

八瀬の里だより

協力  社会福祉法人 芳清会

■発行 社会福祉法人芳清会 理事長 岡田 留美
〒350-1172 埼玉県川越市大字増形164番地
TEL 049-247-7311(代表) FAX 049-247-7312
<https://www.houseikai-y.jp/> yasenosato@houseikai-y.jp

2025年1月

第28号

新春のごあいさつ

社会福祉法人 芳清会
理事長 岡田 留美

あけましておめでとうございます。新たな年の初めを迎え、みなさまにおかれましては健やかに過ごしのこととお慶び申し上げます。

理事長を就任し早いもので一年半が過ぎました。私なりにこの施設を良くしようと思ったり模索したりした一年でしたが、ご迷惑をおかけするばかりの日々でした。

みなさまにおかれましてはそれぞれの持ち場で業務に真摯に取り組んでいただきましたことに対し、心より感謝申し上げます。

物価の高騰など住みにくいご時世ですので、今年こそは少しでも勤務環境を良くするべく改善できることは躊躇せずすすめていきたいと思っております。

この八瀬の里は今年創設十九年、来年一月には二十年となります。

地域社会との関わりを大切に、地域への貢献、地域との共存を常に意識し末永く運営していくためにもみなさまのご協力が必要不可欠です。

今年も一致団結しご協力いただきますよう宜しくお願い申し上げます、謹んで新年のごあいさつを申し上げます。

令和七年 元旦

社会福祉法人 芳清会

特別養護老人ホーム八瀬の里
ショートステイ八瀬の里
デイサービスセンター八瀬の里
居宅介護支援事業所八瀬の里
生計困難者に対する相談支援事業



新年を迎えて

施設著 岡田 哲

あけましておめでとーございませう。

昨年は正月早々、能登大地震が発生、さらに能登において九月に大雨と二度の災害が起き大変な年となりました。今年には日本世界においてこのような自然災害が起こらないことを願うばかりです。

施設におきましてはミヤンマー・フィリピンから 8 名の優秀な職員が就職され日々、介護職として研鑽されています。又事業としては改善会議から生産性向上委員会と名称変更をし Hitome Q・インカム導入・ハカルト活用などで 3 無主義(ムリ・ムダ・ムラ)をなくし入居者利用者様ご家族様への更なる安心度を高める国から指導の生産性向上への対応となる年です。国としてもこれら生産性向上への対応ができなくなると加算を認めなくなりまますので是非、皆さん一致協力して進んで実行してください。

今年には巳年。蛇とは脱皮を繰り返して再生や変化を繰り返しながら柔軟に発展する年の事のように思いますが皆さん生産性向上と通ずるところもあると思います。今年度は施設設立 20 周年で長きにわたる返済も終了しますがまだまだ設備関係においては経年劣化もあり修繕するところも多々あり借入れもしなくてははいけないと思えますが当面は資金繰りは問題なく推移しますので安心して業務に携わって下さい。

最後になります健康に気を付け皆様のご多幸を祈願してご挨拶とさせていただきます。

令和七年

謹賀新年

「平和について考える」

特養相談員 遠藤 孝治

新年明けましておめでとーございませう。皆様にとつて、穏やかで心安らかな新年が訪れますよう、心よりお祈り申し上げます。

昨年は、世界情勢が大きく変化し、私たちの生活にも様々な影響がありました。特に、ウクライナ及びガザでの戦争は、平和の大切さを改めて私たちに突きつけました。遠く離れた地で起きている出来事ではありますが、私たち一人ひとりが平和について深く考えるきっかけとなったのではないのでしょうか。

新しい年を迎え、私は改めて「平和」について考えてみたいと思いました。「平和」とは、単に戦争がない状態を指すものではなく、心穏やかに、安心して暮らすことができる状態こそが、真の平和と言えるのではないのでしょうか。

老子の言葉で「海晏河清」(かいあんかいせい)と言う言葉があり、海が穏やかになり、川の水が澄み切るように、という意味で太平の世を願う言葉でもあるそうです。

この言葉は、私たちが願う平和な世界を表しているのではないのでしょうか。施設では、皆様が穏やかに、そして笑顔で日々を過ごせ

るよう、様々な取り組みを今後も行ってまいります。

また、人を慈しむ心も、平和な社会を築く上で大切な要素です。施設では、皆様一人ひとりの個性や尊厳を尊重し、寄り添ったケアを提供することを心がけてまいります。

本年もご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。



「新年のご挨拶」

シヨートステイ主任 倉嶋 潤

新年明けましておめでとうございます。

昨年 4 月より介護主任を務めさせていただいております、倉嶋潤と申します。

昨年、シヨートステイ内での新型コロナウイルスの蔓延による利用制限、罹患されたご利用者様とご家族様におかれましては、大変ご心配とご迷惑をおかけしました事を深くお詫び申し上げます。安全・安心してお過ごしただけるよう、徹底した感染対策を実施して参ります。

昨年はシヨートステイで屋台レクリエーションを開催いたしました。ご利用者様・職員ともに大変楽しく有意義な時間を過ごす事ができ、レクリエーションの大切さを改めて実感いたしました。私自身、ギター演奏が趣味なので、今後レクリエーションの一環として取り入れ、ご利用者様・職員ともに楽しめる事を企画し実施していければと思います。本年もご愛顧のほど宜しくお願い申し上げます。



「新年の挨拶とお知らせ」

特養二階主任 遠藤 真一

新年あけましておめでとうございます。

皆様には日頃よりご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

昨年のクリスマスには、利用者様と職員が一緒に飾りつけを行い、素敵な時間を共有することができました。皆様の笑顔が溢れるひとときとなり、職員一同大変嬉しく思っております。

さて、今年も利用者様と職員が一緒に楽しめる活動を計画しております。例えば、牛乳パックを使った小物入れや、簡単に作れるものを一緒に作成していきたいと考えております。これらの活動を通じて、利用者様と職員の交流を深め、楽しい時間を過ごしていただければ幸いです。

本年も皆様のご健康とご多幸をお祈りし、職員一同、より良いサービスの提供に努めてまいります。どうぞよろしくお願い申し上げます。



「謹賀新年」

特養三階主任 北田 隆之

明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願いいたします。

一昨年の 12 月にショートステイから 3 階の主任として着任し、新しいメンバーと共に切磋琢磨しておりますが、なかなか理想通りには進まず、衝突等を繰り返しながら環境を整えている最中です。

入居者の皆さま、ご家族の皆さまには大変ご迷惑をお掛けしているかも知れませんが、3 階で過ごせて良かったと思えるように努めてまいります。

さて、話は変わってニュース番組を比較的に見ているのですが、個人的に好きなのはテレビ東京の「WBS」、「ABEMA Prime」、津田大介さんの「ポリタスTV」、東京MX の「田村淳の聴きたい放題」、同局の堀潤さんの番組です。ただ昨年番組が改変し、夕方に移動した堀さんの番組は価値が低下したかなと思っております。ただ堀さんのことだから良くなる要素は沢山あるので、今後も期待を込めて見続ける予定です。

昨今テレビ離れが言われておりますが、皆さんの中で応援している番組はありますか？



「一生懸命」

特養四階主任 大石 健太郎

新年あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願い致します。

昨年も入居者様にお楽しみ頂こうと、春には【桜のお花見】夏には【かき氷】秋には【文化祭】【お祭り風屋台レクリエーション】冬には【クリスマス会】など季節を感じて頂けるレクリエーションを企画、提供させて頂きました。中でも私の印象に残っているのは【秋の八瀬の里文化祭】です。私たち四階は個人での編み物やぬり絵などの作品以外にも、複数の入居者様による貼り絵などの共同作品も出展しました。皆さんで協力して作品を作れる不安もありましたが、いざ制作に取り掛かると、表情が活き活きされて真剣に取り組みれていました。

素敵な作品ばかりで、四階が最も出来が良いだろうと確信していましたが、一階の展示場を周ると他部署や他階の作品も、どれも素晴らしい、中には力強く躍動的な作品もあり、とても驚きました。

文化祭の参加を通じて、何かに『一生懸命』に取り組む姿に感動しました。結果がどうであれ、同じ目標に向かって個人やチームで取り組むことの素晴らしさ、大切さを改めて学びました。

今年も私も仕事や趣味に今まで以上に『一生懸命』に取り組んでみようと思っておりますので、今後ともどうぞよろしくお願い致します。

「私の長期目標」

ダイサービス主任 関口 美穂

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

昨年 9 月に 1 年 3 か月ぶりにダイサービスに戻って参りました。お陰様で大きな事故もなく新年を迎えることが出来、嬉しく思っております。

さて皆様、年末年始はどのようにお過ごしでしたでしょうか。昨今ではだいぶ様変わりしましたが、私の小さい頃は我が家のテレビは紅白歌合戦、ゆく年くる年、駅伝やマラソン、かくし芸大会が定番でした。特に駅伝やマラソンが好きな父の影響で必ず観ていました。長年観る専門だった私なのですが、3 年前から小江戸川越マラソンに挑戦しています。きっかけはコロナ禍の運動不足解消にと友人とジョギングを始めた事でした。

いつもは車で走る道を自分の足で走ると見慣れた景色も違って見えるから不思議です。沿道で一生懸命に旗を振って応援して下さる方々の声援が本当に有難く、アスリートがよく言う「応援を力に変える」と言うのは本当だなと実感しました。そこで 2 年目からは力を下さる皆様へ元気のお返しになればと仮装をして走るようになりました。パフォーマンスをしながらのマラソンは大変な事もあります。沿道の皆様の笑顔や笑い声、熱い声援のおかげであつと言う間の時間です。

今年の仮装はどうしようかと考える時間も楽しみながら、少しでも長く連続出場記録を更新出来るように、体力づくりをしていく事が私の長期目標です。





行事委員会の活動

特養 機能訓練指導員 渡邊 潤

入居者様・利用者様に季節を感じていただくために、八瀬の里では一年を通して様々な行事があります。

味わうこと、見ること、創ること、非日常的な空間を楽しむこと。

皆様に楽しんでいただくため、ユニット職員がいろいろな企画を考えます。

行事委員会では主だった行事の中で、ユニット職員だけでは難しいところを支援しています。

春のお花見では施設近隣をお散歩したり、水上公園へお出かけしました。初夏の梅狩りは、昨年入職した海外からの技能実習生たちにも参加してもらいました。秋は敬老会に文化祭、八瀬の里祭と行事が目白押し。慌ただしい時季ですが、皆様から行事を楽しむ笑顔が見えるとホッとします。

地域交流の機会も再開し、施設近隣の中学校からの社会体験実習受け入れが行われました。多職種から高齢者についての講義を受け、入居者様・利用者様と一緒に創作活動を行ったり、職員から見守りシステムの説明を受けたり、ふだんは縁のない福祉用具機器に触れたり……。学生さんたちは、初日は緊張で硬い表情でしたが、時間がたつにつれて徐々に笑顔が増えていました。

年間行事はその都度、八瀬の里のホームページに写真と一緒に掲載しています。「ギャラリー」のコーナーをぜひご覧ください。さて、今年は巳年。「巳」は「やむ」と読みます。



草木の成長がとまり、これから種を作り始めるという時期をあらわします。よい実りにつながる一年にしたいものです。

元日や 上々吉の 浅黄空 小林一茶
 本年もよろしく願いいたします。



最近では、少し雰囲気のあるオシャレなご飯屋さんを探しては出掛ける事を楽しんでいます！

八瀬の里のご利用者様はとても優しく親切な方が多く、一緒に過ごす時間がとても温かく感じています。

これからもご利用者様の気持ちに寄り添い、笑顔で応えられるようにいきたいと思えます。

「自己紹介」
 デイサービス介護職員 小田 悦子
 新年あけましておめでとうございます。本年も宜しくお願い致します。

昨年の10月28日から入職し、まだまだ慣れない毎日を送っておりますが、皆さんとても良い方々という事もあり、約40分間の通勤時間もさほど無理な思いをせずに通う事が出来ています。



「入職の挨拶」
 特養三階介護職員 加藤 丈晴
 八月付けで三階ぶこうユニットに入職しました加藤丈晴と申します。前職も特別養護老人ホームで介護士として働いていました。至らないところもあるかと思いますが、戦力になれるよう頑張りたいと思っております。

出身は神奈川県、名前はギタリストの山本丈晴さんと同じなので、覚えていただけると嬉しいです。

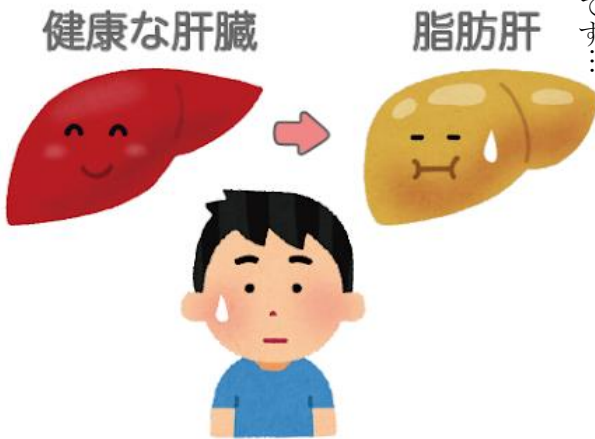
前職では行事の企画の軸として動くことが多く、クラリネット等の楽器の演奏もできるので、前に立って進行役やにぎやかさを担当しておりました。イベント等の演奏が必要であれば、三階に限らず使ってください。こちらの施設でも貢献できるよう邁進しますので、どうぞよろしくお願いいたします。

カンゾウのはなし

栄養科管理栄養士 山田みゆき

みなさん、カンゾウいたわっていますか？
カンゾウは我々の体の中で最も大きい臓器で、働きとしては、①代謝 と ②解毒 です。

代謝とは、食事や呼吸などで体に取り込まれた栄養素を分解・合成して体に必要な物質やエネルギーに作り変え全身に運ぶことであり、解毒とは、アルコールやニコチン・乳酸等の物質を分解して無害なものに作り変えることです。このようにカンゾウは、生命維持に欠かせない重要且つ精密な仕事を「苦しい、疲れた」などと弱音を吐かず愚痴も言わず、休むことなく日々静かに黙々とこなしてくれています。そんな働き者のカンゾウに対して我々は、暴飲暴食で余計な仕事を増やし、またバランスの悪い食事でエネルギー不足を招き、もはや、カンゾウはバテバテです！



摂り過ぎた脂肪や糖はカンゾウの処理能力を超え、代謝できずカンゾウに取り残されます。また偏食することでエネルギーが不足すると、体づくりに必要な物質を運搬することができなくなりカンゾウに留まることとなります。このような状態が、かの有名な『脂肪肝』。食べ過ぎ飲み過ぎだけでなく栄養不足も脂肪肝の原因になります。

カンゾウをいたわるためには『適量をバランス良く』に限ります。暴飲暴食に注意し、1日3食バランスよく食べる、そしてカンゾウに良い食材を積極的に摂るとなお良いでしょう。

食生活の見直しと少しの運動習慣で、カンゾウお大事に!!

《カンゾウが元気になる食材》

- カンゾウの再生を促進するタウリン…いか・たこ・貝類など
- 代謝を助けるビタミンB1・B6…豚肉・レバー・かつお・にんにく・大豆・枝豆など
- 解毒を促すオルニチン…しじみなど

【編集後記】

八瀬の里だより委員 田中 幸一

あけましておめでとございます。今年も八瀬の里だよりをよろしく願いいたします。

さて昨年も終わるころラリージャパン2024が愛知、岐阜で開催されました。ヒョンデ(韓国)が優位で製造部門チャンピオンをほぼ手にしていましたが、何と最後のステージでトヨタがまさかの大量得点。見事に最終戦の日本で製造部門のチャンピオンを手にしました。ラリーは公道を走行するので日本は許可だけでも大変と聞きます。民家すれすれをラリーカーが全開走行。高齢者の方も道端で手を振っている。なかなか面白い光景です。お金がかかるスポーツゆえ、日本ではモータースポーツは根付かない。そこをトヨタが頑張ってくれている。トヨタの皆さんありがとう!!。そしておめでと!!。ラリージャパン今年も日本で!!

