


# 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](mailto:yasenosato@houseikai-y.jp)

2026年1月

# 第30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

謹んで新年のごあいさつを申し上げます。  
みなさまにおかれましては健やかにお過ごしのこととお慶び申し上げます。

さて、昨年からみなさまが働きやすい職場になるように少しずつ改善しておりますが、その一環として一月支払い給与からみなさまの基本給加算をします。

とは言え昨今の物価高騰は大変なものがありますが、それでは足りないと言う方が多いかと思いますが、昨年新総裁になりました高市首相が介護施設職員への処遇改善を明言したり、給与面では今後更に良くなっていくことが期待されます。

松下電器(今のパナソニック)の創業者であります松下幸之助は「経営者は、社員に経営の成果を知らせる責任がある。社員の働きがあればその成果である以上、それが社員に対する礼儀というものだ」という言葉を残しております。そこで昨年からは毎月定例で行っている運営会議に主任やリーダーなどに参加していただき当法人の経営状況の把握や運営についての率直な意見を聞く場を設けております。経営者と社員、上司と部下、そして同僚同士の情報共有が実現されてこそ誰もが働きやすい職場になると信じております。

今年の二月一日で創設二十年となりますこの八瀬の里が、今後三十年、四十年と続いていきますよう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。

結びに、本年がみなさまにとって笑顔あふれる穏やかな一年となりますようお祈り申し上げます、新年のごあいさつとさせていただきます。  
令和八年 元旦

新年を迎えて

施設長 城間 卓夫

明けましておめでとうございます。  
皆様におかれましては、益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。また、日頃より本施設の活動に対し、ご理解ご協力を頂きまして誠にありがとうございます。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

八瀬の里はお陰様を持ちまして、今年二月で創立二十周年を迎えます。先日、理事長施設長室に開所式の写真を見つけました。その中に私が写っている写真もあり、二十年という時の流れに感慨深いものを感じました。その時は、まさか自分が施設長になることなど、想像もつきませんでした。二十年の間、様々なことがあったと思います。特に、東日本大震災や、コロナ禍の時などはどんなに大変だったことでしょうか。そんな荒波も乗り越えて今があります。本施設に関わってくださった全ての皆様には、感謝の言葉しかありません。

今まで培ってきた経験と知識を基に、さらに良い施設作りを求め、今年も職員一同邁進していく所存です。今後とも変わらぬご支援ご協力をお願い申し上げます、年頭のご挨拶といたします。

## 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

生計困窮者に対する相談支援事業



## 遠くの友達と結ぶ「見えない絆」

特養生活相談員 遠藤 孝治

昔の人は「人生五十年」と言ったそうですが、今の時代、折り返し地点を過ぎたばかり。ふと立ち止まって過去を振り返ると、私の人生を彩ってくれた素敵な出会いがたくさんあったことに改めて気づかされます。

その中でも、私の心を支え続けてくれているのが、全国各地にいる大切な友人たちです。彼らは、活気あふれる大阪、古都の趣がある奈良、海の幸豊かな北九州、平和の象徴広島、そして雪深い遠方青森といった場所に散らばっており、誰も近くには住んでいません。

若い頃のように毎日顔を合わせたり、気軽に「今から会おうよ」と誘ったりすることは、物理的に不可能です。しかし、私たちはこの距離があるからこそ、逆に交流の「深さ」と「質」を大切にしているように感じます。

友人たちとのやり取りでは、あえて時間をかけて書く「手紙」や、声を直接聞く「電話」という昔ながらのツールを特に大切にしています。たとえば、年賀状以外で届く手書きの手紙を開ける瞬間は、何物にも代えがたい喜びです。便箋一枚一枚には、相手が自分のために時間を使ってくれたという温かさがあります。その土地の空気や、彼等たちの暮らしの元気が伝わってきます。手書きの文字に込められた「元気でいるよ」「応援している」という思いを感じるたび、「ああ、私たちは今も変わらず

深く繋がっているな」と実感できるのです。

これからますます人生経験を重ねていきますが、友達との付き合い方は「頻度」ではなく「信頼」と「深さ」なのだと思信しています。八瀬の里で出会った皆様とのご縁も、私にとってはかけがえのない大切なものです。この温かい繋がりを胸に、これからも日々精一杯努めてまいります。



紙とハサミと

特養機能訓練指導員 渡邊 潤

新年明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申し上げます。

私の趣味は寄席を見に行くことです。落語も楽しいですが、「色物」と言って手品や曲芸、漫談なども次々に出てきます。中でも一番好きなのが「紙切り」です。ハサミと数枚の紙を持って座布団に座り、「えー、ではご注文をうかがいます。」と言うと、待ってましたとばかりに客席からリクエストの声がいくつも飛びます。その中から声を拾い、チョキチョキと何も書いていない真っ白な紙を迷い無く切っていきます。おしゃべりをしながら二〜三分で一枚が完成。黒い板にのせて「できあがり」と見せるとその出来栄えに拍手喝采！一目でリクエストの内容がわかるよう、一瞬で図柄や構成を組み立てる能力は、見ていて惚れ惚れします。しかも、切った作品はその場でもらって持ち帰る事ができます。最高です。

私も何度か頑張ってリクエストを叫んだことがあります。「鬼平！」とリクエストした時は、馬に乗った長谷川平蔵が泥棒を捕まえるところを切ってくれました。令和六年一月に急逝した、三代目林家正楽師匠の作品です。

私にとっては家宝です。額に入れて大事に自宅に飾っています。

今は若手の紙切り芸人さんたちの成長を楽しみに、応援しています。

今年の干支の「午」の元の字は「忤」。いろいろ



ろな意味がありますが、馬が前脚をあげて嘶く（いななく）姿を現しているそうです。  
十二支を時計であらわすと、「午」は十二時、陽が昇りきった位置です。生き物の生涯で言えば成長期が終わり、一番血気盛んな壮年期に入ったころ。世間の流れも上向きやすいといわれています。  
でも、多くの若者が経験してきたように、そんなときは「しくじり」も起こしやすいものです。より慎重に歩む一年にしたいところです。



## 縁あって出逢った方々について

特養介護支援専門員 黛 裕子

昨年十一月、義理の父が亡くなられたため、新年のご挨拶は控えさせて頂きます。

今回「縁」について考えるきっかけがあり、そのことについてお話しさせて頂きます。

わたしは、娘が大学生だった頃に保護者会の役員を顧問時代も含め六年間させて頂き、娘が卒業後も役員OGとして有志での忘年会には参加しておりました。ですが、コロナ禍をきっかけにそのような集まりにも参加を控えていたところ、参加が億劫に感じるようになっておりました。

そして、昨年十二月にも役員忘年会にお誘い頂き参加を悩んでいたところ、職場の同僚から「そういう縁は繋いでおいた方が良いよ」と後押しされ、確かにそうかもしれないと思いい、今回久しぶりに参加しました。

会が始まると役員OBの方から声をかけられ「自分も参加を悩んでいたところ、グループLINEで『縁を繋いでおいた方が…』という黛さんのコメントを見て参加を決めたんだよ」と、嬉しいお言葉も頂き、懐かしい方々にもお会いすることができました。

その方は現在六十四歳で、電気メーカ勤務を五十九歳の時に早期退職をされ、専門学校に通い国家資格の社会福祉士と精神保健福祉士を取得され、特定非営利活動法人の施設長をされていると伺いました。

また、別の方も同じく六十四歳で「人生の



節目、子どもも巣立ったし、これからは誰かのために生きたいと思っているのだよ」と、第二の人生を模索しているとお話しされました。

現役員の方からも「〇〇市役所の生活福祉課に勤めていたのですが、このたびNPO法人を立ち上げ、本を出版することにいたしました」と、チラシを受け取りました。

わたしの娘は、理工学部出身で建設会社に初の女性現場監督として勤務しておりましたが、縁あって八瀬の里の生活相談員の母校の専門学校の紹介を受け、建設会社を退職し、専門学校へ一年間通い社会福祉士を取得し、今はデイサービスセンター八瀬の里の相談員をしております。初めにお話しした方と同じ資格だったので、お互い「縁だね」と、経緯について話が弾みました。

また、別のOBの方からは「話をしていくと、黛さんの実家が自分の家の三十メートル先だったから、黛さんが高校生の頃に会っていたのかもね。縁を感じるよね」と、ここでも何かしらの縁の話となりました。

今回、同僚の「縁は繋いでおいた方が良いでしょう」という一言に後押しされ参加したおかげで、懐かしい仲間に出会えたことや、気がついたら同じ福祉を頑張っていたり、目指していたりと、縁を感じることができました。

最後に、縁あって入居していただきました入居者様やそのご家族様、この縁が繋がりに続けていけるよう精進してまいります。

## 「新年の挨拶とお知らせ」

特養二階介護主任 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。

八瀬の里では昨年 4 月より、特養相談員が講師となり、ユニットケアについて改めて勉強会(研修)を実施しました。勉強を進めていく中で、「今までもユニットケアをしていたつもりで、実は理解が出来ていなかった」等、職員個々に理解度が違う事に気が付く事が出来、実践と改善を行っております。

ユニットケアを進めていく中で、利用者様の過去の生活や習慣が現在も残っているか、忘れていても、実行して変化が起きたか否か、十人十色とは言われますが面白い程に皆様違います。ご家族の皆様で、面会をした時に以前との違いや、過去に少し戻った様だ等、職員では気が付かない点を教えて頂ければと思います。

ご家族の皆様と職員で利用者様の個性を生かせる様、ご協力お願い致します。

最後に、ご家族の皆様に安心していただけるよう、より一層の工夫と努力を重ね、日々の小さな喜びを大切にしながら、利用者様が「ここで過ごして良かった」と感じていただけるよう職員一同心を込めて取り組んでまいります。



## 「デイサービスの紹介」

デイサービス介護職員 須田 陽子

謹んで新春のお慶びを申し上げます。

私の所属するデイサービスは、送迎・健康チェック・食事・入浴・機能訓練・季節のレクリエーション等を通して、ご自宅で暮らす利用者様の心身機能の維持と向上を目指す部署です。さらに昨年は、近隣保育園・小中学校・ボランティア様の来訪、大東市民センターオレンジ作品展・奥富かかし祭りへの出展など、地域活動への参加も徐々にですが再開してまいりました。

「デイサービスに来るのを楽しみにしてらんだよ」「楽しかったよ」など利用者様の温かいお言葉や笑顔は、私の心の栄養です。心の栄養といえば、趣味の園芸もその一つです。異常気象が頻発する昨今、常識にとられず、今年も目の前の植物との関わりを楽しんでいこうと思います。

これを知る者は これを好む者に如かず  
これを好む者は これを楽しむ者に如かず

「論語より」

日々、環境や技術は変化します。まだまだ未熟ですが、スキルの習得に努めつつ、利用者様と共に、さまざまな活動を楽しんでいきたいと思えます。「さまざまな活動」の詳細は、当施設ホームページのギャラリーに載せていただいております。ご覧いただけますと、幸いです。

「はじめまして」

特養四階介護職員 柴崎 真樹

皆さん、明けまして、おめでと〜ございませう。改めまして、8月4日付で入職しました「柴崎」と申します。去年の春までIT関係に従事しておりましたが、55歳の節目の年に新たな環境を求め20年務めた会社を退職し、ハローワークで紹介された職業訓練を経て、八瀬の里にお世話になる事になりました。よろしくお願ひいたします。訓練校で習ったとは言え初めての介護の仕事が特養だったので、最初は無謀かと思っていたのですが、ユニットの担当する入居者の人数が8名と少ない事と、利用者様・諸先輩方の暖かいご指導のお陰で何とか慣れてくる事が出来ました。

ただ、初任者研修では学べなかつた喀痰吸引を入職早々目の当たりにして慌ててしまいました。今回は居合わせた医務の処置により事なきを得ましたが、改めて命を預かっている事を学びました。これからは沢山の事を学ぶ機会があると思うので、一つ一つ着実にものにしていきたいと思ひます。



新年のご挨拶

ショートステイ生活相談員 倉嶋 潤

新年あけましておめでと〜ございませう。旧年は当事業所のショートステイをご利用いただき、あたたかいご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございました。

本年は、より皆様の生活機能の維持・向上を支えるため、作業療法士によるリハビリ体制を一層強化し、個々の状態に合わせたプログラムの充実を図つてまいります。併せて引き続き感染症対策にも力を入れ、手指衛生・体調管理を徹底しながら、安全で安心できる環境づくりに努めてまいります。

日本国内では、経済状況や社会情勢の変化が続いておりますが、こうした不安定な時代だからこそ、ご利用者様とご家族の皆様が少しでも安心して過ごせるよう、丁寧な支援と温かいケアを大切にしております。

本年も変わらぬご支援のほど、何卒よろしくお願ひ申し上げます。



※画像はイメージです。

## 「異動」

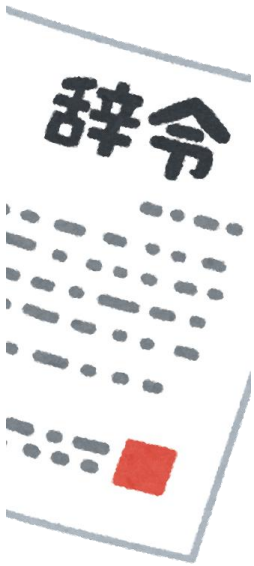
特養三階介護主任 大石 健太郎

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。

令和七年十一月より四階から異動となり、三階の介護主任をさせて頂いております。

慣れ親しんだ入居者様や職員と離れることは寂しいことはありませんでしたが、新しい環境に身を置くことで、初心に戻り仕事を見つめ直す良い機会になりました。また、異動先で入居者様や職員に温かく迎えて頂いたことで自分のモチベーションも上がりました。「異動は最大の研修である」という言葉を聞いたことがありますが、その通りだと思いました。階が変わっても基本的にやる事は変わらず、入居者様に対しては、ユニットケアに基づいたサービスの提供、職員に対しては、ケアに専念出来る働きやすい職場環境の提供であると思っています。

階や部署が変わっても同じ事業所でケアに携わる職員として自分が出来る事を地道に続けていこうと思っておりますので、今後ともよろしくお願い致します。



## 「ショートステイ職員の一人として」

ショートステイ機能訓練指導員 液野 竜彦

謹んで新春のお慶びを申し上げます。皆様方におかれましては、健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

八瀬の里ショートステイでは、ご利用者様の在宅生活を維持継続ができるよう心身リフレッシュを図り、またご家族様の休息あるいは緊急避難のご利用を目的とした介護負担の軽減につながるようご活用頂いております。

昨年八月より新たな取り組みと致しまして、個別機能訓練加算の算定を開始致しました。柔軟な発想力を培い様々な観点から対応方法を見出し、ご利用者様は元よりご家族様のご希望に沿えるよう職員一同努めております。

サービスそのものの質が良くなければ熱意は伝わり難いものです。ご利用者様やご家族様が『八瀬の里を利用して良かった』と感じて頂けるとともに、笑顔で安心してお過ごし頂けるよう、笑顔を絶やさずイベントや運動、日常生活動作の練習等を引き続きご提供させて頂きます。本年も更なるサービス向上に向け、気持ちも新たに取り組んで参ります。お気付きの点やご不明な点などご座いましたらお気軽にご相談頂ければ幸いです。

本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。



## 疲れのはなし

栄養科管理栄養士 山田 みゆき

みなさん、「お疲れさまです」と何気なく口にして『疲れ』。疲れの主なメカニズムは、エネルギーの使い過ぎとその回復が追いつかないことです。

私たちの体は、活動するために食事から得たエネルギーを様々な形で使います。筋肉を動かす・考える・内臓を働かせるといった活動は全てエネルギーを消費します。活動が続くと、エネルギーを貯蔵している物質が減少し代わりに疲労物質と呼ばれるものが蓄積します。例えるなら、車のガソリンが減って排気ガスが溜まるようなイメージです。また、活動によって体内の組織がわずかな損傷を受けることもあります。この修復にもエネルギーが必要になります。十分な休息や睡眠を取ることによってエネルギーが再び蓄えられ、疲労物質が排出されることで損傷した組織が修復されます。

しかし、休息が不十分だとこれらのバランスが崩れ、疲れが慢性的に蓄積してしまうのです。

疲労回復には、エネルギーを生み出すビタミンB群、抗酸化作用のあるビタミンCやE、そして筋肉の修復を助けるタンパク質が不可欠です。バランスの取れた食事を基本に、これらの栄養素を意識して摂り入れることで疲労感の軽減が期待できます。

例えば、豚肉やレバーにはビタミンB群が豊

富に含まれ、緑黄色野菜や果物にはビタミンCやEがたっぷり。大豆製品や魚介類は良質なタンパク質の供給源です。

忙しい毎日でも少しの工夫で食生活は改善できます。コンビニやスーパーのお惣菜でも栄養バランスを考えたメニューを選ぶことができると良いですね。

仕事やプライベートを充実させるためには健康な体があつてこそ。食生活を見直して、元気で楽しい毎日をお過ごしください。



## 【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うございます。今年も八瀬の里だよりをよろしくお願いいたします。今回の八瀬の里だよりの空撮画像をドローン撮影した時の話ですが、当日は灼熱の真夏日。手元でモニターを見ながら飛行させるのですが、あまりの暑さでモニターに高温警告が出て保護のため真っ暗になってモニターが使用できなくなりました。それでもドローンは飛行しているのですがこれが遠方だとかなりの不安があります。目視で飛行させられれば良いのですが目視外だと精神的にとっても不安になります。そんな時の救世主が「リターントゥホームボタン」です。このボタンを押すだけで飛び立った位置まで機体に戻ってきます。凄い機能です。これができるのも機体にGPSが搭載されているからです。これらの機能を使い今後は車も自動運転になります。某メーカーからはASIMOSというビークルOSを搭載し、超個人的移動空間を提供してくれるそうです。すでにこの機能はアメリカの公道で実証実験され、順調に開発中とのことです。どうやら近い将来体験できそうです。かなりマニアックな話となりまして申し訳ございませんでした。今回も八瀬の里だよりを読んで下さりありがとうございました。次回は7月1日発行予定です。