紙サークルを楽しみました。料理も上手で色々な食事を食べさせてくれました。愛情を沢山いただき感謝しています。一日も早くコロナが落ち着いて、もとの楽しい時間を過ごしたいものです。

レクリエーション・創作活動



タオル de ボール渡し



玉入れ



輪投げ



ヨーヨー釣り



ステンシル

晩夏から初秋にかけて、様々なレクリエーションを開催して、大いに楽しんでいただきました。

好きな言葉を教えてください



働く人の立場に立つ

田崎 静様 72歳

大学で経済を専攻していた時、勉強したことを一言で表した言葉です。



敬老会では、ささやかではあります、表彰式を行いました。

デイサービス



縁日では、出店の定番ヨーヨー釣りや射的ゲーム、かき氷を楽しみ、「夏祭り」気分を満喫しました。

昔行った「夏祭り」を思い出したご利用者さまも多かったようです。



読書の秋

～秋の夜長におススメの1冊～



栗田 征三郎 様
「伊豆の踊り子」

川端康成の有名な小説です。映画も見て、何となく切なくなっていることを覚えています。

8月5日は当館の、開設6周年記念日でした。益々発展を祈念しお昼は茶碗蒸し、豚の角煮など、いつもよりも豪華な献立でお祝いしました。



日常のひとコマ



介護老人保健施設
通所リハビリテーション

小美玉敬愛の杜



電話：0299-56-5181
FAX：0299-56-3788
IP：050-3775-2156

私たちの取り巻く環境

施設長 高木 秀峯

施設長に就任してから、栗畑を眺めながら通勤し、早くも五カ月間が過ぎました。その栗も収穫時期となり試食してみました。身が黄色くしつかりとして何よりも虫がいないことでほっとしました。これから本場の味を充分堪能できそうです。

さて私たちの取り巻く環境はデルタ株における医療逼迫の最中です。いつも利用させていただいている病院にすぐに入院できない状況が発生しています。しばらくは病院探しに苦労することになりそうです。

本来の季節的なコロナ感染が一年中蔓延する状況はおかしいです。人為的なものではないだろうかとも思っています。ウイルスの変異でまた新たなものが蔓延する不安もあります。

ご利用者さまを感染から守るために実践的な感染対策を確立する必要があると思われま

ユニット 花火大会

浴衣着て みんなと過ごす 夏の夜

82歳まで美容師だった方に着付けを手伝っていただきました★

任せなさい!!

ヨーヨー釣り

私たち綺麗でしょ？

綺麗だなあ

祝 百一賀

大関 ひさ様

お祝い申し上げます

寄贈品のご紹介

現在、エントランスにコスモスの絵が飾られています。この絵は石岡市の画家・高橋弘子様作品で、以前、高橋様のご家族さまのケアに関わったご縁でのご寄贈となりました。

縁日

今年もデイケアで縁日を開催しました。ゲームをしたり、焼きそば等を食べたり、炭坑節を踊ったりして皆さま楽しめました。



ボーリング

ゲーム大会

輪投げ



ご入居者さまたちで行ったボーリングと輪投げのゲーム大会です。投げる時の掛け声や笑顔が多くみられる楽しい楽しいゲーム大会となりました。



読書の秋

～秋の夜長におススメの1冊～



江橋 光子 様

「赤ずきん、旅の途中で死体と出会う。」

赤ずきんが旅をしながら事件を解いていく話が面白いです。

都道府県

お取り寄せスイーツ

～京都府編～

今回は京都府の銘菓【生八つ橋】です。ご利用者さまは「孫や子どもが修学旅行で買ってきてくれて一緒に食べたんだよ」と、喜んでいました。ニッキは昔からある味ですが、最近ではフルーツ系の味や桜味、チョコレート味もあるようです。



この生地を薄く伸ばして焼いたものが【八つ橋】です

介護老人保健施設
通所リハビリテーション
桜の郷敬愛の杜

TEL 029-353-6581
FAX 029-353-6582
IP 050-3775-7455

たら・ればの話

事務長 澤村 享雄

宝くじがあたったら。試験に合格したら。などなど、皆さん考えたことがあると思います。最近の多くは、『コロナ禍が終われば何をしよう?』でしょうか。何度言ったことでしょうか? 僕の場合は、『この運動を頑張ったら、これを乗り切れば、美味しいものを食べよう』が最多登場です。食欲の秋と言いますが、僕の場合は、年中食欲と戦っております。コロナ禍で、今まで行ったことがない店からテイクアウトしてみたりしています。コロナ禍が落ち着いたら、実際に訪問してみたいお店が今では両手では足りなくなりました。

たら・ればの話はあまりするもんじゃない、と言われるますが、あえて今はいっぱいしてみませんか。そんな希望でもない、暗い話題ばかりになってしまいますね。

僕は調理師免許も持っていることから、料理やお菓子作りが趣味ですが、この頃、新たな料理に挑戦したりして、腕がさらに上がりましたよ。皆さんもコロナ禍だからこそその楽しみ見つけてみませんか。



6月から7月、久しぶりの外出のご利用者さまの様子と日常風景を写真に収めました。



正面玄関にて花火を楽しみました。職員も浴衣を着てみました!





デイケア日常の風景です。
 リハビリや余暇活動をそれぞれ
 楽しんで過ごされております。
 女性の方は、塗り絵やちぎり絵、
 男性の方はオセロや将棋・囲碁
 を楽しまれております。



読書の秋

～秋の夜長におススメの1冊



山寺 英世 様

「オリバー・ツイスト」

救貧院で生まれた孤児が主人公の話です。とても感動した小説でした。

自宅で出来る簡単リハビリ ～生活リハビリ～



生活リハビリとは、生活そのものをリハビリとして捉えることです。ポイントは、「適切な介助量」です！生活の中で「できそうなこと」「していること」を把握せず、全て介助してしまうと日常生活機能や身体能力が低下してしまいます。いつまでも住み慣れた環境で自立した生活が営めるよう、皆さんも生活リハビリに取り組んでいきませんか？

介護老人保健施設
通所リハビリテーション

小川敬愛の杜

電話 0299-56-7131
FAX 0299-56-7132
IP 050-3819-2878

オリパラと「みんなの楽園」

事務長 上村 こう

オリンピック・パラリンピックが終了しました。パラリンピックが日本で開催された事で報道などでも多くが取り上げられ、私たちはこれまで観る事が出来なかった様々な障害者スポーツの理解と、その楽しみについて知る事が出来ました。折しも多様性社会について、世界で気運が高まる中、私たち日本人にとっては大きくアドバンテージとなる事柄だったのではないかと感じました。

さて、本誌タイトルは「こころの楽園」ですが、先日理事長から「わたくし達福祉の仕事は、みんなの楽園、づくりを目指す事」とのお話をいただきました。「みんなの」というキーワードは多様性社会・共生社会、ダイバーシティに繋がり、そもそも福祉の目指して来たノーマライゼーション・インクルージョンに繋がるものに他ならないとも思えます。こんなコロナ禍の状況だからこそ、福祉に関わる私たちはオリンピック・パラリンピックの精神からも学び「みんなの」こころで、日々取り組んで行かねばならないと改めて思っています。

夏まつり

お神輿

金魚すくい

ヨサコイ

ヨーヨーすくい

夏祭りを開催しました!! お神輿に金魚すくい、ヨーヨー釣りに職員によるヨサコイ演舞を披露し、楽しんでいただきました♪ お昼は出店で作った焼きそば、焼き鳥等を食べていただきました。おかわりが出るほど大好評でした!!

ところてん突き



学習療法



体操



日常の様子

ご入居者さまの日常の様子です。

七夕に行事食を提供しました。
 今回は、ご入居者さまの前で天ぷらの出張料理を行いました。天ぷらの揚がる音と美味しそうな匂いがフロアに広がり、出来上がった揚げたてアツアツの天ぷらを氷の器に盛られたそうめんと一緒に、ご入居者さまに食べていただきました。
 大変喜んでいただきました!!



行事食紹介



お品書き
 二色そうめん
 天ぷら盛合せ
 (海老・茄子・椎茸)
 鶏つくねのピリ辛
 ソースがけ
 自家製ごま豆腐
 即席漬け
 フルーツ(すいか)



夏祭り

夏祭りを開催しました。輪投げやスーパーボールすくい楽しんでいただきました♪焼きそば・焼き鳥・かき氷などお祭りの縁日料理を食べていただきました!!

読書の秋

～秋の夜長におススメの1冊



沼田 武 様

「九十歳。何がめでたい」

筆者は私と同年代を生きた方。共感できる内容で大いに、生きる力をいただきました。

ご利用者さま作品紹介

鈴木 かよ様 黒羽 多恵子様



当施設では、ご入居者さまのリハビリとアクティビティを兼ねた、貼り絵等の作成を積極的に行っていただいています。

Hitachi_Kokufukan

介護付有料老人ホーム ケアホーム 常陸国府館

TEL 0299-35-5631
FAX 0299-35-5632
I P 050-3821-2179

感謝★□ケ地『常陸国府館』

施設長 磯崎 浩憲

この夏、映画「ケアニン」と全国老人福祉施設協議会がコラボして制作したショートムービーが、YouTubeで一般公開されました。全四作品(各二分程度)からなり、実話をもとにした介護施設が舞台の自然と涙が溢れてしまう感動作品です。

実を申しますと、この□ケ地は四作品とも当施設、『常陸国府館』なのです。また、当職員をはじめ町内の方々もエキストラで出演しています。撮影は五月、徹底した感染対策のもと、丸一日かけてホールや居室・中庭・建物周辺等を使用して行われました。

今回ご縁が重なって当施設をご利用いただきましたが、私たちも「モノ作り」の大変さや素晴らしいさを知る貴重な機会を得ることができました。改めて全国老協の皆さま、監督・撮影会社スタッフ・演者の皆さま、そしてご協力いただいた仲之内町の皆さま、本当にありがとうございました。

このムービーは、介護の魅力発信・イメージアップはもちろん、当施設のPRにも有効に活用していきたいと思っています。まだ視聴されていない方、ぜひご覧くださいませ。



📍 ケアニン
特設サイト

▶ 国府館名物『屋台村』の登場！夏祭り気分を味わいながら手作りのたこ焼き・どら焼き・ミニドッグ・チョコバナナ等々、7つの屋台からお祭メニューを召し上がっていただきました♪

夏の ハートピア・カフェ



🎤 ご入居者さま♥インタビュー

今回は「私が愛した俳優」と題して、ご入居者さまの心に残っている俳優をお聞きしました！！

上川隆也



▶ 演技が上手でドラマを観てるうちに好きになったわ！

LOVE



佐田 啓二

▶ 声がいいから大好きです♪

橋幸夫



▶ 顔がハンサムだし、とてもカッコいいから大好きよ！



読書の秋

～秋の夜長におススメの1冊～



須藤 豊子 様

「人生百年」

戦争経験者の私は、人生百年が当然になっている事について考えさせられた本です。

BLOGのご案内

▶『常陸国府館のブログ』は、現在、週2～3日のペースで更新しており、日頃より皆さまから大変ご好評をいただいております(´-`)★



今号の「夏のハートピア・カフェ」や「長寿と健康を祝う会」の詳細をはじめ、お誕生会などの行事やレクリエーション、日頃の体操や日常生活の様態など、誌面には掲載できなかった内容もたくさん紹介しています！ぜひご覧ください♪

縁

総務課 水野 眞里

私は地方公務員として三十七年間勤務して参りました。約四十年前は、住民票やその他証明書はじめ、全て手書きでした。そしてペンは、ガラスペンに墨汁を付けて書いていて、今で言うカルチャーショックを受けました。また、配給台帳もあり、「戦後何十年も経っているのに今時こんなことやっているんだ」と驚きました。過ぎてみればあつという間の四十年でしたが、その間にはバブルがあったり、ワープロの登場からパソコンに変わったり、ポケベルから携帯電話に、更にはスマホが主流になったりと世の中が大きく変わりました。

私は縁あってこの常陸国府館に勤務することになりましたが、知り合いのお母さんや、同級生のお父さんがいたりして、共通の話題があると話はずみです。今まで全然知らない人だったのに、ちよつとした事から点と点が縁で繋がるように、人と人との繋がりを感じる今日この頃です。時は変化し、古い物は忘れ去られますが、人と人との縁は何十年経っても続いていくことを改めて実感しています。今後も『縁』を大切にしていこうと思います。

profile

国府館での勤務
1年半・事務職
(O型・山羊座)
趣味：手芸全般
物づくり



TEL 029-251-1670
FAX 029-255-0880

地震・雷・火事・おやじ

園長 松尾 睦子

古くから世の中で恐ろしいものと言えば「地震」「雷」「火事」「おやじ」の四つの言葉をよく耳にします。これらは江戸時代から伝えられていることです。「おやじ」は「親父」ではなく「やまじ風」のことだという説もあるようですが、ともあれ突発的な災害の怖さを表しています。自然災害はいつ、どこで起きるかわかりません。また、人間の力では止めることもできません。しかし、予測して備えておくことはできます。

十年前の東日本大震災は、突然の大地震で多くの方が怪我をして、家や家族を失い途方に暮れました。私は今でも、あの時の光景や不安な気持ちを鮮明に思い出します。いつまた同じような大地震が起こるかわかりません。『もしも』の時に備えて命を守る準備はしておきましょう。電気やガスや水道、車が使えない生活を予想してみましょう。

自分や家族を守るため、必要な物が何かを考え、備えておくことは、とても大切なことです。出来ることから準備を始めましょう。

★ = ★ = ★ = ★ = ★ =
ドラえもん・ドラミちゃん祭り



① 段ボールに丸めた新聞紙を貼り付けて、ドラえもんやドラミちゃんの原形を作りました



② 障子紙を小さく切って、糊で原型に貼り付けました



③ ぞうぐみはドラミちゃん、きりんぐみはドラえもん絵の具で色を塗りました



④ みんなで作った山車を引いたり、盆踊りを踊ったりしました



野菜作り

ぞう、きりん、ぱんだぐみが育てた野菜を給食室で調理してもらいました。



歯みがき指導

栄養士さんから、上手な歯磨きのやり方を教えてもらいました。



スイカ割り大会

うさぎ、りす、ひよこぐみは、スイカのビーチボールで遊びました。ぞう、きりん、ぱんだぐみはスイカ割りをしました。



幼年消防クラブ員任命式

園長先生から任命証を受け取ったぞう、きりんぐみの園児達は、各クラスを回って火の用心を呼びかけていました。



読書の秋

～秋の夜長におススメの1冊～



青田 芽依 様

「はじめてのおつかい」

ひとりで頑張っておつかいができてすごいなあって思いました。



日常のひとコマ～保育園で素敵な笑顔を見つけました。





はーとぴあ 保育園石岡

TEL/0299-35-3101
FAX/0299-35-3102

本当の教育

園長 友水 芳子

日々の保育は、新型コロナウィルス感染拡大の影響を受け、職員とアイデアを出し合いながら、試行錯誤の保育である。

行事や保育の見直しをしている中、ある園児のおじいさまから「読んでみて下さい」と新聞の切り抜きをいただいた。

そこには、中学時代養護学級（特別支援学校）に入った方の体験が載っていた。

「悩みを抱えているのは自分だけではない」「弱さを持つ者同士互いを認め合う事が大事」「思いやりの精神を教えるのが本当の教育だ」と書かれてあった。

私たち保育士は、子どもたちに何を学んで欲しいのか…文字や数字は後からでも学ぶことが出来るが、優しい心や思いやりは幼少期の積み重ねで培われるものである。

労りや思いやりの精神を教えるのが本当の教育。原点に戻りなさいと言われたような気がしたのである(おじいさまに感謝です)。

思いやりの心は思いやりの心に接した時に学ぶことが出来る。保育理念である、園児一人ひとりの「こころ」を大切に、日々の保育を進めていきたいと改めて思った。

水遊び・感触遊び

七月、八月は子ども達の大好きな水遊びがありました。水遊びが出来ない日は、感触遊び等を取り入れ、今年の夏も楽しく過ごしました！

水遊び大好き♡



冷たくて気持ち良いね♪



昆虫観察

沢山の昆虫に興味津々な様子の子どもたち。図鑑を見ながらお友だちと話し合い、細かく観察していました。



ザリガニのハサミ
かっこいいね☆



大きいバツタを
見つけたよ!



1人ひとり
とても真剣ですね!

芸術の秋

「芸術の秋」という事で、子ども達が制作に取り組んだり、文字への理解を深めたりしている様子をご紹介します。

読書の秋

～秋の夜長におススメの1冊～



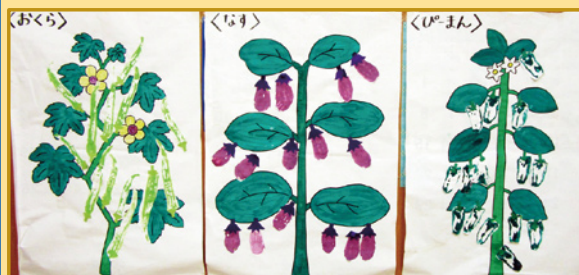
宇野 松雲 様

「消防車・パトカー123」

乗り物が大好きで、色々な種類の消防車やパトカーが載っているからです。



収穫した野菜を
スタンプにしたよ!





はーとぴあ保育園
桜ノ牧

TEL 029-305-1181
FAX 029-305-1180

絵本を身近に

園長 奈良部 倫子

保育園の玄関には、本に親しみ、興味をもってもらいたいと、小さな・小さな「図書コーナー」があります。保護者の方々も子どもの頃にきつと一度は目にした絵本、季節を感じられる本、しかけ絵本等が、数十冊おいてあります。

子どもたちが登園時、または降園時によく立ち止まり、絵本を開く姿をみかけます。(感染症対策で読む前にはしっかりと消毒をしてきていることに感謝しています。)ページをめくる子どもたちの嬉しそうな笑顔や、会話が弾む姿を目の当たりにするとこちらまでも、嬉しくなります。また、普段自分の気持ちを表すのが苦手な子ども絵本の前では、様々な表情を見せてくれます。私自身も子どもたちの様子を見て、次はどんな絵本を並べようかなとワクワクします。今でも幼い頃に出会った絵本は記憶にあり、買ってもらった絵本を大事な宝物にしています。

子ども達の笑顔・親子でのコミュニケーションのひとつとして大切な時間には是非絵本を加えてもらえたらと、思っています。

水戸市幼年消防クラブ発会式

【防火の誓い】

ぼくたち
わたしたちは
ひあそびをしません

一人ひとりが大きな
声で堂々と宣言する
ことが出来ました！

この度、ゆりぐみ・
ひまわり組の子ども達
が「幼年消防クラブ」
の一員になりました。

子ども達はいつもと
違う雰囲気緊張して
いる様子！

任命書もらった後
は、先生達に法被を着
せてもらいさらに気が
引き締まる子ども達
です。





なつまつりごっこ

子ども達も楽しみにしていた夏祭りごっこ。お神輿・射的・的当て・ヨーヨー・ボーリングとそれぞれ楽しく参加しましたよ！



手作りおもちゃ紹介



読書の秋

～秋の夜長にオススメの1冊～



澤山 梓 様

「こわめっこしましょ」

クラスで読んでいる絵本です。いろいろな顔が出てくるのが面白いです！

子ども達にボタン遊びを楽しんでもらいたいと思い、先生達で一つ一つ手作りました。子ども達も喜んでいました！





はーとびあ保育園桜の牧 朝の体操



はーとびあ保育園石岡 うんてい



はーとびあ保育園桜の牧 バルーン遊び



はーとびあ保育園石岡 マット遊び



はーとびあ保育園 ラジオ体操

編集後記

残暑厳しい日が続きますが、朝晩は肌寒さを感じる実りの秋となりました。
 秋といえば、スポーツ、行楽、食べ物が美味しい事と楽しみの多い季節です。また秋の夜長は読書の季節でもあります。今回、ご利用者さまが心に残った本をご紹介させていただきました。コロナ禍で外出もままならぬなか、皆さまも読書を楽しんでみてはいかがでしょうか？
 今後とも「こころの楽園」に、温かいご指導を賜りますようお願い申し上げます。

リハビリデイサービスはーとびあ 白井 由美子