

# やがくんの丘 たより

第27号 河内福祉村

発行 社会福祉法人 陽光「みかんの丘」

- ・特別養護老人ホーム・デイサービスセンター
- ・居宅介護支援事業所・ショートステイ
- ・地域交流センター「夢見館」



2016年6月



今回も遊びも学びも美味しい物も大好きな2人が、好奇心の餘るまま、ふるさとの味わいを再発見してきました!

河内ミナルさんとハナさんご夫婦の気ままに探訪。

花も咲き誇っていますよ。



## 荒木直平商店

今回は、玉名市高瀬の商店街にある明治3年創業のお酢屋さんを訪れました。

荒木直平商店さんをお酢屋さんと呼ぶのは、なぜか?

### 名所1 荒木直平商店

熊本県玉名市高瀬 234 開 8:00~19:00 0968-72-2003

今回の  
おでかけ地図

「めん」と「だし」のこだわり!

### 山もみじ

玉名から208号沿いにあるうどん店。もみじが大好きなことから「やまもみじ」と名づけ紅葉の名所となるのが店長の夢。これから季節いろいろな野菜の天ぷらの「ぶっかけ」を冷でいただくのがおすすめだそう。

熊本県玉名市北区植木町鈴木 205-1  
開 11:00~20:00  
096-272-4440 開水曜



庭園を見ながらひとときの癒しを!

### 那古井館

部屋食で温泉にも入れる4,000円のコースと、食事だけの2,000円のコースがあります。手入れの行き届いた庭園を見ながらの食事はまた格別。喧騒から抜け出し、ひとときの癒しを。

熊本県玉名市天水町小天 8277  
開 11:00~15:00 夜 16:00~21:00  
0968-82-2035 開無休※完全予約制



## 「どっこい私は元気です。」

人に歴史有り。地域や私たちの周りを支えてくださっている皆様のこれまでのお話や、お元気な姿をお伝えするコーナー。

みやつ はこぶ  
宮津 運 さん



自宅前で決めの投げ打ボーズをとってもらいました。

宮津さんは、大正5年9月10日生まれで今年100歳をむかえられます! 9人兄弟に生まれ、2人は若くして亡くなられたが他の兄弟は90歳以上の長寿の家系です。宮津さんは、昭和11年の20歳の頃、微兵にて台湾へ渡り怪我をして兵役免除。台湾の製糖会社に勤め、昭和13年に帰国。帰国後は、農業に従事しながら海で貝や魚などをとて生計を立てられたそうです。また、毎年全国各地で開催される傷痍軍人大会や、天皇陛下もご出席なさる全国大会へも何十年もかかさずして参加してこられたそうです。98歳の昨年3月には、一人で時刻表を調べながら乗継ぎ、四国の41番札所の観音様にお参りをしてくるなど驚くほどに大変お元気な宮津さんですが、昨年の7月で特技の投網はやめられたそう。今でも通りがかりに川で蟹が泳いでいるのを見ると「行ってみようか」と心躍りますが、足元がややおぼつかなくなっているなと思いつつも、足元がややおぼつかなくなっているなと思いつつも、最近では使われなくなってしまったのだそうですが、蟹づくり職人の熟練の技は時を超えて、道具を超えて磨き上げられながら伝わっているそうです。代々引き継ぐ昔ながらのツンとこない、自然でまろやかな味わいは今も育まれています。また、店頭に並ぶ色とりどりの果実季節果物の、豊かな彩りや味わいが楽しめるおすすめの逸品です。風土と共に磨き上げられている、深い味わいを、その背景と共に楽しんでみられてはいかがでしょうか?

## みんなかたらんね! イベントカレンダー



5/18(金) ~ 6/11(土)

### 第26回 高瀬裏川花しょうぶまつり

会場: 高瀬裏川水際緑地一帯 住所: 熊本県玉名市高瀬

駐車場: 無料 お問合せ: 0968-73-2222 (玉名市商工観光課)

約 66,000 本の菖蒲の花が美しく咲き誇るまつりです。期間中には夜間も楽しめるようライトアップされます。6月4日(土)はメインイベントとして公園の特設ステージでコンサートのほか、野点や高瀬市も開かれます。

お問合せは『社会福祉法人 陽光 みかんの丘』まで  
〒861-5348 熊本市西区河内白浜字塙切 1440-2

TEL 096-278-4055 FAX 096-278-4056 担当 / 江副

## 負けんばい熊本!! ガンバレ「みかん」

「みかんの丘」はおかげ様で利用者に直接的被害はありませんでした。それは河内地区が地震のせいかあまり被害がなかったとの、施設そのものの耐震性が強固であったからでしょう。その結果、地域住民の方への自主避難先として役立ったようです。余震の不安から夜毎 20~40 人の地域住民に避難して頂きました。また地の揺れにより普段よりも介護の必要な利用者が急増するのは当然であり、その人達に少しでもお役に立ちたいと定員オーバーの「緊急ショートステイベッド」を用意し延べ約 60 人強の利用者に利用していただけました。また、マスコミ等で「熊本地震」の報道がなされるたびに全国からの支援物資が日に日に送られてきて比較的の被害の少なかった我々はその支援物資を熊本城を中心とした地区、あるいは益城町等の甚大被害地域あるいは水、食料などの基本的支援物資が届くことなく不足している地区、施設に直接届くよう努力しました。その総量は約 7 トン以上でした。このようなことがあればこれから1ヶ月のしごとでした。

この「しごと」の実行は全スタッフが一丸となり、また、我が家をも被害に遭い、自家用車で寝泊まりしながら出勤し、業務に励んでくれた私どものスタッフの努力の賜物でした。

「熊本地震」は私どもにとって初めての経験でした。1ヶ月経過し、少し落ち着きを取り戻しつつあります。次はこの経験をいかに生かすかを皆で考えていただきたいと思っております。



### 地域の皆様へ安心を!一時避難所 地域交流センター「夢見館」

当施設は、熊本市西区河内町焼野・南越区と避難所協定を締結しております。災害時等の際、地域交流センター「夢見館」とデイサービスセンターを一時避難所として地域の方々へ開放しております。一時避難の際は、お気軽にお越し下さい。通常時は、地域の皆様の交流の場として開放しております。使用をご希望の方は、どうぞお気軽にお問合せください。

# 特 養

夢を叶え自分らしい日々を。  
夢実現プロジェクト！



Hさんの夢

「美味しいお肉を食べる」

Hさんは何事も少し介助が必要ですが食べることは一人で出来ます。Hさんはお肉が大好きです。以前は柔らかめの食事でしたがお肉を食べる為に常食を希望されるほどでした。そんな、Hさんと私たちと一緒に見つけた夢は、好きなお肉を食べに行くこと。その為には外出しなければなりません。それから、リハビリが始まりました。

午前と午後の1日に2回の歩行訓練です。歩行器を利用してながら5メートル、15メートル、45メートルと距離を延ばすことが出来ました。初めは足が前に出なかったり、交差したり膝おれしたりしましたが、だんだん足取りがよくなっていました。介助も2人から始まり現在では、1人介助で良くなりました。この力は夢を叶えたい、あの美味しいお肉屋さんの牛肉を食べに行きたいと思う力です。お店はまだ少し遠い目標ですが、すこしずつ近づいています。Hさんとともに目標に向かって頑張るぞ！スタッフの熱い思いです。



お祝いにもピッタリ  
『まぐろとアボカドのお寿司』

材料  
4人前

まぐろ刺身…200g  
アボカド…1個  
熱いご飯…4杯  
合わせ酢…●  
・酢…大さじ4  
・砂糖…大さじ1と1/6  
・塩…小さじ1

青ネギ…3本  
レモン汁…小さじ2  
いりごま…大さじ1  
挽きノリ…  
わさび…  
しょうゆ…

①合わせ酢の材料をよく混ぜ合わせておく。

②マグロはペーバータオルにて水気をとり、1cm角に切り、醤油を小さじ2ふりかける。アボカドも同大きさに切り、レモン汁をかける。青ねぎは小口切り。

③すし飯を作る。御飯をポウルに入れ②を加えて切るように混ぜ、いりごまは包丁で細かく刻み混ぜ加える。

④すし飯をどんぶりに盛る。焼きノリをもんで細かくちぎって散らし、その上にまぐろとアボカドをのせ最後に青ネギを散らす。わさび・しょうゆを添えれば完成！

# 「自分らしく」を応援

みかんの丘で芽吹く、自立支援の道

住み慣れたこの場所で、いつまでも自分らしくイキイキと暮らしたい。

それは、誰もが抱く想いです。その想いと夢に寄り添い、あきらめる  
ことなく、いつまでも自分らしい自立した生活を送って

いただくために、みかんの丘では、自立支援に向けた

新しい介護の在り方に挑戦しています！

Uさんの夢  
「みかん狩り」

Uさんは病気になるまでみかん作りを

されていましたが、病気後は家族の手伝いも出来

ないと、やる気をなくしたのが「なったけなら、何もせんほうがすきたい」と口癖のように言われ、残念な気持ちも何われる事もありました。Uさん「何か夢は？」と尋ねると「むかし自分が植えたみかんが気になるねー。またみかん狩りでも出来たら…」

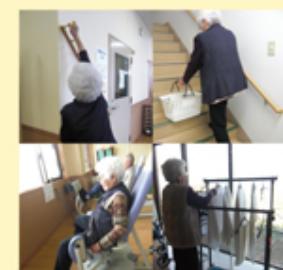
スタッフは理学療法士も交え、ある計画を家族に投げかけてみました。すると、ご家族の協力を得られることができ、3ヶ月後に「みかん狩り」を実行することをUさんに伝えました。今まで億劫だった歩行練習が3ヶ月後を見据えた訓練に変わってきました。

お天気に恵まれたある日、ついにその日。家族、スタッフが見守る中、自分の手でみかんをちぎりバッケ。「うまい！最高たい。」大きくうなずいた笑顔に、Uさん、ご家族、スタッフにやり遂げた満足感が広がりました。

また、一緒に次の夢の実現を目指して行きましょうね！



お買物  
コーナー



楽しみながらのリハビリ。  
笑顔いっぱいいつまでも  
元気に私らしく！

食べ物  
コーナー

職員のお手製の羊羹と甘酒  
それをお供でした♪

皆で楽しく大盛り上がり  
【第四回 デイサービス祭り】



一人一人にあつた機能訓練を  
「いつまでも元気なワタシ

今回もやつできました!! デイサービス祭りの開催です。今回は、新しく宝くじも加わり、バザー、ゲーム、お菓子の抽選取りなど、楽しみ盛りださん!!

日頃、リハビリを頑張ることで獲得した「みかん通貨」を使い、普段なかなかお買物にいくことが出来ない方々にもお買物を楽しんでもらえるよう、デイ職員を始め、地域の方々にもご協力いただきながら様々な商品や企画をご用意し開催することができました！その様子を報告したいと思います♪

このようにみかんの丘デイサービスでは、一人一人に合わせた機能訓練を行なっています。そのため、運動域、握力アップ、膝の痛み軽減のためのホットバサフなど、職員が見守りの機能訓練を実施しています。

最近は膝も痛いし、肩もあがらなくなってきただけといつまでも家族の役に立っているみたい」とお話しされ、リハビリにとても前向きなOさん。ある日、「洗濯物干しが続けていいけるようなりハビリはできない?」と相談がありました。詳しいお話を伺うとOさん宅は、物干し場まで階段があり、昇降の際に膝の痛みがあること。実際に肩が上がりにくいことなど、いくつかお困りことがあるようでーだ。そこで、Oさんの自宅の環境や体力に合わせた機能訓練をみました。階段の昇降筋力の低下に対して無理のない筋力アップ、干す時の動作(肩の可動域、握力アップ)、膝の痛み軽減のためのホットバサフなど、職員が見守りのための支援を行っています。

デイサービスに来所されている大倉さんが、三十一年間に渡り制作してきた紙粘土人形の作品四十四点を、地域交流センター「夢見館」入口にて展示致しました。色彩豊かに、細部まで作り込まれた優しい表情の紙粘土人形は、とても見応えのある作品の数々で、これだけの数の作品を、一気にお目にかかる、またとない機会でした。



大倉カズ子さん  
作品展開催

