



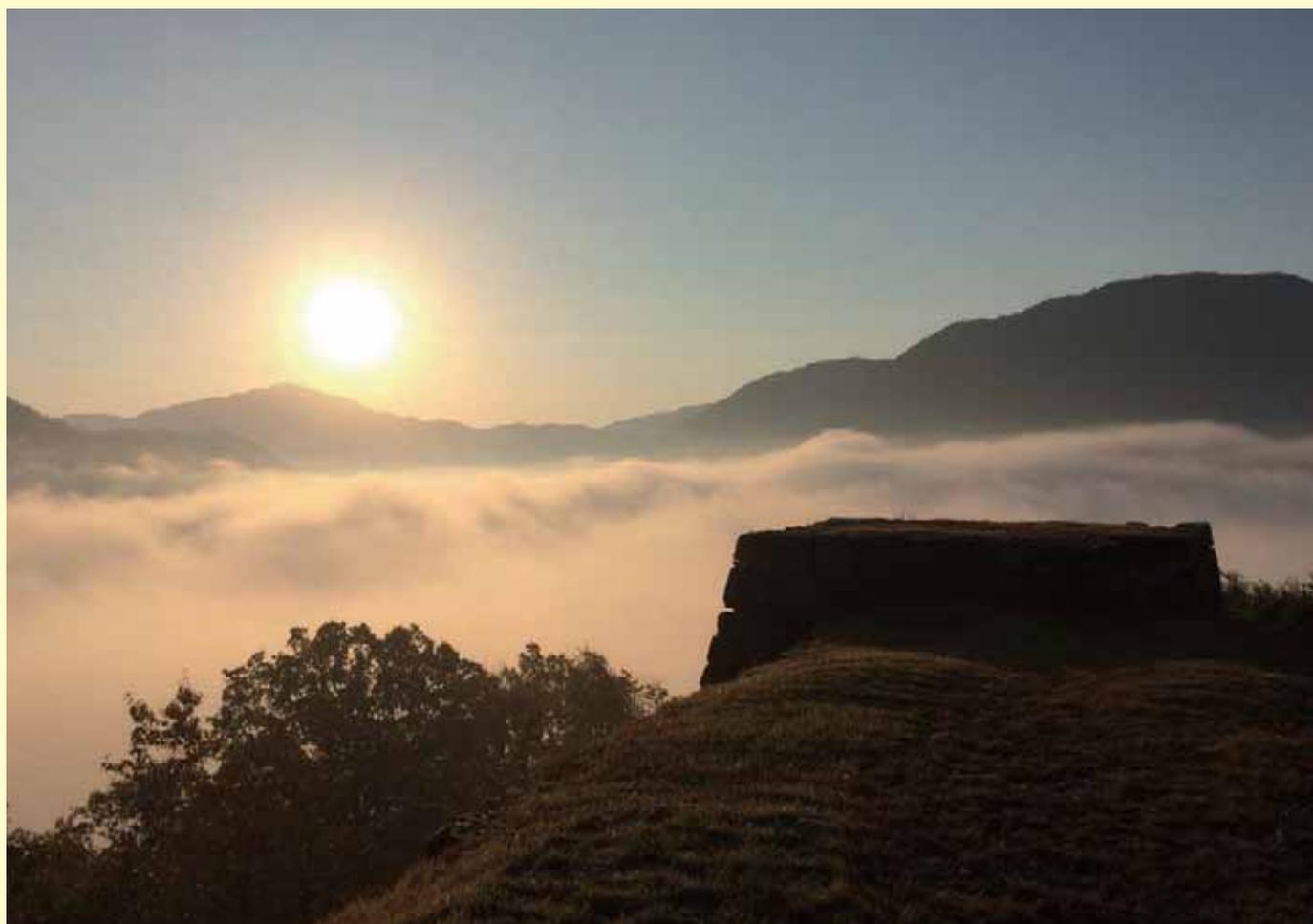
# 雪月花

新春号 [第 11 号]

2018 年 1 月発行

社会福祉法人 太子福祉会  
太子の郷

〒671-1511  
揖保郡太子町太田231番地の1  
TEL : 079 ( 277 ) 5000  
FAX : 079 ( 276 ) 8688  
雪月花 広報委員会



撮影：坪田 圭司・奈美子 夫妻

## 目次

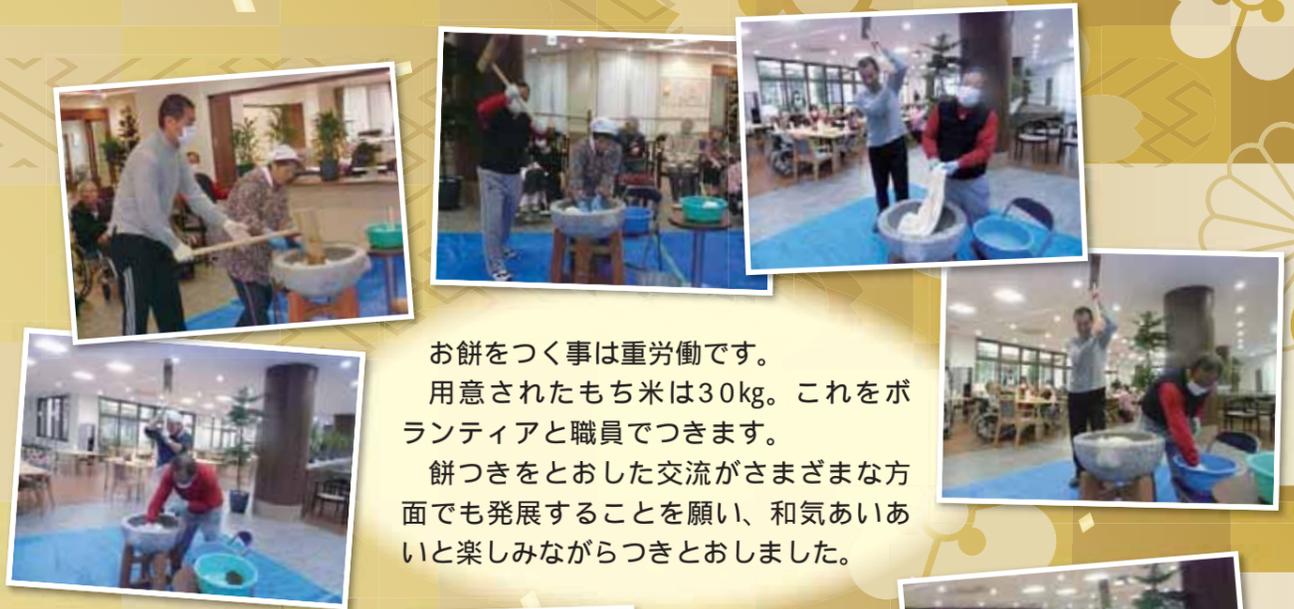
餅つき大会特集 .....	1 ~ 2	サークル活動・グループホーム 医務室便り .....	5
デイサービス 小規模多機能型居宅介護 .....	3	ヘルパーステーション 居宅介護支援事業所 栄養課だより .....	6
ユニット型特養・地域密着型特養 ・ショートステイ .....	4	ランチ太子の郷 ひまわり通信 .....	7

# 太子の郷 餅つき大会

平成29年12月4日に実施された餅つきの様子を今回は特集します。  
 この餅つき大会は、ボランティアの名村建設様のご厚意により実施され、12月の恒例行事として定着しています。  
 今年は30kgのもち米が用意され、職員とボランティアの皆さまで協力して、お餅をつきあげました。



つきたてのお餅は、ぜんざい・お汁粉としていただきました。皆さまもやわらかいお餅を美味しく笑顔がこぼれます。もちろん食べるだけでなく、餅をつく場を觀賞。すぐ間近で振り上げられる杵、餅をつく音も肌で感じられ、見ている方も力が入ります。杵の動きに合わせてお腹の底から掛け声を出される方もおられました。



お餅をつく事は重労働です。用意されたもち米は30kg。これをボランティアと職員でつきます。餅つきをとおした交流がさまざまな方面でも発展することを願い、和気あいあいと楽しみながらつきとおしました。

利用者の方も、餅つきにチャレンジしました。



施設長も女性職員も、一丸となって餅をつきました。



明けましておめでとうございます  
 今年もよろしく願いいたします

# デイサービス

新年明けましておめでとうございます!!  
 昨年、たくさんの方が園芸に参加してくださいました。  
 デイサービスで稲を育てるのも2年目で最初の頃よりもたくさん収穫できました(^^)v



今年もたくさんのイベントを  
 企画しています。  
 楽しく過ごしていただけるように  
 職員も頑張っていきます。  
 本年もどうぞよろしくお願ひ致します。

# ユニット型特養・地域密着型特養・ ショートステイ

## お神輿見学



太子の郷にお神輿がやってきました!



## 園児との交流会

地域の子どもたちが  
 施設に遊びに来ました(\*^\_^\*)  
 皆さんとても良い笑顔です。  
 子ども好きな利用者様が多く、  
 とても喜んでおられました。



## 誕生日会



その月の誕生日の方達を  
 職員・他利用者様達でお祝いをしました。  
 お誕生日おめでとうございます!  
 これからも元気に笑顔で過ごして下さいね\(^o^)/



## 散歩

風を感じに  
 散歩に出掛けました。



# 小規模多機能型居宅介護



御津までコスモス見学に行きました。「綺麗やし、ええ気候やなあ」と皆様に話をしながら観られていました。



皆様が花火をしました。「綺麗やなあ。懐かしいなあ。」と言われていました。時折「煙た~い」と笑われていました(^^)v



小規模運動会。選手宣誓から始まり色々の競技をしました。赤と白に分かれ大盛り上がり!皆様とても頑張っておられました。職員の競技もあり大きな声で応援して頂きました。終わられ「今日は楽しかったあ(^\_^)」と、笑顔で言われていました。

## ガーデニング

ユニットではガーデニングをしています。  
 皆でチューリップを植えました。  
 春が楽しみ



## そうめん流し

そうめん流しをしました。  
 そうめんを上手に擀い、  
 美味しそうに召し上がられていました。



## 看取りケア

お部屋で好きな音楽を流したり、映像を観て頂いたり、個別ケアを行っています。



私たち職員は、太子の郷で生活されている方々を、本当の自分の家族のように思いサポートさせていただいています。

# サークル活動 にじいろ

サークル活動「にじいろ」がスタートして半年が経過しました。月二回カラオケと創作活動をしています。利用者様も職員もわきあいあいと活動しています。



コスモスの壁画づくり

まっほっくいのクリスマスツリー制作

むつま芋の蒸しパンづくり

今年の抱負は、皆様に活動を見ていただけるよう、作品展出品など目指していければと思っています。

# グループホーム

## 秋の茶話会

### 干し柿

一つ一つ丁寧に甘くな~れと心をこめて...

地域の銘菓を全入居者様とスタッフで頂きました。ホッと一息穏やかな時間を過ごしました。

## 懐かし山郷の秋 ~2017~

### 秋祭り

手作り神輿でワッショイ！ワッショイ！立派な物が出来ました。

### 焼き芋

寒い日の焼き芋は身も心も暖まるね



# 医務室便り

毎日、忙しく過ごしているとなかなかリラックスする時間がとれず、心も体もどこか疲れたまま次の日を迎えることはありませんか。リラックスできる方法は人それぞれと思いますが、何かひとつでも自分のリラックス方法を見つめられるといいですね。

たとえば

- ・深呼吸(腹式呼吸)。呼吸には心と体をリラックスさせる効果があります。
  - ・ハンドマッサージをする。手の中にはいろんなツボがあるので、もんだりこすったりするだけでリンパの流れがよくなり脳もリフレッシュできるそうです。
  - ・目を閉じる。目を閉じる行為は、脳が寝入る前のリラックスした状態であると思い込み、緊張を解きほぐしてくれます。
  - ・アロマテラピー。香りは、鼻から入り脳に届くためリラックス効果が高いといわれています。リラックス効果のある香りは、ラベンダー・ペパーミント・カモミール・ローズマリーなどです。太子の郷2階のハーブ園にもこれらのハーブが植えてあります。
- そのほか、音楽を聴くなどリラックスをしながら疲れ・緊張をほぐしましょう。

# ヘルパーステーション



ヘルパーステーションに所属する8人のヘルパーが、今年のサービスで大切にしたい事をそれぞれ一語で表現し、8人の想いをつなげて抱負にしました。

利用者様を尊重し思いに共感し、思いやりと寄り添う気持ちを忘れずに。いつも笑顔で真心こめて、最善を考えたサービスを提供できるよう努力します。

# 居宅介護支援事業所

## サービス利用や金銭管理に不安になったら

日常生活自立支援事業をご存知ですか？  
福祉サービス利用や家賃・公共料金等の支払い生活費等を、計画的に使う事に不安がある方が、住み慣れた地域で安心して暮らして頂くために、ご本人との契約に基づき支援します。



お手伝いできる事(内容はご本人との話し合いで決定します)  
1. 福祉サービスの利用援助 2. 日常的な金銭管理 3. 郵便物の管理

ご利用頂ける方  
在宅で生活している判断能力に不安のある高齢者や知的障害者、精神障害者等の方で、本人の利用意思が確認できる方です。

料金・・・  
相談は無料。契約後の支援は有料です。(福祉サービス利用支援、日常的な金銭管理 1時間=1000円)

詳しくは、太子町社会福祉協議会にお問い合わせください。

# 栄養課だより

## 『まごはやさしい』でバランスの良い食事を



『まごはやさしい』は、栄養バランスのよい献立をつくる際に取り入れたい食材の頭文字をとった言葉です。



- ま...まめ(黒豆 など)
- こ...こま(きんぴらごぼう、田作り など)
- は...は(わ)かめ(昆布巻き など)
- や...やさしい(煮しめ、紅白なます など)
- さ...さかな(海老や鯛の焼き物、田作り、かまぼこ、数の子、いくら など)
- し...しいたけ(煮しめ など)
- い...いも(きんとん、煮しめ など)

おせち料理は『まごはやさしい』の食材が、ふんだんに盛り込まれた、バランスのよい健康食なのです。日頃の献立を考える際にも『まごはやさしい』で考えてみてください。

# ブランチ太子の郷 (太子町地域包括支援センター委託事業)

太子町からの委託を受けて、太田・龍田地区にお住まいで75歳以上の方のご自宅を訪問させていただき、日常生活の様子やお困りのことはないか等、お伺いさせていただいております。差し支えない範囲で結構ですので、ご協力下さいますようお願い致します。分からない事やお困りの事が御座いましたら遠慮なくお尋ね下さい。

担当者 池田・石井

## 次回の介護予防教室 食事と栄養をテーマとした講演会を予定しています。

平成30年3月中旬(日曜日)太子の郷 1階 地域交流スペース

前回の介護予防教室は、音楽療法士の大勢美智子先生を講師としてお招きし、歌を唄うだけではなく回想法を用いたり、イントロクイズや体操を行って脳の活性化を目的とした講演をしていただきました。懐かしい唱歌や昭和の名曲を大きな声で唄いながら同時に体を動かし、皆さんいきいきとおられました。また、先生の歯に衣着せぬトークに笑いが絶えず、あっという間の1時間半だったと参加者の方々にもおっしゃっていただきました。

今回は元気の源である食事と栄養についての講演会を予定致しております。多くの皆様のご来場を職員一同心よりお待ちしております。



11月開催 第3回介護予防教室の様子



## 認知症カフェ ひまわり ひまわり通信



10月30日に音楽療法を実施しました。

台風接近が心配されましたが無事開催でき、多くの方が参加してくださいました。

季節の唄や焼きいもの唄を歌い、カフェタイムには『安納芋焼きいも』を提供し、季節感を楽しんでいただきました。

また、12月5日には、NPO法人ケアサポート兵庫の方を講師として『アロマワックスサシェ』作りを開催しました。みなさん夢中で材料選びをして思い思いの作品を作られていました。



### 次回の認知症カフェの開催予定

2月頃の開催予定です。お楽しみに。

## 関連施設

社会福祉法人  
太子福祉会

特別養護老人ホーム みどり園  
〒675-0104 加古川市平岡町土山423-9  
TEL:078-941-6700 FAX:078-941-1763

陽だまりの家  
〒675-0104 加古川市平岡町土山423-17  
TEL:078-941-0030 FAX:078-941-0031

ケアハウス あじさい  
〒675-0104 加古川市平岡町土山423-6  
TEL:078-941-1001 FAX:078-941-2677

尾上の郷  
〒675-0023 加古川市尾上町池田830-1  
TEL:079-422-3344 FAX:079-422-3345