

3CD ほっこり！ランチ de お鍋

2月半ばのとある昼食：3CDユニットでは、職員が腕に握りをかけた手づくりの豆乳鍋がふるまわれました。ユニークで和気藹々頂くお鍋に、身も心もぱっかぱか。「美味い！」「あたたまるね。」と皆様にも笑顔が絶えず、「お代わり！」の嬉しいリクエストも頂きました。

♪灯りを点けましょ ぱんぱりに♪ 雛祭りの歌と共に、女性陣の楽しげな笑い声がきこえきます。2EFユニットでは、ぬいぐるみでこしらえた雛壇、この日のために用意した甘酒、そして何とも可愛らしい雛菓子で桃の節句をお祝いしました。おやつの後は風船パレードで親睦を更に深めました。

4周年 午前の部

3月十四日、秋月で4周年感謝祭が行われました。

二月半ばのとある昼食：3CDユニットでは、職員が腕に握りをかけた手づくりの豆乳鍋がふるまわれました。ユニークで和気藹々頂くお鍋に、身も心もぱっかぱか。「美味しい！」「あたたまるね。」と皆様にも笑顔が絶えず、「お代わり！」の嬉しいリクエストも頂きました。

4周年 感謝祭！ 地域の方々を招いて…

無事に一日を終えることができました。尚、ご入居の皆様へは、ささやかながら行事食を提供致しました。普段中々食べられないお寿司や、タラの芽もたちを招いての縁日と子どもコンサート、午後は地域の方々をお招きしてのライブ喫茶をお楽しみいただきました。初めての企画でしたが、広報イベント委員を中心に皆で協力し合い、

H29.4月号

- ◆発行日◆H29.4.20
- ◆編集・発行◆ 社会福祉法人さわらび会 特別養護老人ホーム 秋月 広報委員会
- ◆住所◆177-0045 東京都練馬区 石神井台6-1-11
- ◆電話番号◆ 03-5935-8928

4周年 午後の部

左から… 川内麻紀さん(ピアノ)、さわらび会 会長、千石史子さん(ソプラノ)



職員紹介

今月は、4月入職の新入職員より三名の紹介を行います！

- ① 趣味・特技は？
- ② 子供の頃の夢は？
- ③ なぜこの仕事を選んだか？ 3つの質問に答えて頂きました。



生活相談員 奥野 智美

① 休みは、夏は海へ、冬は山に出掛けています。できるだけ温泉のあるところへ行き、日帰りでも温泉に入って帰ってくるのを楽しみにしています。若い頃は年中真っ黒に日焼けしていましたが、今はシミが気になるお年頃なので、日焼け対策をバッチリして出掛けています。

② 幼稚園の先生！ 幼い頃から人と関わるのが大好きでした。毎日遊んでいる幼稚園の先生が大好きで、優しくて、きれいで、大きくなったら先生みたいになりたいと思っていました。

③ いつも笑顔で接していくことを心掛けています。入居者様ご家族様が笑顔で過ごして頂けるように、それぞれの想いを伺いながら、各専門職への橋渡しをしていきたいと思います。認知症の方が、介護のかかわりで潜在能力を発揮できた瞬間を目の当たりにしたとき、この仕事をやっていてよかったです。



3CDユニット 有田 茜

① お休みは、フェスティバル参拝に励んでいます。怒られるかもしれないけれど、花や苔、壁などに触れるのが大好きで、いつも色々なところをそっと撫でて遊んでいます。

② 幼稚園の頃は、プリン屋さん、小学生の頃はNHKの歌のお姉さん、中学校の頃は養護教諭になりました。特に歌のお姉さんは絶対になりたくて、まずは宝塚女優になろうと本気で思っていました。高校生の時に、自分にどんな社会貢献ができるのかを考え、福祉の道を目指しました。大学の保育コースに進み子どものかかわりから命の大切さ、人が重ねていく時間の豊かさを学び、障害者施設での実習・アルバイト経験を経て介護の仕事を選びました。人間らしい感情を味わいながら、その人らしく、穏やかに生活していくことのお手伝いをさせていただきたいと思っています。



1日ユニット 浜田 大輔

① 休日は野球観戦を楽しんでいます。好きなチームより、選手一人ひとりの個性が好きなので、せっせと球場に足を運んでいます。



4月と云えば？ お花見、新生活、ゴールデンウィーク… 連想される言葉も楽しげです。元旦から数えるとちょうど100日目を迎えるのも4月半ばです！ 陽射しも風も心地よいこの時期を逃さず、たくさんお散歩にでかけたいですね。

施設長考

早いもので秋月も開設から五年目を迎えることができました。これもひとえに皆様方のご支援ご厚情の賜物と心より御礼申し上げます。

て頂いた全ての方への感謝の気持ちを忘れずに今後も、入居者様、利用者様、家族様、そして地域の皆様にも満足して頂けるサービスを提供していく所存でござります。

秋月も新年度に入り、フレッシュな職員を迎えるとともに、経験値などを踏まえ人事異動も行い新しく始動しております。少なからず不安やとまどいもあると思いますが、せっかく一緒に働くことになった仲間です。志を高く持ち、共に考え入居者様のためにも我々職員のためにもよりよい環境を作っていくたいと考えております。

年度末の三月には、様々な会議や研修、報告会などがあり、参加させて頂きました。それぞれ内容以上に勉強する良い機会になりました。人には、その人独自の雰囲気があり、その人の内面を醸し出す“目には見えないが、確かに何か感じるもの”があるんだな、ということでした。

アメリカ大統領であつたリンカーンは、『四十歳過ぎれば自分の顔に責任を持つ』との名言を残しています。人の顔や雰囲気は、自らが長い年月をかけて作り出したものであることを端的に語った言葉です。

- そこでご存知の方もいらっしゃると思いますが、東京大学元教授の原島博先生が、「顔訓十三ヵ条」なるものを発表しておりますのでご紹介します。

- 十一、人生の3分の1は眠り。
十二、楽しい顔をしていると、
寝る前にいい顔をしよう
心も楽しくなる。
人生も楽しくなる。

どっちの 料理 シヨー

in 秋月

皆様にとって、『楽しみ』といえば何ですか？季節を感じながらのお散步や旅行、気兼ねしない仲良しのお友だちとのお喋りのひととき、好きな音楽を楽しむこと、お気に入りのテレビ番組：色々挙げられると思いますが、身近な生活の中では「食事」の楽しみも大きいですよね。

秋月では、レクの中で手作りおやつや外食の機会を設けたり、パンバイキング、郷土料理やご当地おやつの献立など、お食事に関する様々な企画を行っています。美味しいものを味わう楽しみには、勿論最大限配慮しています。しかし、施設の生活の中では、日々の站立は前以て決められてしまうので、栄養バランスは整っていても、選ぶ楽しみという視点ではやや物足りない部分があるかもしれません。

そこで、秋月では月に一度、「選択食」——つまり自分の好きな方を選べる昼食というものを設定しています。



二〇四月に秋月にいらして下さったボランティアさんです。有難うございました！ またお待ちしております♪

ボランティアの皆様のご紹介

施設長考

早いもので秋月も開設から五年目を迎えることができました。これもひとえに皆様方のご支援ご厚情の賜物と心より御礼申し上げます。

開設から今まで、秋月に関わって頂いた全ての方への感謝の気持ちを忘れずに今後も、入居者様、利用者様、家族様、そして地域の皆様にも満足して頂けるサービスを提供していく所存でございます。

今年度末の三月には、様々な会議や研修、報告会などがあり、参加させて頂きました。それぞれ講師や司会の方の特徴があり、内容以上に勉強する良い機会になりました。人には、その人独自の雰囲気があり、その人の内面を醸し出す“目には見えないが、確かに何か感じるもの”があるんだな、ということでした。

アメリカ大統領であつたリンカーンは、『四十歳過ぎれば自分の顔に責任を持つ』との名言を残しています。人の顔や雰囲気は、自らが長い年月をかけて作り出したものであることを端的に語った言葉です。

今日何を思い、どう行動したか——その積み重ねがその人の雰囲気やオーラとなります。人に對して温かな思いを持つて行動している人は優しい雰囲気になり、人を責める思いが強い人はきつい雰囲気を出すようになり、自分を責める思いが強い人は暗い雰囲気になり、世の中に不平・不満を持っている人は、不満そうな雰囲気を作っていくたいと考えております。私も我々職員のためにもよりよい環境を作つていきたいと考えてお

- 「そこでご存知の方もいらっしゃると思いますが、東京大学元教授の原島博先生が、「顔訓十三ヵ条」なるものを発表しておりますので、紹介します。

一、自分の顔を好きになろう
二、顔は見られる」とによつて
三、顔はほめられる」とによつて
四、人と違う顔の特徴は、
　自分の個性(チャーム)
五、コンプレックスは
　自分が気にしなければ、
　他人も気がつかない
六、眉間にシワを寄せると、
　胃にもシワができる
七、目と目の間を広げよう。
八、口と歯をきれいにして、
　心おきなく笑おう
九、左右対称の表情作りを
　心がけよう
十、美しいシワと美しいハゲを
　人生の誇りにしよう

寝る前にいい顔をしよう
十二、楽しい顔をしていると、
　心も楽しくなる。
十三、いい顔、悪い顔は
　人から人へ伝わる
十一、人生の3分の1は眠り。
　人生も楽しくなる。

私自身も、自分の顔に責任を持ち、自信を持つことができるようになります。まずは毎日「いい顔」で、元気い挨拶をしていきたいと思います。

秋月では、趣味・特技を披露して下さったり、車椅子の清掃や洗い物・お散歩のお手伝い等に「協力いただけるボランティアさんを募集しております。