

# せい わ

蘭  
ねんごろに  
育てし蘭の  
一鉢に  
わが名をつけて  
友の給えり

睦子

☆発行所☆  
府中 静和寮  
広島県府中市土生町1636番地の1  
TEL.(0847)41-2375  
FAX.(0847)41-8620  
☆発行人☆  
寮長 大橋 亘

## 敬老記念式典

九月は恒例の老人月間です。静和寮も多くの行事が計画されています。例えば寮内敬老記念式典・一日寮長・土生町老人招待交歓会・府中町敬老会・家族会・園遊会・市民健康福祉まつり等で、職員は大忙し、各行事がスムーズにいくように担当責任者が綿密な計画のもと進めている。その中で今年には敬老記念式典と寮内敬老記念式典にスポットを当てます。

### 9月老人月間

九月三日火曜日に、寮内敬老記念式典が行われました。会場には府中市の各企業が送ってくださった祝辞レタックスや記念品が飾られ、厳肅な雰囲気にも包まれながら始まりました。式には伊藤市長さんをはじめ、大勢の方が出席して下さいました。市長さんより「今年、市長に就任し、初めて静和寮の敬老記念式典に出席させて頂きました。静和寮のお年寄りの元気な姿を



拝見し、感動を覚える所です。今年、白寿、米寿を迎えられた皆様方、これから長寿をまつとうされるようお祈りいたします。」とあたたかい言葉を頂きました。また、その他、多くの来賓の方から心あたたまるご祝辞を頂きました。大きく寮の広本マズさんが、白寿、続いて、あやめ寮の飯田フジエさん、川上ユキエさん、きく寮の柿原弥助さん、養護、梅寮の迫サカノさん、宗助あさ子さん、竹寮の今金カヨさんの方が米寿として、それぞれ、記念品が贈られました。白

静和寮では、九月の老人月間に土生町にお住まいのお年寄りとの交流を深めるために、歌謡ショーにご招待しております。今年には九月十三日金曜日に、尺八の名手、横儀和山さんと広島出身歌手、南一誠さんをお招きしてのショーで楽しい時間を過ごさせて頂きました。横儀和山さんは、

### 土生町老人招待交歓会

寿のお祝いを頂かれた広本マズさんは、嬉しそうに手を合わせて、記念品を大事そうに受け取られました。「戦後の苦しい時代を頑張つて来たたけえの。ようこまで長生きできたことじやとてもうれい。」と感謝の言葉を述べられました。(山野)

誰もが聴いたことがある又は口ずさんだりした懐かしい曲、「長持ち唄」・北国の春・「柔」・悲しい酒・月の砂漠・「荒城の月」・星影のワルツ」等を演奏され、演奏中、客席の後ろよりハミングが聴こえ、それは徐々に小さな歌声となり、会場いっぱいになり、尺八の音色と一緒に、しつとりとした雰囲気をもみだし心なごませて下さいました。



横儀和山



南一誠

天国」等のご当地ソングをはじめユニークなトークと

なつメロを盛り込みながら、お年寄りの手拍子と歌声が一体となり盛り上がりしました。最後に、今一押しの新曲「命がれて」を披露され、二時間あまりのショーは、喝采の中終了しました。終了後土生町のお年寄りの方々が「楽しませて頂きました。来年も楽しみにしております。」と声をかけられました。今後は静和寮は地域に根ざした施設を目指しながら、「土生町老人招待交歓会」を交流の機会の一つとしてより充実していこうと思っております。(村原)







# デイサービスの窓

そのグループの一人本宮トミ子さんの投稿より。



# デイサービスの様子

生きがい通所利用のみなさんが外出行事として、中国新聞福山制作センターの見学に行かれ、次のような感想を寄せて下さいました。「デイサービスでの外出は楽しいです。今日は中国新聞社の工場を見学に行きました。緑豊かな美しい環境の良い外であり、すべての機械がコンピューターによって動いているのを知り驚きました。良き思い出になりました。」

デイサービスを火曜日に利用のみなさんは、歌が大好きでカセットやCDプレイヤーを持参されます。歌詞カードを作ってもらい、朝から音楽が流れています。

# デイサービス

「月日が経つのは早いもので、私がデイサービスを利用して頂く様になってから、もう二年半になりました。始めの頃は何かお気はすかしと思っておりましたが、馴れてきますとお友達も出来、皆様親切にして下さいますし、職員の方も優しく行き届いてお世話下さいます。ゲームも面白く皆子どもみたいに力を入れて、勝った負けたと喜んだり悔しがったりしておりま

す。お食事も年寄りに合ったメニューで味付けもとても良く、ほとんどの方がキレイに全部召し上がっていらっしゃいます。一週間に一日のデイサービスが今では生きがいの様になり、もう何日かと指折りかぞえて待つような今日此の頃でございます。趣味のカラオケも同好の方がひとつのテーブルに集まり携帯のカセットテープを鳴らして、ナツメロから新しい曲まで歌って勉強しております。本当に楽しく充実した一日を過ごさせて頂き、又家族の者も預かって頂いた一日は安心して仕事とか休息が出来ますので共に感謝し大変喜んでおります。

「月日が経つのは早いもので、私がデイサービスを利用して頂く様になってから、もう二年半になりました。始めの頃は何かお気はすかしと思っておりましたが、馴れてきますとお友達も出来、皆様親切にして下さいますし、職員の方も優しく行き届いてお世話下さいます。ゲームも面白く皆子どもみたいに力を入れて、勝った負けたと喜んだり悔しがったりしておりま



前列の中央が本宮さん

これからおおいに利用させて頂き、明日に希望を持って生きてゆきたいと思っております。」

## お知らせ

介護者の方々から、通所利用時の昼食メニューを把握しておきたいとのご要望が多数ありましたので、通所介護事業所府中静和寮ではご利用の皆様へメニュー表を事前配布しております。在宅での日々の介護や体調の管理の一助としてお役立ていただければと思います。



## 府中静和寮 献立表

【9月2日(月)～9月10日(火)】

日付	9月2日(月)	9月3日(火)	9月4日(水)	9月5日(木)
献立名	たきごみご飯 煮魚 南瓜のそぼろ煮 小松菜の胡麻和え 味噌汁 果物	ご飯 豚肉の生姜焼き 新じゃがの旨煮 もずくの酢の物 そうめんの清汁 果物	ご飯 ムニエルきのこソース 山菜煮しめ いり卵和え 味噌汁 果物	黒豆ご飯 豆腐かばやき はすきんびら くずきりの酢の物 茶そばの清汁 果物
日付	9月6日(金)	9月7日(土)	9月9日(月)	9月10日(火)
献立名	ご飯 たつた揚げ 大豆とごぼうの旨煮 わかめの酢の物 かき玉汁 果物	ご飯 鮭の塩焼き うの花炒り きゅうり辛味味噌 味噌汁 果物	ご飯 あなごの蒲焼き 茄子の炒り煮 しめじ柚子和え 豆腐となめこの清汁 果物	えびピラフ ポテトサラダ レタスのスープ フルーツヨーグルト

# ケアマネジャー奮闘記

居宅介護支援事業所には、よく「デイサービスを利用したいのですが」という電話がかかってくる。さあ、ケアマネ(ケアマネージャー)の番です。デイサービスに限らず、介護保険のサービスを利用するにはケアプランの作成が必要で、介護保険の認定を受けた人は、この事業所にケアプランを作成してもらおうかを市役所に届けて、サービスの利用については全てこの事業所の中

の担当ケアマネに相談することになります。担当ケアマネは、利用者の身体状況や家族の介護状況、住居の状況、そして何よりも今後利用者や家族がどのような状況になることを望んでいるかを考慮して、どのサービスをどれくらいどの頻度で利用すれば望む状況に近づけるかを考え、利用するサービスを決定するのです。例えば、歩行が難しいために外出の機会が減り閉じこもりがちになっていく方には、定期的に外出していろいろな人と会えるようデイサービスを勧めたり、麻痺があつて身体が動きにくけれど自力でできるだけのことをしたいと考えている方には、リハビリに関するサービスを紹介したり、通院が非常に困難だけれども定期的な医療処置を必要とする方に訪問看護を紹介したり、という具合です。最近では施設への入所に関する相談も多く、入所の

申し込みをされる方も増えたため、入所の待機者が数十人から百人を越えている施設も少なくありません。実際に入所出来るのは申し込みから数年後というケースが多く、それまで在宅でどのように生活を続けていくかも利用者、家族と一緒に考えなければいけないことです。

また、居宅介護支援事業所には在宅介護支援センターが併設されているところも多く、介護保険の認定で「非該当」となった人や、介護保険以外のサービスの相談にも応じられるようになっていきます。今年のケアマネ試験も終わり、合格者は数ヶ月の実務研修を経て、来年度には新しい仲間に加わります。静和寮もますますパワーアップして皆様のご利用をお待ちしておりますので今後ともよろしくお願いたします。(橋崎)



# 自由投稿

## 私の習い事



何を習っても生来不器用で、中途半端な私ですが、一つだけ長続きしているのが、「自然佳風」という流派のお花です。姑が若い頃から習っていて、嫁の私にも習わせたくて、何度も勧めてくれたのですが、ちよつぱり反抗的な気持もあり拒否してきました。四十才を過ぎた頃から、自分の方から、「やってみようかな」と思い習い始めました。

笠岡市の方から、家元の先生が、月一回教えに来て下さいます。

まず挨拶をして、花材を配り、花型論法解説を読んでも下さるのですが、その論法解説が、何度読んでも、名文で、「うんうん、そうだな」と心の中で思いながら聞きます。その後、花材と花型の説明を受け、各々で活けます。活けたら順番に先生に見て頂きます。

今日は、あんまりいいように入らんかったなと思っても、先生は、まず「うんうんよく入りましたね」とほめて下さり「少しここを直しますね」と説明しながら直して下さると、花がパツと生きて輝くのです。終わったら、帳面に花型と、花材注意して下さった事を書いて花をくずして家に帰って同じように入れかえるのですが、家ではあまり上手に入りません。

何年習っても上達のない事ですが、先生の人格と「花は楽しく入れましよう」と言ってお下さるので、下手でも続けられるのだと思います。

これから何年習えるかわかりませんが、体調に気がつけながら、気長に楽しく続けたいです。

(岡田 和子)

## 犬



二年前に亡き祖母の妹に当たる方から生後一年経つ室内犬を譲り受けました。今年四歳になるトイ・プードルで、真っ黒の毛色に首下から胸の少し上辺りまで白い毛が、まるでネクタイの様にあります。名前を「シヨコラ」と言います。

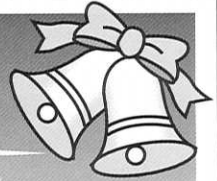
当初、黒い犬は夜の散歩時などに、闇に紛れやすく事故に逢う確率が高く、以

前飼っていた犬の死で動物を飼う事に抵抗があり頂く事に迷っていましたが、結局頂く事にしました。頂いてみると人懐っこく、後をついてくる姿が可愛くて仕方がなくまりました。何かして欲しい事がある時は、そばに来て願いが叶うまで顔を舐めたり、話しかけるように吠え続けます。こちらが訴えを理解したのがわかり「いいよ」と言うと、「本当に良かったかな」という風に何度も振り返りながら自分のしたい事をしたい事を許可して貰えない時は、瞬きをして涙を搾り出す姿がまた可愛いです。

また散歩していて、目が合うと、途端に自分の意思を表現し始め、「今日は散歩にこつちのコースの気分なのよね」「今日はもう散歩したくないのよね」と思っているかのように、全身に力をいれ綱を引っ張っても動かなくなり、自分の意思を伝えます。夜は、仰向けになり、おお腑で寝るし、何か有ったとき自分だけ助かるうとするし、自分勝手な奴だと思ふ事も多いですが、私の家族にとって、今ではペットの枠を超え大切な家族です。飼い主馬鹿より馬鹿な飼い主になっていきます。(三好真理子)



# 新人紹介



皆さんに好かれる様に一生懸命頑張ります。(調理士) 森下菊枝

体はデカイけど気はアリのようになさしくお願ひします。(調理士) 藤村道子

笑顔でがんばります。よろしくお願ひします。(栄養士) 浅野敦子

笑顔と元気でがんばります。(調理士) 岸房まり

六月一日より勤めさせて頂き、あっという間に半年が過ぎました。皆さんには迷惑ばかりかけていますが、先輩方の「前向きな姿勢」を見習って頑張りたいと思ひますので、これからもよろしくお願ひします。(看護士) 正門紀代美

早十ヶ目になりました。あせらず、急がず、ケガをせず!! モットーにこれからもよろしく。(夜警員) 小野澄堂





# 養護日帰り旅行



十一月一日朝から小雨が降る中、養護の日帰り旅行がありました。

静和寮を八時三十分に出発し、途中心配していた雨もやみ岡山ワイナリー工場を見学、ここでは大きい樽が有りびっくりしました。試食には甘くて美味しいワインもありました。次に、はなみずき苑で昼食をするのにエスカレーターの昇り口は、てんやわんやでしたが昼食に舌鼓をうち、次は楽しみにしていた武蔵

の里（武蔵生家）に行き、バスから降りると武蔵の姿をした人が出迎えておられびっくりしました。ここで時代衣裳を借りて写真を撮ってもらったり、武蔵の服を着ておられた方とお話や握手をしてもらい、色々楽しく過ごしました。

三時前に出発して中国自動車道を通って静和寮には十八時前には着きました。参加された方の感想は、「楽しい旅行が出来ました、元気な内にこれからも参加させてほしいと思っています。」

また、エスカレーターは少し怖かったです、これからも色々な所へ行って見たい。」と楽しそうに言っておられました。（勢村）

## わたしの趣味は琴です

山本ハツエ

入寮して九年が過ぎました。琴をするきっかけは私ぐらいのお歳の方が大正琴をしておられるのをテレビで見て、それを私もしてみたいと思ひ、最初は見様見真似で自分で弾いて練習をしました。その後今年七月から月二回習いに行っています。頭の体操や手の運動にもなるし「ボケたらいけんけー」と思っって頑張っています。



います、今は習いに行くのが楽しみです。

## 実習を終えて

福山市立短期大学

山崎 綾子

朝、体温を測るために部屋に入り、「おはようございます。」という、「ああ今日も来てくれたんねえ」、「笑顔が可愛いわねえ」と毎朝声をかけて下さる方や、何も知らずに近づいて体温を測らせてもらおうとしてしまい、「あっち行け」と言われ、初めは落ち込んでしまうこともありましたが、毎朝声を掛けてくれる方に元気づけられました。嫌われた方も、好きな歌を歌ったり接する事ができる様になりました。色々な方と接する事で嬉しかったり落ち込んだり、様々な経験をすることが出来ました。ここで接した方々の事を忘れずこれからもっと頑張っていきたいと思っています。

## ほのぼの日記

### 「えっ？前足？」



## きのこちみじ



材料(1人前)

米	70g
酢	10g
醤油	9g
塩	0.5g
しめじ	20g
干しいたけ	2g
人参	10g
きんなん (缶詰)	5g
さとう	2g
醤油	2g
さいいげん	7g
卵	20g
でんぷ	2g

作り方

- (1) 米は洗って、少し硬めに炊き、合わせ酢を混ぜ、すし飯を作る。
- (2) しめじは小房に分け、干しだけは水でもどして、細かく切る。人参は1cm角の色紙に切る。
- (3) さいいげんは斜めせん切りにし、塩茹でする。
- (4) 錦糸卵を作る。
- (5) しめじ、干しいたけ、人参、きんなんを調味料で味付けし、すし飯に混ぜる。
- (6) 器に盛り、でんぷ、錦糸卵、さいいげんをかざる。

エネルギー	341kcal	脂質	3.4g
蛋白質	8.9g	塩分	1.2g

## 実習を終えて

福山市立短期大学

平野 祥子

おはようございます。この後の会話が思いつかない。それが最初のころの悩みでした。何か話さないといけないと思うと思いつかず、ただ横に座っているだけで時間が過ぎるのを待っていました。それから、皆で美空ひばりのテレビを真剣に見たり、Sさんと野球の話で盛り上がり、IさんとNさんのテレビを見て声が出ないほど笑ったり、楽しい事がいっぱいありました。実習が終わった日、もつとみなさんのことを知ることが出来た。最初から時間をおしん

習を通して、一つ一つの出会いを大切にしなければならぬと言った事を学ばせてもらいました。ありがとうございました。

いことは  
あがたま  
やまは  
身から  
生きたら  
すま

## 編集後記

上記は相田みつをさんの詩です。理屈ではわかっていても、いい事が有れば「自分の力」なんてのぼせるし、悪い事があれば「他人のせいだ」などと他人を恨んだりしてイライラする事が多いです。だから無理をしてもこのことを言われるそうです。そうすると、不要なぼせやイライラが解消されるそうです。私達も何か失敗が有ると、自分が悪かった事を認め様とせず、すぐ他人のせいにしてしまいます。この一年間を反省し来年も「せいわ」をよろしくお願致します。