



のん の しゃ  
音野舎だより



花見ドライブ

デイサービスでは、四月上旬より桜を見にドライブへ出掛けました。三月下旬の予定で計画していましたが、今年は開花が少し遅くなりました。皆様楽しみにされていたようで、「今日は桜を見に行くの？」と気にされています。

知覧の特攻観音の桜を見てから南薩縦貫道に乗り、川辺の摩崖仏までのドライブです。途中に咲いている桜やツツジを見て、「みごっかなあ」と話も弾んでいました。摩崖仏の桜のトンネルでは、「これは綺麗だ」と感嘆の声を上げて、春の訪れを喜ばれていました。

菜の花ドライブ



グループホームでは、春の陽気に誘われて塗木方面へ菜の花ドライブに出かけました。車内から菜の花に気付いた利用者様が「菜の花だねえ」と嬉しそうな声で皆様に教えていました。

菜の花畑に着くと一面の菜の花畑をバックに記念撮影を行いました。その後、菜の花を耳に飾り、笑顔満開で気分は乙女心。かわいい姿お互いに照れ笑いをし、久しぶりの屋外でゆっくりとした時間を過ごす事が出来ました。



## 節分行事



二月三日、ケアハウスでは食堂で節分の行事を行いました。男性職員が鬼になり、逃げ回る鬼に必死に投げていました。新聞紙を丸めて作った新聞玉の攻撃もありましたが、仕舞いには新聞玉を鬼が打ち返したり：利用者の皆様も大笑いで楽しい豆まきとなりました。

また、段ボールで模った鬼の口に豆を投げ入れ、それぞれ入った数だけ豆を美味しく頂きました。



## ひな飾り作り



小規模多機能ホームでは二月上旬からひな飾り作りの準備を始め、三月三日のひな祭りに合わせて制作を行いました。

利用者の皆様は自分好みの着物の色や柄を選び、お内裏様やお雛様の顔も自分で描いてくださいました。顔を描く時や、一つ一つの細かなパーツを付けていく時は、手先を使うためなかなか上手く出来ず「私は出来ないからしてよ」「こまなかで目が見えん」などの声も聞かれました。

作業を進めていくうちに「かわいいね」「綺麗だね」などの声が聞かれ、皆様も一生懸命作業に取り組み、個性あふれる『世界に一つだけのひな飾り』を作ることが出来ました。



# 誕生会



三月二十五日、グループホームではユニット合同の誕生会を開きました。まずは体を動かしたゲームを楽しみ、心身共にほぐれたところで、いよいよ今月誕生日を迎えたご本人達の登場です。三月は五名の利用者が誕生日を迎えました。誕生カードと歌のプレゼントがあり、「ありがとうございます」と笑顔で感謝の気持ちを伝えておられました。

職員が心を込め、果物いっぱいのカラフルなデコレーションケーキを用意しました。本物のロウソクも飾られ、お願い事もしていました。ロウソクの火がすべて消されたところで、「おめでとうございます」と拍手喝采。美味しさのあまり、口の周りにもクリームをつけたりしながら完食され、甘くて楽しい時間を過ごすことが出来ました。

## スイーツ作り ～第2回～

デイサービスでは、スイーツ作り第二弾として春のスイーツとして人気の『イチゴ大福』を作りました。

まずは苺のヘタを手でちぎって取り、苺のとがった方を少し出して黒餡で包みます。次に、白玉粉、砂糖、水をよく混ぜてレンジで加熱します。それを冷めて固くならないうちに十六〜十八等分し、手で薄く伸ばして餡を包んだら完成です。

作業では、柔らかい大福生地を伸ばして包む作業が難しかったようですが、出来上がったときに苺の赤みが透けて見えるように、餡から飛び出た苺の部分を生地当てて包み込むコツを聞きながら上手に包まれて、とても美味しそうなイチゴ大福が出来上がりました。

また、イチゴ大福は昭和六十年頃に生まれた新しい和菓子であり、黒餡を使う地域と白餡を使う地域（白餡は主に関西で使われる）があります。今では餡だけでなく、苺と生クリームを包んだものや、苺以外の果物を包んだ『フルーツ大福』というものがあるなどの歴史についても学びました。

終わった後に、イチゴ大福のレシピを聞かれる利用者様から「家でも作ってみるね」との声もあり、好評のスイーツ作りとなりました。



### イチゴ大福レシピ(16~18個分)

- イチゴ.....16~18個
  - 片栗粉(打ち粉)....適量
  - 黒餡.....適量
- Aを500wで8分加熱
- }
  - 砂糖.....大匙①
  - 白玉粉.....200グラム
  - 水.....300cc



# デイサービスの取り組み



## 座位

「体幹UP」

タオル使用し体幹を捻り柔軟性を保つ

## 勉強会の様子



「機能訓練加算」を算定することとなりました。作業療法士を中心に、個々に合わせた体操の見直しをするための勉強会を行いました。これまでは全体で同じ体操を行っていましたが、四月からは立位・座位・臥位と、利用者様の状態に合わせて三グループに分け行っています。初めての体操に皆様も興味を持って下さり、和室や平行棒への移動も普段より速く、ソワソワしていらつしやる様子でした。

また、四つ這いで右足・左手を挙げる体操等、これまでにしたことのない動きに戸惑う様子も見られましたが、進んで取り組んでいらつしやる方もおり、数日後には完璧に出来るようになっていました。終了後には、「汗も出たよ」と言われる方々も大勢おられ職員にとっても、良い運動になっていくようです。

「この体操をしてから、歩き方が良くなった」などと嬉しい声も届いています。

無理をせず、機能の維持が出来るお手伝いが出来ればと考えています。

## 皆で体操・筋力アップ!



## 座位

「太ももの筋力UP」  
膝を伸ばして曲げて10回!



## 座位

「太もも内側の筋力UP」  
膝でボールを挟み骨盤を安定させる



## 立位

「バランス能力UP」  
片足を膝の高さまで上げて10回!



## 臥位

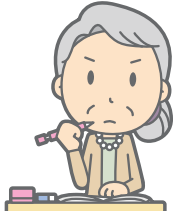
「背中・お尻の筋力UP」  
四つん這いで交互に片手・片足上げ



## 臥位

「腹筋・腸腰筋UP」  
仰向けで片足上げて姿勢・歩行の安定

## アンガーマネジメント研修



二月二十五日、特別養護老人ホームの介護主任の水溜正子が講師を務め、「アンガーマネジメント」研修を行いました。

アンガーマネジメントとは、「怒りをコントロールし、怒る必要のあることは上手に怒り、怒る必要のないことは怒らないようになること」です。怒りを適切に表現できれば、互いの理解が深まって信頼関係の構築に役立ちます。

怒りの種類として「強い怒り」「継続する怒り」「頻発する怒り」「攻撃性がある怒り」があり、自分が怒りを感じるポイントや怒り方の癖を知ることが必要です。怒りを最も強く感じるのは初めの六秒間と言われ、この六秒間をやり過ごすことが重要です。方法として、心の中で怒りに点数を付けたり、簡単な計算をしたり、落ち着く言葉を唱える等があります。

また、自分の中にある「こうあるべき」という固定観念を持たず、許容範囲を広げる事で怒りの頻度を少なくすることが出来ます。短い時間でしたが、学んだ事を実践し、円滑な人間関係を築いていきたいと思えます。



## コロナウイルスによる音野舎の感染防止対策

音野舎の桜もいつのまにか満開を過ぎ、葉桜となってしまいました。

例年ならば華やかな花の下を散歩したり、お昼ご飯を皆で食べたりする時期ですが、今年はコロナウイルス感染予防のために行事等も出来ない状況です。

また、残念なことに面会も二月二十一日から制限を始め、早三カ月が経とうとしていきます。利用者の皆様やご家族の皆様には大変ご迷惑をお掛けしております。

さて、私共の法人では国内の感染の動向を見ながら、厚生労働省、鹿児島県や南九州市からの通知等をもとに、また他の社会福祉法人等とも連絡をとり合いながら感染の予防対策を講じています。

- ① 職員は出勤・退勤時に検温をし、国の定める基準以上の体温がある時は出勤を控えています。
- ② 定期的に建物内の一斉換気を行っています。
- ③ 職員の休憩時間が「三密」の状態にならないように、時間差を設けたり休憩場所を複数個所にしていきます。
- ④ その他にも不要不急の会議等を中心し、職員自身及び家族の外出等にも注意を喚起しています。

今後、南薩圏域での感染が発生した場合さらに対策を講じていかなるはなりません。そのような事態にならないことを願うばかりです。

皆様も周知のとおり、鹿児島県内の発生はいずれも県外からの人の流れや県外への旅行が原因となっております。

今や想定のできない緊急事態宣言延長の中、私達それぞれの協力と警戒を堅守し、早期の終息を願うばかりです。

ふだんの生活に感謝しながら明日の平和を祈り、暫くは御家族の皆様を含めてご協力をお願いいたします。



こまめな  
手洗い・うがい



# 入社式

4月1日 新型コロナウイルス感染禍が心配される中、無事入社式を行うことが出来ました。施設長の挨拶の後、それぞれの新職員に辞令が手渡され、各自、抱負など発表してもらいました。



## 尾曲 順子 さん(左側)

皆さん、初めまして。4月1日から居宅ケアプランセンターに仲間入りをさせてもらった尾曲順子です。前職は南九州市内にある小規模多機能事業所で介護支援専門員兼介護職に就いていました。

居宅のケアマネは初めてという事もあり、ワクワク感と緊張と不安でいっぱいですが早く慣れて楽しく仕事が出来る様に前向きに頑張っていきます。皆様どうぞよろしくお願いたします。



## 冷水 彩花 さん(真中)

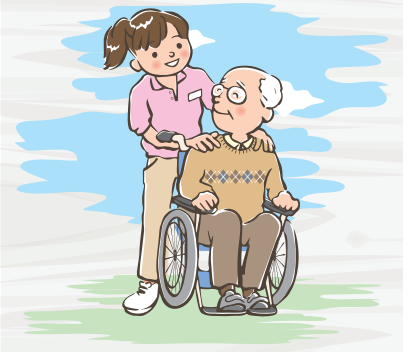
この度、音野舎に入社しました冷水彩花です。最初は慣れないこともありますが、先輩職員の方々に分からないことはしっかり聞いて、少しでも早く仕事に慣れていきたいです。

また、元気や明るさを活かし、利用者様や周りの人を笑顔にできるような介護福祉士になれるように努めていきたいと思っています。

## 田中 花梨 さん(右側)

この度、音野舎に入社しました田中花梨です。人の役に立つ仕事をしたいと思い、介護という仕事を選びました。

分からないことは先輩職員の方々に聞き、少しでも早く仕事を覚えてお役に立てるよう頑張ります。



## ～成人式を迎えて～

### 堂園 千尋 (グループホーム)

二十歳になり、社会人としての自覚を持ち自分の行動に責任を持てる大人になりたいです。



## 編集後記

新年度を迎え、例年ならば新緑と桜に気持ちは軽やかに日々を過ごしているはずなのですが…。今年の春は世界中が重苦しい空気に覆われています。

目に見えない感染という不安に皆で力を合わせて打ち勝ち、来年は素晴らしい桜を愛でたいものです。

## 発行

社会福祉法人 滴々会

高齢者総合福祉施設 音野舎 (のんのしゃ)

〒897-0302

鹿児島県南九州市知覧町郡 2072 番地 2

TEL 0993(58)7171 FAX 0993(83)4771

URL <http://www.nonnosya.com/>

E-mail [info@nonnosya.com](mailto:info@nonnosya.com)