



第4号

星の郷

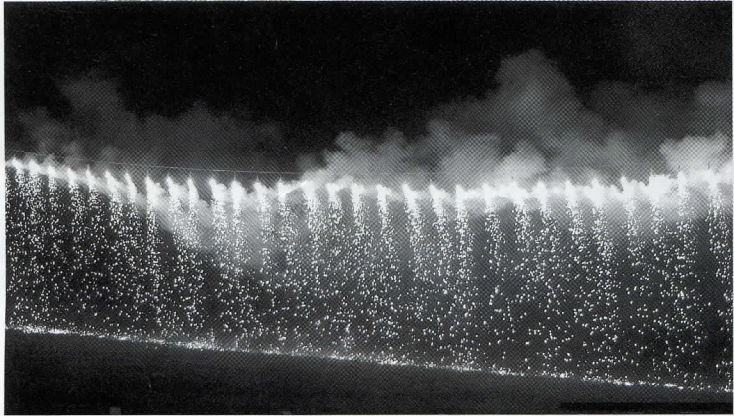
発行日 平成18年8月1日

発行 社会福祉法人富士宮福祉会
特別養護老人ホーム星の郷
〒418-0035 富士宮市星山字向原1058
TEL0544-23-3302 FAX0544-24-9564

七月二十六日

星の郷 花火大会開催

夏の星空の下
ナイアガラ、打ち上げ、手持ち、
楽しいひと時となりました。



言葉は生きている

施設長 土井 正孝

私事で恐縮なのですが、仕事柄大変多くの人達と話をいたします。この文章を書いている間にも、毎年行っている「職員全員面談」があり、八日間に約百二十人の職員と一人ひとり様々な話をさせてもらいました。

仕事や家庭での悩み・自分の身体の心配、利用者入所者への想い等々・・・普段は福祉職員として利用者入所者の相談や援助をする立場ですが、職員も人です。やっぱり様々な悩みや心配を胸に秘めているんです。私は今行っている面談も含め、誰かと話をするときは、自分が何を話し、どんな言葉を使うかによって相手の方との人間関係や仕事に大きな影響がでるものと思いが、常に話をさせていただいています。

言葉には、とてつもなく大きな力があります。たった「一言」が下手をすれば人生を左右してしまう場合もあります。同じ一言でも相手の方の心理状況によって良くも悪くも取られます。言葉とは非情に難しい生き物だと感じています。逆に言葉とうまくつきあいさえすれば、たえず良い方向へ生きて働いてくれるものだと思います。

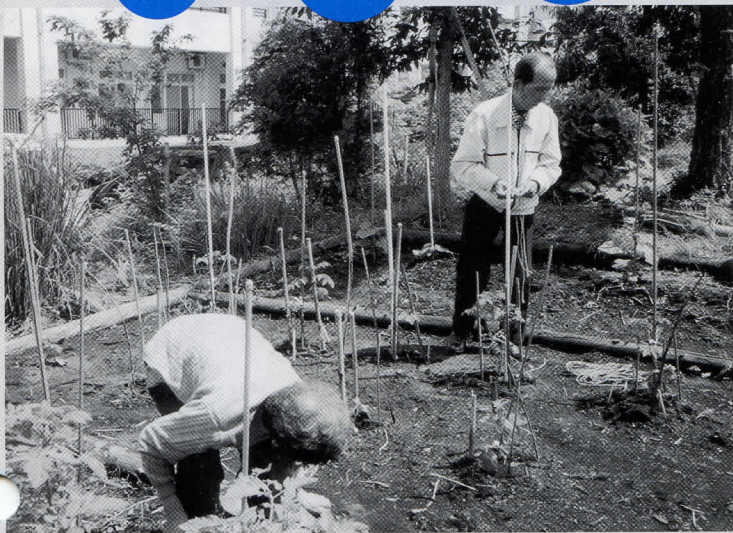
私たち福祉職員は、コミュニケーションを非常に重要視します。相手の方とのよりよいコミュニケーションを保つために、生きている言葉をうまく使いながら「言葉の使い方が上手な人」にならなければならぬと思っています。

デイサービスセンター

藤の花見学ツアー 下ノ坊



星の郷ファーム



5月23日、ゲストのみなさんに指導をうけながら星の郷ファームにミニトマトときゅうりの苗を植えました。土にふれ会話もはずみ、みなさんとても楽しそうでした。

6月には畑のまわりにすいせんの球根を植えました。きゅうりの苗は元気がなく、元気ができるようにお願いしながら、肥料をまきました。しかし…きゅうりの苗はなかなか育ちません。ミニトマトは現在たくさんの実をつけ赤くなり、収穫する時期をまっています。みなさんで育てたミニトマトはきっとおいしいでしょう。今後、秋に向け何を植えていくかゲストさんと検討中です。

それではまた、星の郷ファームの様子をご報告しま—す。

ホームヘルプサービス 利用者様の思い出…

訪問に伺うと、いろいろなお話しをさせて戴きます。その折、戦争中の苦勞話がよく出て来ます。今日はその中の内容を一部紹介致します。

この世の生き地獄 「東京大空襲」



伊藤 和子

私は、昭和二年に今の東京文京区の湯島天神の近くで生まれました。母は私が五歳の時、お産がもとでなくなり、西洋家具職人の父と、近くの山の内製薬に勤める姉と三人で暮らしていました。小学校六年生のとき太平洋戦争が始まり、これが私の波乱の人生の始まりでした。

「欲しがりません、勝つまでは」「一億一心」などが叫ばれ、若者は戦場へかりだされ、今の中学生くらいの子たちとちまで、女子挺身隊として軍需工場に徴用されました。わたしも十五の時、赤羽の軍需工場に高射砲の砲弾をつくる旋盤工に徴用されました。

ホームヘルプサービス

ホームヘルプサービス活動内容

- ◎散歩
 - ◎調理
 - ◎入浴介助
 - ◎洗濯
 - ◎食事準備
 - ◎食事の介助
 - ◎オムツ交換
 - ◎布団干し
 - ◎デイショートステイ
送り出し
 - ◎掃除
 - ◎見守り
 - ◎服薬管理(確認)
 - ◎病院受診付き添い
 - ◎薬受け取り
- いろいろやっています。
(生活全般)



村松美由紀

渡辺広美

遠藤由美

渡辺真弓

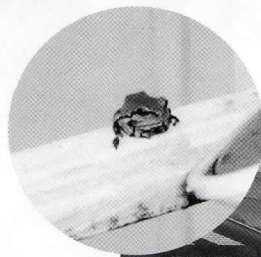
増田きふみ

田上尚美

今日は洗濯物
よく乾いたよね。



アツカえる!



これからお買物に
行きます。
今日は何を買って
来ますか?



いつもヘルパーさんが来るのを
外で待っていてくれます。
童心に帰ってなつかしんでいます。

前の年から米軍機の空襲が始まり、そしてあの二十年三月九日の夜がきました。十時半ごろ、突然不気味な空襲警報が鳴り響きました。家の近くの大きなみそ問屋の味噌蔵が避難所になっていたため、私は町内の人達と一緒にそこへ避難しました。

異様な爆音が近づき、たちまちのうちに見渡す限りの空も町も真っ赤になりました。B-29が超低空で飛び、大きな爆弾が空で破裂して小さな爆弾を撒き散らし、それがまた空中で炸裂して、粘ついた脂のような火の雨をふりまいたのです。いわゆる親子爆弾がはじけて、まるで花火の滝のように落ちてきたのです。家も町もあつという間に火に包まれ、火は風を巻き起こし、風は火をまわり、熱風で息もできず目も開けられませんでした。

中略

この戦争で、同級生や少女だった軍需工場の同僚、近所の人々など、たくさんの方が亡くなり、若者は戦場で命を落としました。はたち前後の乙女も、好きなひとが戦死したり、同年代が激減してついに独身をとおした例もたくさんありました。

戦争の悲惨さは、戦場だけではありません。罪のない人々の命を奪い、生活も青春も人々の幸せも奪います。そして終わった後も長く人々を苦しめます。

私の波乱の人生も、まだまだ続くのですが、あの戦争がなかったらと思わずにはいられません。

運動会

EF 富士 浅間 ユニット



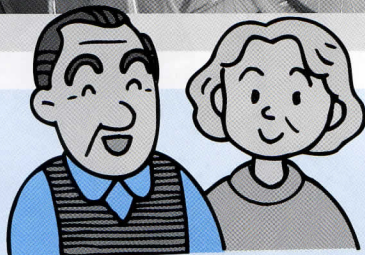
6月18日(日)EFフロアでは運動会を開催いたしました。はじめにラジオ体操で体をほぐして頂いた後、

フもとても感激しました。今後もゲスト様が喜んで頂ける企画を考えたいです。

EF各フロア代表ゲスト様に選手宣誓をして頂くと周りから「ワッ」と拍手と歓声が上がりました。競技が始まり運動会の曲が流れると皆様集中し、熱心に競技に参加されました。今回は、ボールリレー、玉入れ、車イス競争、パン食い競争の4種目を行いました。メインイベントのパン食い競争では、普段ゆっくりと歩くゲスト様がものすごい勢いで歩いて行ったり、あんぱんが取れた時には、本当に素敵な笑顔をして下さいました。皆様が運動会を楽しんで下さった様で、スタッ



GH 朝霧 白糸 ユニット



6月18日(日)、6月誕生会を兼ね運動会を開催致しました。競技は玉入れ、パン食い競争です。玉入れは、「あの籠に玉を入れるのか」「うまく入るかな」最初はちょっと緊張気味、でもすぐ笑顔で応援。パン食い競争も普段はおしとやかなゲスト様も声援に応え、とても楽しそうでした。日頃体を動かすことやお腹の底から声を出すことが少ないが、この日は短い時間でしたが、笑顔と共に喜び楽しさをみんな

唱でお祝い、スタッフはお祝いの気持ちの色紙に寄せ書きし、誕生月のゲスト様各自に渡し、笑顔が残る余韻の中、終了しました。



で感じました。運動会后誕生会に移りました。誕生月のゲスト様のご紹介、ハッピーバーディーの合



AB 湧玉 宝永 ユニット



大運

去る6月28日(水)ABフロアの大運動会が行われました。ABフロアは他のフロアとは異なり、Aフロアは特養、Bフロアはショートステイとなっております。普段なかなか接点のない両フロアのゲスト様が一体となり、リハビリとレクリエーションを兼ね、ゲスト様同士の交流を計る事を目的とし、行われました。

ゲスト様の中には、色々な仕事に携わってきた方達がいらっしゃいます。私達スタッフは、出来る限りゲスト様に合った得意分野を引き出し、色々な事に挑戦して頂こうと考えております。まず校長先生であったK様には、始めの言葉、終りの言葉など挨拶をお願いしました。昔を思い出したのが、長々と挨拶が続きなかなかマイクを離しません。他のゲスト様から「話しはそれくらいにして

どンドン次に進みなよ!!」「きっと結婚式の挨拶は長かったんだろうねえ!!」とそんな声が聞かれ、フロア中大爆笑、マイクを離さないK様にはそのまま挨拶を続けて頂き、プログラムは順調に進んで行きました。やはり一番盛り上がったのはパン食い競争です。食べる事には目がないT様は、その時に限ってお休みタイムだったらしく、車イスでスヤスヤ、半分眠りながらのパン食い競争でした。

全員参加に意義がある!! 皆様とても楽しまれた大運動会でした。最後に、来年も又元気な姿で全員参加する事を約束し、無事に大運動会を終了しました。



CD 貴船 木ノ花 ユニット



6月25日(日)運動会。T様の選手宣誓で始まり、お互いに助け合いながらパン食い競争、玉入れ。普段交流の少ないCフロア、Dフロアの皆様の入り乱れての競技に笑顔、歓声で楽しく盛り上がり、競技後のおやつ時間も、戦利品のパンと主任差

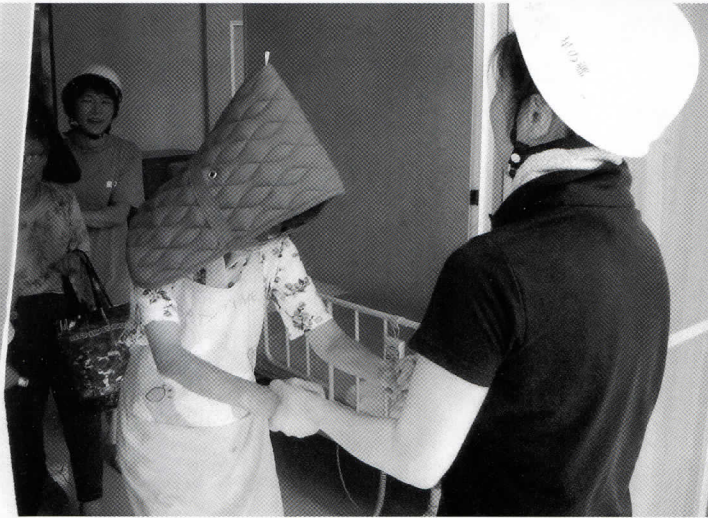
し入れのジューズ・牛乳で、いつものおやつと違った興奮した雰囲気の中で楽しく食されていました。

全員参加の楽しい運動会でした。



防災訓練

7月26日
水
防災委員会



星の郷では、いつ起きるかわからない災害に備え、いろいろな防災活動に取り組んでいます。

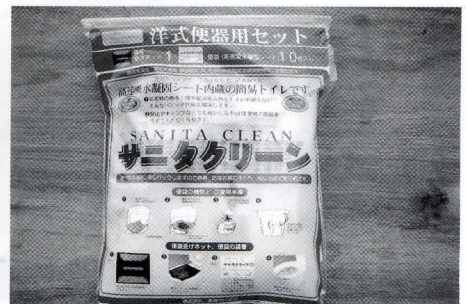
一例として、春期の防火訓練、秋期の防災訓練を毎年実施しています。これには職員はもちろんのこと、入所者の皆様にもご協力していただき、内容の濃い訓練になっています。

また、防災倉庫にはいろいろな防災用品が備蓄されており、万一に備えております。今後、さらに充実した防災対策に取り組み、地域の防災の拠点となるよう頑張っていきます。



防災用品

カンパン・釜めし・ごはん・おかゆ・飲料水等の非常食、防災頭巾・防災用テント・簡易トイレ・投光器・水中ポンプetc



夏の健康

夏バテしない食事 栄養士

こんにちは。 今に比べて食べると、利用
暑い時は食欲 効率が高まります。
低下が心配で 「季節の野菜や果物をとり
ます。食欲増進 ましょう」

には、香辛料を利用したり、 「適度な水分をとりましょ
う」

さんを迎えたりなど、暑 高齢になると、水分摂取
気を変えることで食欲が湧 量が減り、脱水症状の危険
いたりします。 が高まります。水分補給は
夏バテしない食事のポイ とても大切です。ただし、
ントを紹介します。 飲みすぎると胃液が薄くな
り、消化力が落ちてしま
います。

「食事はきちんと三食食べ
ましよう」

食事回数が減ると、一日
に必要な栄養素が摂りきれ
なくなってしまうです。

「油を上手に利用しましょ
う」

油は、効率の良いエネル
ギー源となります。上手に
利用しましょう。

「良質のたん白質とビタミン
B2をとりましよう」

たん白源は、肉・魚介・
大豆・卵・牛乳などに多く
含まれます。ビタミンB2は、



水分をこまめに 医務室

梅雨も明け本格的な夏が
やってきました。皆さん夏
バテはしていませんか。夏
バテと言うと「だるい・食
欲低下」等の症状が一般的
ですが、食欲低下の原因は
暑さだけではありません。
暑いからと言って冷たい飲
み物をたくさん飲むと胃液
が薄められ食欲が湧かなく
なります。一度にガブガブ
飲むのは避けたいですね。
では一人人間は一日にど
のくらいの水分が必要にな
るのでしょう。人間の身体
は60%が水分で占められ、
それを維持する事によって
生命が保たれています。一
日の水分量として固形食中
に600ml、飲水（汁物含
む）1500ml、その他2
00ml合計2300ml程必
要です。排泄量としては不
感蒸泄700ml（皮膚・肺
からの蒸発）大便中100
ml、尿量1500ml合計2

300mlです。普通に食事
が摂れ特別な水分喪失がな
い状態で飲水量と尿量等
しければ体内の水分は一定
に保たれていると判断しま
す。
汗をかきこれからの季節
は、知らないうちに脱水状
態になっている可能性があ
ります。こまめに水分を摂
り暑い夏を元気に乗り切り
ましようね！

67



大石クラ様 百歳おめでとう

祝



明治三十九年七月六日富士市原田にて出生。結婚し八人の子を産け子育てに忙しい日々を送る。高齢になり孫家族と同居するが、星の郷開設時入所される。手に軽いしびれを訴えてはいるものの、同フロアの仲間と励まし合いながら、マフラーやかごを編んでいた。

昨年体調を崩したが、ご家族様のご協力を得る等して回復し、目出度く百歳を迎えることが出来ました。当日、富士宮市長が長寿のお祝いに施設を訪れ、寿司と記念品を贈呈。ご家族様とフロアの仲間達と職員で長寿のお祝いをしました。

相談員

日々ご利用者様の顔を見て

ご利用者様には、日々笑顔で過ごして頂きたいと言いつ思いもあり、声をお掛けする時も笑顔がみられる話し方をしようと心がけておりますが、なかなか思つようには笑ってもらえないものです。私達専門職が関わってももらえない笑顔、を唯一簡単に見せてくれる相手が、家族・身内・友達なのです。その方達が面会に来られた時の利用者様の顔をみると、私達が見たこと

もない笑顔をみせているのです。ご家族様もお忙しい日々を過ごされているとは思いますが、少しの時間でもご利用者様に顔を見せに来てもらえると喜んで頂けると思っています。

お盆も近づいてまいりましたので、面会・外出・外泊の機会を是非お考え頂けたらありがたいと思います。

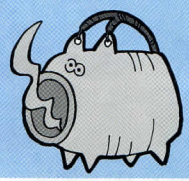
編集後記

いつになっても明けない梅雨空を見上げては、“早く海に行きたいな〜”と溜息をついています。そーいえば日曜日の度ごとに雨なので、ことごとく町内の行事が中止になっている事を思い出しました。

梅雨が明けたら、仕舞い切りになっていた着物を土用干ししようと思っています。

今第4号季節の話題を中心に盛り込んでみました。

今回は秋祭り特集号となります。



編集スタッフ

- | | | | |
|----|----|----|----|
| 渡辺 | 原田 | 赤池 | 立古 |
| 箕輪 | 吉野 | 岩佐 | 土屋 |
| 磯野 | 天野 | 小糸 | 小松 |
| 森山 | | | |

秋祭り

開催のおしらせ

毎年恒例となっております夏祭りですが、今年は星の郷開設5周年にあたり、開設記念日にあわせて秋祭りを開催する事となりました。今現在、決まっている事をいちばん星をご覧の皆様へ報告致します。

日時：10月1日(日)午後1時30分～午後3時30分
場所：特別養護老人ホーム星の郷駐車場

以上ですがこれから催し物、模擬店など検討し、入所されている皆様、および星の郷を利用されている皆様に喜んで頂ける内容にしていきたいと思ひます。また、ご家族の皆様、地域の皆様、ボランティアの皆様にご協力をお願いする事となりますが、よろしくお願ひ致します。

秋祭り実行委員長 樋上貴之
星の郷職員一同