

★ いちばん星

第 7 号

星の郷

発行日 平成19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



画 高柳 忠

少子高齢化について

施設長 土井 正孝

先日、インターネットで日本政府が取組んでいる「少子高齢化対策」の要旨を一通り読んでみました。

各省庁、様々な政策を打ち出してなんとか少子高齢化に少しでも歯止めをかけようとしているようですが、いまひとつインパクトに欠けるというのが私の感想でした。

その中でも、「国民の皆様よりご意見を募集しています」との項目があり、広く意見を募集すると思っただら条件がありました。「ただし、次の2項目についてご意見をお寄せ下さい」とのこと。一つは「放課後児童クラブ」について、そしてもう一つは「大学等の奨学金制度」についてでした。これには正直空いた口がふさがりませんでした。これから子供を生もう生みたいと思っっている人達が、大学の心配をするんでしょうか？小学生になったら児童クラブへ通わせようなんて真剣に考えるんでしょうか？

2005年の国勢調査によると、日本の総人口は約1億2776万人でした。年齢別にみると、65歳以上

の人口は2567万人。総人口に占める割合は20・1%で5人に1人は65歳以上ということになります。

65歳以上の方を支える人口は、8457万人（15歳以上65歳未満）ですから、3・29人で1人の65歳以上の方を支えている計算になります。

これが、約40〜50年後になると、どうなるのか。人口問題研究所によると2046年には総人口1億人を割り込み2055年には8993万人になるといわれています。65歳以上の人の人口は3646万人、支える人の人口は4595万人になり、1人の65歳以上の方を1・26人で支える計算になります。

先行き暗い数字にみえたでしょうか？数字だけ追うと確かに大変だなあという感想をお持ちの方もいらっしゃると思います。

私あたりが、ここで少子高齢化について意見を述べても仕方がないので、遠慮しますが、ただ一つだけ……歳を重ねることが、これらの数字だけをみると迷惑を掛けるような気がします。そんなことはありません。家族の愛を深めましょう。家族の愛を深めれば子供も自然に増えるでしょうし、おじいちゃんおばあちゃんも、たくさん孫・曾孫と廻りあえますよね。

歳を重ねることは「いいもん」です。

デイサービス



笑顔がほころぶ
藤の花

デイサービスでは毎月様々な催しを計画し、御利用者様に楽しんで頂いてあります。

四月 富士宮浅間大社まで花見に出かけました。桜の花の下で春の日差しをいっぱい浴びながら思い思いに手を合わせ祈願される姿がみられていました。その後お宮横丁に立ち寄りました。おだんご、甘酒、お汁粉など召し上がりながら会話も弾み楽しい一時を過ごして頂けたようです。

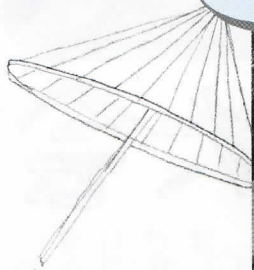
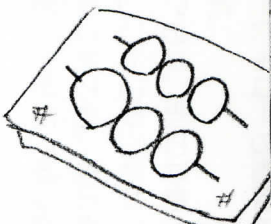
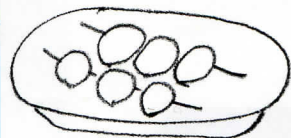
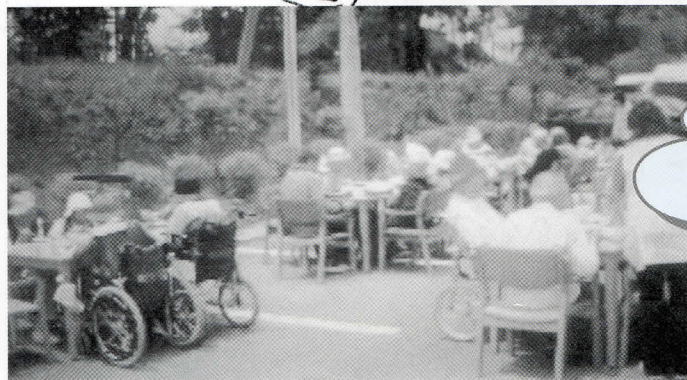
五月 下の坊へ藤の花見学に行ってきました。車を降りると、藤の花の香りに出迎えられ、歓喜の音が聞かれています。散策していると、土の中から顔を出した竹の子に「あつ、竹の子」と思いもよらぬおまけもあり、笑いの渦の中、藤の花見を満喫して頂きました。

六月 さわやかな風に吹かれ、青空の下での昼食会。普段はおかわりされない方も外での食事に食欲も増し、沢山召し上がって頂く事が出来ました。これからも皆さんに喜んで頂けるような企画を考えたいと思います。お楽しみに！

桜の木の下で
ハイポーズ。



デイ恒例野外食事会
「外での食事、
おいしいなあー」



AB ユニット 湧玉 宝永

運動会

六月吉日。あいにくの雨の中運動会を催させて頂きました。事前にご家族の方々の協力を仰ぎ「観て・食べて・体を動かして」のスピーカーの元大変にぎやかな催し物となり、有り難うございました。開会の言葉・選手宣誓と利用者様の力強い言葉で始まった運動会。まずは、ラジオ体操です。椅子に座りながら一生懸命に聞きなれた音楽にあわせて、手足をキビキビと動かしている方や盆踊りのような動きの方。皆様自分のテンポで楽しんでおられました。次は玉入れ。抱えきれない程の

お手玉を、職員手作りのかごに必死に投げ入れ、また、職員が届かない方のそばにかごを近づけているのを見つけては、いっぺんに入れてしまう方、逃げる職員など、和気あいあいと笑いの絶えない競技となりました。

メインイベントのパン食い競争では、生き生きとした表情、素早い動きでパンを手にいれようと、我れ先にと動かれる方々に驚かされ、取ったばかりのパンを早速頬ばり、満足げな利用者様に、来年もこの競技は入れようと職員同志で話し合いました。参加賞のお菓子やメダル授与で運動会はお開きとなりました。



CD ユニット 貴船 木花

BQ大会

六月六日施設内芝生にて、バーベキュー大会を行いました。前日まで、天気が悪く雨がパラついていましたが、皆さんの普段の行いが良いのか、当日は雲一つない晴天に恵まれました。

バーベキューの内容はというと、なんとあのBリーグランプリ（B級グルメ日本一決定戦）で二回優勝した富士宮ヤキソバと豚汁であります。つい先日6/3富士宮浅間大社で大会があったばかりです。私も行ってみたくですが、すごい人とテレビ局もたくさん来ていて大混雑でした。話がそれてしまいましたが、その大会に負けなくらいバーベキューも大盛り上がりでした。利用者さんからも

「おいしい」「味付けがいい」「こんなうまいもの初めて！」「外で食べるなんて最高!!」

と、お誉めの言葉、喜びの言葉をもらいました。

「私、昔、ヤキソバ屋やってたから懐かしいよ」など昔話にも花が咲き、みんな終止笑顔でした。

「また、やってちょうだい」「今度また楽しみにしていますよ」「この歳になって青空の下で食べれるなんて夢みたいありがとう」

との声大多数に企画した私は、感激のあまり涙がポロポロ…介護職やってて良かったなと改めて感じました。

今後皆様にも喜んでもらえる企画を立てて行きたいと思しますので、ご期待下さい。

次回は、お好み焼きパーティーかな？



美女三姉妹

EF 富士 浅間 ユニット

舞踊大会



六月十一日(月)、EFフロアにて市川会の皆様による踊りが披露されました。EFフロア、S様のお知り合いである踊りの先生が、お弟子さん達と一緒に踊りました。ゲストも期待し、早く踊りが始まらないかと待ち遠しい様子でした。

頬っぺりをして、おどけたしぐさの「安木節」では、唄に合わせ、DJヨウをすくうまねに思わず笑顔がこぼれ、笑い転げているゲストもいた程です。

熊本地方の民謡である「おてもやん」では、頬に赤いシールを付けて、黄八丈の着物を着て踊っている姿に、いつも無表情なH様が「かわいいね」と優しい笑みを浮かべていました。「無法松の一生」では、拍手喝采で会場は、とても盛り上がりました。

最後に踊りの先生たちとゲストが握手を交わし満足そうでした。昔の懐かしい踊りを見て、青春時代の楽しい思い出に浸った、ひとときを過ごせたようでした。



GH 朝霧 白糸 ユニット



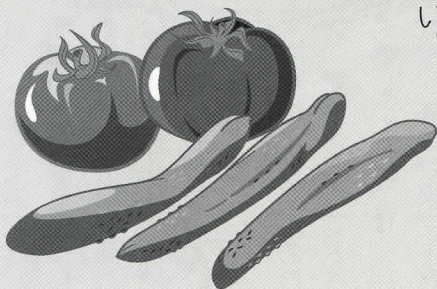
新緑の季節を迎えた五月、岩本山公園に遠足に行ってみました。公園内は調度バラの花が見ごろでした。バラをバックにGH美人さん方、「ハイポーズ」天気にも恵まれとても楽しい時間を過ごしました。

六月には、男性陣がジャスコに昼食を兼ね買い物に行つて来ましたが、食欲旺盛で食べっぷりがとても気持ちよかったです。

また運動会も行いました。パン食い競争は個人戦です。目の色が輝いていましたよ。パン美味しかったですか。

我がGHフロアのゲスト様、星の郷最高齢百才のゲスト様を筆頭に元氣ハツラツで毎日を過ごしております。

そうそう、この間植えました、トマトとキュウリの苗もだいぶ大きくなってきました。夏の収穫の際には各フロアに声を掛けますので皆で遊びに来て下さい。



栄養士から

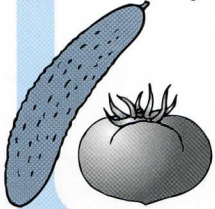


こんにちは。暑い季節になりました。

夏は汗をたくさんかきます。水分補給をこまめに行いましょう。

一般に高齢になるほど、体は水分を保ちにくくなります。腎臓の働きも徐々に衰え、尿の濃縮力も弱くなり、老廃物の排泄に、より多くの水が必要とするようになります。ですから、汗をかいた時は、意識して水分をとり、脱水には十分に注意してください。また、多量の水を一気にとると、体の塩分バランスが一時的に狂うことがありますから注意しましょう。

畑でとれたトマト・胡瓜などを冷やしておいて、生でおやつに食べることも、水分補給になります。食欲のないときなどは、マヨネーズをつけて食べることで、エネルギー補給にもなります。果物を食べることも、水分補給になります。糖分とビタミン類も一緒にとれます。毎日いろいろなものを食べて、元気に過ごしましょう。



年間行事

4月 お花見会

5月 遠足

6月 運動会

7月 七夕

8月 七夕・花火大会(8月7日)

9月 敬老会(9月17日)

10月 秋祭り(10月14日)

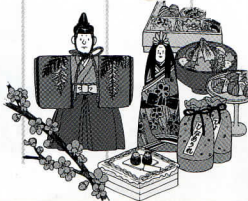
11月 文化祭・紅葉狩り

12月 クリスマス会・忘年会

1月 新年会

2月 節分(豆まき)

3月 ひな祭り



毎月一つずつ行事を計画しておりますので、大勢のご家族様にも一緒に参加して頂き、楽しい時間を過ごして頂けたらと思っております。

編集後記

八月に入り夏真っ盛りですね。私たち星の郷職員一同、汗びっしょりになりながら、利用者様に満足頂けるよう努力していますが、皆様、体調の方はいかがでしょうか？早く過ぎやすい季節になると良いですね。

さて、今回より広報誌「いちばん星」を作成するメンバーが新しくなり、表紙も一部リニューアルさせて頂きました。星の郷での生活を、より身近に感じて頂ける様に、利用者様の作品を掲載させて頂きました。皆様に親しまれる紙面作りを、今後も目指していきたいと思っておりますので、これからも「いちばん星」をよろしくお祈りします。

編集スタッフ

佐野恵里子 安部川陽子
森山由紀子 天野 昭子



ボランティア紹介

書道クラブ



書道クラブの講師は、富士市にお住まいの、若田先生です。もう、三年もボランティアでご指導下さっております。書いた作品に、毎回朱墨で沢山の花まるとコメントを必

ず添えて下さっております。書道クラブが発足した当初は、「下手で嫌だよ、八十の手習いだね」とおっしゃって参加なさっていた方が、今では「ボケ防止よ」と納得のいくまで作品を書いていらっしやいます。先生は、皆さんのひとり言に、言葉を返して下さることも優しい先生です。月一回ですが、先生が来て下さる日を待ちわびております。各階の廊下に作品が展示してありますので、花まるとコメントも合わせてお読み下さい。