



# さくら 2014 秋

発行  
社会福祉法人 東桜会  
第 45 号  
〒420-0962  
静岡県葵区東 527 番地の 1  
特別養護老人ホーム 麻機園  
TEL 054(247)8739  
FAX 054(247)8640

## 敬老会が開催されました

爽やかな秋空のもと、9月13日には敬老会が開催されました。さくらの広場に入所者の皆様、職員が一堂に会しまして、ご長寿をお祝いしました。

第一部式典で、皆様はよそ行きの服に身を包み普段とは異なる表情で参加しました。厳肅な雰囲気の中、理事長、園長の挨拶と共に、静岡市長からのお祝いの言葉が披露されました。入所者の皆様もお祝いの言葉を真剣に聴いていました。今年度、白寿、喜寿を迎えられ敬老祝い金の贈呈を受けるのは8名の方々に、理事長より8名を代表して松田くんに贈呈されました。松田くんに様は少し照れながらも嬉しそうな表情でした。また謝辞として優しく心のこもったお言葉を頂きました。9月に103歳の誕生日を迎えられました麻機園一のご長寿の大石志づ様には、職員一同の寄せ書きを贈呈しました。大石様からは「ありがとうございます」と大きな声のお礼がありました。本当に素敵な笑顔で職員一同も嬉しくなりました。

第二部は、「静岡大学吹奏楽団」によるフレンチホルンの演奏と職員による手遊び・輪踊りを披露しました。フレンチホルンの演奏は、皆様に馴染みの曲が多く、その音色は時に優しく、時に勇壮なものでした。演奏中は、一緒に口ずさみ、また、聞き入っていました。手遊びでは職員と一緒に歌に合わせて元気に体を動かし、輪踊りでは職員一同がハッピー姿で踊り、皆様のご長寿をお祝いしました。

第三部はお食事会です。今年は松花堂弁当をご用意しました。うな重風弁当に季節の天ぷらをあわせました。ジュースやお酒で乾杯の後、お食事を楽しんで頂きました。ボリュームのあるメニューでしたが、皆様美味しいとぺろりと召し上がっていました。

今年もご家族の皆様や、多くの方々のご出席のおかげで、素敵な会を開催することができました。来年はもっと素敵な会になるように努めたいと思います。

麻機園寮母 佐藤尚哉



## ケアハウス「桜花」便り ~つばやき~

### 福を呼び込む！！敬老会

暑さもやわらいだ秋晴れのもと、ケアハウス桜花の敬老会が開催されました。

第1部の式典では新百歳・卒寿・米寿の方に記念品を贈呈し、大変喜んで頂けました。

第2部のアトラクションでは「琴静流東瀬名教室」様と「五反田七福神」様の2つの団体会場を盛り上げ、それぞれ文化箏（ぶんかごと：普通の琴の3分の1の大きさ）の演奏や、七福神の踊りを披露してくださいました。入居者の皆様は、客席に降りてきた布袋様の大きなお腹をなでたりして、七福神と触れ合い、にぎやかに福を頂きました。食事会は「敬老祝膳」を召し上げて頂き、「ありがとう」の言葉と共に笑顔のお返しをたくさん頂きました。皆様がいつまでもご壮健であられますよう、職員一同心よりお祈りしております。

桜花寮母 丸山賀久



# 麻機園運動会

10月8日毎年恒例の運動会が開催されました。沼上保育園の園児さん達も参加して、今年も大いに盛り上がりました。普段は見られないような真剣な表情や身のこなしを見ることができました。園児さん達も鼓笛隊の演奏や軽い身のこなしで競技に参加し、大きな声で皆様を応援してくれました。

パン食い競争、玉入れと毎年恒例の種目に今年は新しくひも送り綱引きという種目を取り入れてみました。

本番では普段おとなしい方も勝負事となると大きな声で「それ引っ張れ、負けるな」と大いに盛り上がり。事前練習の甲斐もあって両チームひもを力いっぱい引っ張り、ひもが引きちぎれてしまうというハプニングもありましたが、笑いあり、涙ありの楽しい運動会となりました。

麻機園寮母 望月優美



## デイサービス通信~我らの人生これからだ!~

デイサービスでは午前中、利用者と職員が皆で輪になり、いすに座って体操を行っています。タオルや手作りの棒を使って、季節の歌に合わせて身体を動かす体操など、ゆっくり少しずつ楽しみながら身体を動かしています。

今回は、毎日行う「お口の体操~あいうえお体操~」を紹介します。

- 「あ」目は大きく見開き天井を見る。腕を広げて、下あごを広げて富士山の口。富士山を見上げるように「あー」
- 「い」口を真横に(歯ぐきが見えるくらい)、手はグーにし横に引っ張り「いー」
- 「う」口全体を大きく前につき出す。手はグーで胃の前へ。「うー」音をできるだけ長くのばす
- 「え」舌は歯にふれないで思いっきり出せるところまで出す。てのひらを上向きに舌と一緒に前へ左右へ「えー」と言いながら舌を上下にそして左右へ
- 「お」空気を集めて丸を作るイメージで「おー」ほっぺの筋肉をのばすように

お口の体操は、唾液がよく出たり、舌が滑らかに動くようになり、食べ物をごっくんと飲みやすくなります。言葉をはっきり発音させる効果もあるといわれています。また、口まわりの普段使っていない筋肉を使って体操することで「小顔」に近づける効果もあるそうです。ぜひ皆さん、食事前やお風呂の中などでやってみてください。

「転職してみて」

石川えりか

麻機園に入職して一年半が経ちました。この仕事に就く前は、犬を訓練したり、繁殖したり、管理したりと毎日犬と一緒に生活をしてきました。その頃の私は8年経っても成長出来ない自分への苛立ちと焦りで自暴自棄になっていた所がありました。辞める時は不思議と後悔はなかったのを覚えています。今の仕事に就くきっかけは、ハローワークで職探しをしていた時の事でした。特別「この仕事が見たい」というものが見つからなかった時でしたが、辞める前に職場の所長に「今までのお前を見てきて、介護の仕事がむいていると思うよ。」と言われた事を思い出し、やってみようかなと思っただけのきっかけです。

入職前の、職場見学をした際に、各居室に顔写真が貼ってあり居室担当の寮母がいることを初めて知りました。その時に私も「自分の居室を持てるように頑張ろう!」と意気込んだことを今でもはっきりと覚えています。介護の仕事は未知の世界だった為、毎日覚える事があり、目の前の仕事をこなす事でいっぱいでした。入所者を移乗する際は「私が人を抱えたりしても大丈夫かな」と自分に自信が持てなかつたのですが、経験を積んでいくうちにその不安も徐々になくなっていきました。入所者の皆さんと会話をすることも、以前よりも上手に出来るようになっていきました。

仕事に慣れてきた頃、副寮母長に言われた言葉が今でも印象深く残っています。「器用に仕事しようとしなくていいよ」という言葉です。この言葉は私が楽に仕事をしようとした時や、早く仕事をしようとして入所者の気持ちを考えていなかった時に言われた言葉です。介護の仕事は、入所者の気持ちを常に考えて行動する事が大切だと感じました。それ以来、仕事はまだ遅いけれど入所者の気持ちを常に考えて行動する事を心がけています。

麻機園には素晴らしい職員がたくさんいます。「はやく結婚しなよ。」と仕事以外でも色々気にかけてくれます。失敗した時は励ましてくれる寮母さんもたくさんいます。(中にはちょっと怖い先輩もいますが・・・でも本当はすごく優しい事も知っています。)そんな麻機園が私は大好きです。これから日々成長し、入所者の皆さんにとってのナンバーワンの寮母を目指して頑張りたいと思います。