



社会福祉法人 北星会 〒626-0033 京都府宮津市字宮村1277番地
TEL：0772-22-0320 ホームページ：http://www.hokuseikai.or.jp/
FAX：0772-22-8477 Eメール：info@hokuseikai.or.jp

謹んで震災の

お見舞いを申し上げます。

去る三月十一日に発生しました東日本大震災により被災されました皆様にご健康と行方不明者様の一日も早い発見そして復興を心よりお祈り申し上げます。

東日本大震災の発生後、天橋園にも玄関に義援金箱が設置され、集まった義援金のうちの一つを尾上久美さんが園の代表として先日京都府受付窓口を通して日本赤十字社へ届けて来ました。また、天橋園の玄関付近



京都府受付窓口へ義援金を手渡す尾上さん



皆が心を込めて、ひとつひとつ作りました

には、デイサービス利用者みんなで作った「がんばろう日本!!」のちぎり絵横断幕が掲げられました。

微力でも集まればきつと大きな力になる。小さな力ではありますが、被災地復興の一助になればと思つて

います。

歌手の松山千春さんはこう言いました。

『知恵がある奴は知恵を出そう！力がある奴は力を出そう！金がある奴は金を出そう！「自分は何も出せないよ：」っていう奴は：元氣出せ!!』と。

私たちがもかつて台風によつて被害を受けました。多くの方々の助けを得て今日の日常を取り戻しています。被災規模の差こそあれ、被災地の方々の気持ちは解るはず。一人一人が少しずつの「何か」を出し合つて、復興への支援をしていきましょう。

(太田博士)

吉岡均二先生 長い間お疲れ様でした

天橋園嘱託医を退任
天橋園嘱託医の吉岡均二先生が、五月末をもって退任されることとなり五月十九日にその説明と後任の山根行雄先生の紹介をされました。

吉岡先生は、特養天橋園が開設された昭和五十二年以来、三十四年もの間、利用者の日々の健康管理はもとより、時には昼・夜を問わず駆けつけていただくなど、利用者の皆様が安心して暮らすためになくてはならない存在でした。

吉岡先生は、「今後はここに居られる山根行雄先生におまかせしましたので、皆さん安心して下さい。今後もいつでも天橋園に来ますよ。」と笑顔で話しかけ、利用者の方々も安心のご様子でした。

(小奥光朗)



利用者に説明をする
吉岡先生(右)と山根先生(左)

暮らしに楽しみを… 天橋の郷利用者、趣味悠々

午後のひと時を作品作りや楽しい会話で充実した時間を過ごしていただきたい。

いつもと違う場所で、いつもと違う顔ぶれで、同じ趣味を持った仲間と楽しみを共有し分かち合っていたらいい。そんな思いを持ってサークルを立ち上げることにしました。

各ユニットでの日常の暮らしから一歩踏み出し、少しおしゃれをして、ワクワクしながら月に一度のサークル活動に参加される入居者の顔は、いつも少し緊張気味です。

まずは挨拶から、「どうや元気やったか?」「ここに来たらあなたと会えると思って来たんや」「前に作ったのは部屋の壁に飾ってあるし見に来て!」など、そんな挨拶が飛び交えば、朗らかな笑い声が響きます。

まずは新聞紙を再利用



素敵な作品が出来ました。中上サヨ子さん(90)

「この人と同じ模様のはもうないの?」と皆さん材料を吟味しながら準備を始めます。いよいよパーツを一つずつ台紙に貼り付けていきますが、ここでも個性が光ります。

お渡しした材料では物足らず、自分で新聞紙を切り抜いて独自の作品を作る人、見本の作品と自分の作品を見比べ、そっくりに出来ないところがっかりする人、自分の感性で思いのままに貼り付けていく人、それぞれに集中して作品に向かう姿は、真剣そのもの。できあがった

た作品を手に「どんなのができたん? わく素敵やん!」「私のも見て! ええやろ!」とまた会話が弾みます。「来月は何をやるん?」とスタッフに聞かれる入居者の目が輝いている事に、スタッフも喜びを感じる活動となりました。

苔玉作り

小さくて大きな楽しみ

五月のあるおだやかな昼下がり、天橋の郷シヨートステイの昴ユニットにて、苔玉作りが行われました。



自分好みの組合せを選びます

そんな思いは少し叶ったかな:と五ヶ月経って感じています。

新聞紙を再利用したちぎり絵サークルの他にも、ボランティアさんを講師に迎えた押し花教室・懐かしい映画を楽しむ映画サークルも始まりました。今後も入居者の皆さんに生きがいややりがいを持って取り組んでいただ

施設周辺で探してきた、スズランやオリヅルラン・ユリ・ビオラ等の草花を思い思いに組み合わせ、それらの根の部分丸く土(けと土)で覆って、最後に苔でくるんで器に乗せれば完成です。

「こんなんでできるんやろか?」「大きさはどんなものが良いやろ?」「私は見るとるし、あんたしいな」など様々な声が飛び交う中、見学の人も含めると十二名の参加で、にぎやかな楽しい雰囲気が始まりました。

「スズランが入るとやっぱり可愛いわあ。お土産

けるよう、ニーズを把握しながら新たなサークル活動を進めていきたいと考えています。(水谷 暁)



季節に合わせたカラフルな絵柄が楽しい

にしたいわ」と好みの組み合わせに手を伸ばす人、終始笑顔で黙々と作りあげる人等々:。出来上がった苔玉は、虹ユニットと昴ユニットに彩りを添えてくれます。

「次は何をしたいですか?」「という職員の問いかけに「やっぱり土や花を触ったり、見たりするのは楽しいわあ。今度は私もしたいわあ」という皆さんのお言葉に答え、次回は楽しく簡単に出来るフラワールンジメン

トを予定しています。(水谷 暁)

「きんとく畑」開園？

収穫が待ち遠しいなく

なぎさ苑では三名の相

談員がそれぞれの利用者の入苑から退苑まで関わり、在宅復帰施設・在宅支援施設として、相談業務や施設ケアマネジメントを行っていきます。しかし日々の業務に追われ、なかなか個別に関われな

のが課題でした。そこでこの春から利用者と一緒に畑作りをしよう一念発起！家庭菜園を少ししたことがある程度の三名は、本を持ち寄り一から勉強！

「畑は荒れ放題になってるよ」「まずは土作りから始めないと」と鍬を持って向かいましたが、放置状態だった畑は雑草だらけで作業は想像以上の重労働！でも土を耕していると日々のストレスも飛んでいくような気がするのは、農耕民族のDNAが呼び覚まされているか



海を見ながらの農作業です

その後、苗は順調に成

ようやく草取りも終わると、畝を作って一緒に植え付け作業開始！

サツマイモ・かぼちゃ・ピーマン・きゅうりにト

マトやっぱりスイカも外

せないなくと欲張って色

んな苗を準備。「芋は立て

て植えたらあかん、寝か

せて植えな」と飛び交う利

用者の声。やっぱり熟練

のお年寄りにはかないま

せん。

その後、苗は順調に成

る。

育。一緒に草も成長！収穫を楽しみに、利用者と一緒に作業に励んでいます。そうそう、畑の名前は「きんとく畑」。響きが可愛いでしょ！由来は地名から。なぎさ苑のあるこの辺りの浜は、昔「金特浜」と呼ばれていたそうです。なんだかご利益がありそうですね？

(松村博志)

唾液マッサージの紹介

なぎさ苑

言語聴覚士 芝

修

人は歳をとるにつれて唾液の分泌が減少します。このため、口が乾く、話しくい、唾が出にくくうまく飲み込めない、味が分からないといった問題が生じることがあります。

これを「口腔乾燥症」といいます。予防するためには水分を十分に摂ることに加え、唾液がよく出るようにするマッサージが効果的です。一日三回程度行くと効果的と考えられています。自分でできない時は介護者が行うとよいでしょう。



表彰式

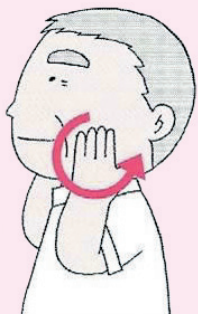
いつも安全運転で
5/18 宮津警察署にて

春の交通安全運動たけなわの中、天橋園と与謝の園の両施設が、宮津交通安全協会から表彰されました。これは「交通マナーを高める事故防止コンクール」

に取り組み、永年にわたる無事故・無違反を達成した事業所に贈られるものです。日々、公私共にハンドルの握る機会が多い私達ですが、これからも心にゆとりを持って、事故のない社会を目指していきたいと、決意を新たにしました。

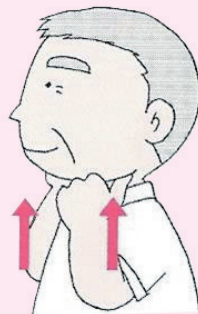
(小牧寿津子)

①耳下腺のマッサージ



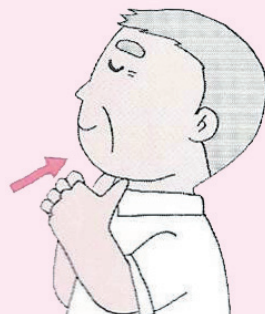
人差し指から小指まで4本の指を頬に当て、上の奥歯あたりを後ろから前に向かって回す。

②顎下腺のマッサージ



親指を顎の骨の内側の柔らかい部分に当て、耳の下から顎の下まで順番にゆっくりと押す。

③舌下腺のマッサージ



両手の親指を揃えて、顎の真下から舌を突き上げるように、ゆっくりと押す。

※痛くないよう、やさしくゆっくりと行ってください。

ニューフェイス 快適走行中



安心・安全走行でお迎えします

まだ小雪がちらつく三月八日(大安)はまなす苑に待望の新車がやってきました。

以前使用していたワゴン車は老朽化が進み、エアコンが効きにくくなっていました。後部シートの窓の閉まりが悪く冬場は隙間風が入り、利用者から「寒い」との声もあがっていました。また外装の至る所に錆が出ているなど送迎にも支障が出ていました。今回公益資金による競輪補助事業の助成を受け、購入の運びとなりました。

新車の色はシルバーで、横には大きな競輪のイラストが書かれています。

車のナンバーはズバリ

「はまなす 8072」です。

以前の車よりも手すりが多く付いており、明るい目立つ色で持ちやすくなったので、「乗りやすいなあ」「きれいで気持ちがいいわ」などとなかなか好評です。

四月になり桜が咲き始めたので、ポカポカ陽気の気持ちよい日差しを浴びながら早速加悦SL広場裏まで花見ドライブへ。乗り心地の良い車内では「暖かくて気持ちがいいわあ」という声も上がり春爛漫のドライブを満喫してきました。

現在「新はまなす号」は送迎やドライブに大活躍中です。(水谷 暁)



快適ですと飯尾しまさん(98)

体感型

ゲーム機導入

天橋園デイで、利用者興味津々



この度、天橋園デイに新型ゲーム機を導入しました。

その名も「ザビックス」。専門家と共同で開発され、スポーツのプロや医療機関からも高い評価を受けているという商品です。

全身を効果的に使うことによる生活習慣病の予防や、脳の活性化、運動神経の向上などが期待でき、ゲーム機というよりも健康器具のようなものでしょうか。

今回はゴルフゲームにトライ。ゲーム機といっても難しい操作は一切なし。使ってみた大松さんは「昔そこの打ちっぱなしによく行ったんを思い出すなあ」と楽しそうに

話してくれました。少し前まで近所に打ちっぱなしのゴルフ練習場があったんです。足しげく通われたそう。

本格的な映像に、本当にゴルフ場をラウンドしている気分になります。これで天気も気にせず、運動できますね。

(太田博士)

完成しました!

与謝の園で、スプリンクラー設置工事

平成二十二年度の事業目標『利用者一人ひとりの「安心・安全・安楽な生活」の実現』のもと、

昨年十二月より着工しました京都府介護基盤緊急整備等特別対策事業補助金によるスプリンクラー設備整備工事が、三月に完成しました。

特養施設全館に及び三月月という長い工期で、利用者様・家族様には、大変ご迷惑をおかけしました。



素晴らしいスイングの大松守さん

スプリンクラーが導入され「火災対策」も心強いものとなりましたが、園長が、日頃から言う「災いは忘れた頃にやって来る」を念頭において、安心と安全に取り組んでいきたいと思えます。(小牧寿津子)



杭打ち作業中