

# 星の夢百聞

～ 第 168 号 ～

発行日：2020年2月1日

発行：有限会社 おいらーく

札幌市東区北 25 条東 20 丁目 7-1

発行人：星野 二三江

令和2年

おいらーく

新燃会

令和になり、はじめての毎年恒例おいらーく新燃会が1月10日(金) ホテルモントレ札幌にて行われました。ご来賓の方々とおわせ200名近い参加があり過去最高の人数でした。はじめに星野代表より smile again のバックミュージックの中おいらーくは今年満20周年を迎え、30周年に向かつて更なる飛躍と前進していこうという熱い思いを語って下さいました。職員一同も改めて今年も熱意をもって努めていくぞと心に誓いました。宴会がスタートし、あちらこちらで賑やかな交流があり、余興ではてんや本町の南部さん(78歳最高齢)の唄が響きだし、途中奥様も加わり仲睦ましくデュエット。灌○クリステルのサプライズゲストには会場の皆さんもビックリしました。えくぼ元町の迫力のハカが登場すると大爆笑と盛大な拍手。大盛り上がり。

100円争奪事業所対抗ゲームでは、トーナメント形式で3つのゲームを行いました。昨年に続き、新年会のゲーム優勝したのは生きがいサロン東雁来チーム。やはりチームの団結力が凄いのでしよう。

直ぐに抽選会へと続きます。今年の司会は税関で一度止められ当日の昼にギリギリ間に合った衣装を着た阿佐ヶ谷スターズです。このコンビも三年目となりあうんの呼吸でテンポよくドンドンと進めていきます。

今年も豪華な景品に皆さんの目がキラキラしたのが伝わってきていました。不思議なもので去年当たり、また今年も当たっている方が何人かいらっしゃいました。うらやましい限り。企画した旋風会委員は数ヶ月前から準備し、当日もほとんど席に着くことも無く頑張ってくださいました。ありがとうございます。そして一年間おつかれさまでした

(旋風会会長 道下)





第14回  
**歳末ジャンボ宝くじ当選会!**



何が当たるか〜わくわく!!

2020年1月7日に毎年恒例の『おいらーく年末ジャンボ宝くじ抽選会』が開催されました！年末ジャンボ宝くじは利用者様がたくさんの活動で貯めていただいた事業所内通貨の「ゆーめ」を最大限に使って行われる冬の一大イベントなんです！

今回の会場は昨年4月から新規参入の「デイサービスセンターてんやわんや北31条」。右も左もわからない中ではありましたが、たくさんのご協力で無事終えることができました。

今回の年末ジャンボ宝くじは、例年同様に大盛況！おいらーく全体で21事業所の利用者様が夢を叶えるために二万枚以上購入されていました。北31条でも始まったばかりのゆーめ（どんぐり）を全部使いきって購入される方が多く、職員として誇らしく嬉しい限りでした。

抽選会当日ですが、高橋副部長の「みなさまに当たりますように！」というありがたいお祈りの後、おもてなし賞の抽選から始まりました。次々と別事業所の当選が出てめでたい気持ちと共に焦りが募るなか、北31条の会場にも当選の知らせが！最初の当選は「高級梅干しセット」。当選をお伝えし、喜んでいる利用者様を見たときに本当によかったと安堵をしたのを覚えています。その後はまたなかなか当選の声を上げられず利用者様に「がんばれー！」と応援をいただきあつという間に一等の発表。星野代表が箱の中から1枚の半券を手渡してくれました。緊張の瞬間。開くと北31条の文字が！ひととき大きな声で当選番号をお伝えしたところ、当選の利用者様は驚きと喜びで涙ぐんでいらっしゃいました。こうして一等の「最新の首のマッサージ器」を利用者様にお渡しし、無事抽選会の閉幕となりました。

二等、三等、おいらーく賞などの様々な賞が皆様のお手元に届き、素敵な笑顔が溢れていると思うと今後もおいらーくの一員として利用者様を幸せにできるサービスをお届けしていきたいと強く思いました。

(山崎 孝宏)



**1等当選**  
おめでとうございます!!



## うらら伏古



年末料理・刺身盛り合わせと茶碗蒸しです。昨年は刺身の切り身が小さくてボリューム感に欠けていたので、今回は柵で購入し、盛り付けました。3点盛りですが、十分な量だと思います。皆さんほぼ完食でした。(高山 仁志)

# 年末年始のおせち競演!!

## CoCo 元町



元町の年末年始は、昨年人気のあったものを中心とした献立でした。12月31日の昼食は、海老天そば・芋もち他。夕食は、お刺身と茶碗蒸し他。1月1日の朝食は、茶巾蒸し・たらこ他。昼食は、お雑煮・数の子などの盛り合わせ他、夕食は、ちらし寿司・そうめん汁他。1月2日の朝食は、伊達巻・松前漬他。昼食は、うま煮・黒豆他。夕食は、お赤飯・天ぷら盛り合わせ他。3日間に渡り、年末年始の食事を楽しんでいただけたと思います。(栗林 実)

## CoCo 元町 貳番館



昨年から今年にかけて、目で楽しめるというコンセプトで、数か月前から厨房のみんなでアイデアを出し合い、とても華やかになり、入居者様にもご満足いただきました。おせちでは、箸袋を計70枚せつせと鶴に折ってみました。お返しに入居者様から箸袋をととても難しい折鶴に折って届けて下さいました。これからもご満足と目で楽しんでいただけるように、今年もアイデアをみんなで一緒に出し合いご提供していきたいと思ひます。(山下 朋美)



## CoCo 東雁来 貳番館



今年も、大晦日は恒例のにしんそば、茶碗蒸し、お稲荷さん等元旦は、メッセージをつけてお重とお雑煮2日に、栗ご飯と旨煮、3日に、ちらし寿司ある利用者様より、毎日正月やってねと…丁重に、丁重に、お断りいたしました。(四宮 公子)

## CoCo 東雁来



年越しの31日は、握り鮓と蕎麦、茶碗蒸し 元旦のお昼は赤飯、お雑煮、サワラの西京焼き、伊達巻、栗きんとん、練り切などの盛り合わせ。夜には天麩羅盛合せ、黒豆、和菓子。2日のお昼は今年最初のデイサービスの昼食提供ですので、海鮮生チラシ寿司とはりきりました。(河合 一禎)



私の事業所自慢

第3回目 小規模多機能型居宅介護 えくぼ



**今**回は皆さんに「えくぼ」の紹介をさせて頂きます。もともと小規模多機能型には地域密着というコンセプトがあり、事業所としても町内会との関わりを大事に年に数回ある行事には利用者の皆さんと一緒に参加するように努めています。その中で、これなしに語れないのが8月にある元町三区町内会の盆踊り大会です。毎年2日間行われ、初日は町内会女性部が運営する出店のお手伝いもしています。しかし、本番は2日目の仮装盆踊り！毎年どんな仮装をすれば盛り上がるのか悩むところですが、昨年は職員が小泉進次郎さんと滝川クリステルさんに変装しました。ご結婚されたというニュースが話題になったばかりの時期で、仮装のクオリティは低かったのですが、評判は上々でした。踊りが始まると利用者様も巻き込んで1時間近く踊り続けます。表彰式ではえくぼの利用者Hさんが仮装大賞を受賞するという快挙？を達成しました。地域の方々が一年で最も集まるイベントの中で「えくぼ」の名前もアピールできていくのではないのでしょうか。



**6**月には運動会があります。いまでは四十年以上続いているというので驚きです。職員も地域の方々と一緒に競技に加わったり、利用者様同士ではパン食い競争に参加したりします。元町まちづくりセンター近くの広場では移動動物園が来ることもあり、あまり大きくはなくても珍しい動物たちとのふれあいは感激です。近くの開成高校の学校祭で打ちあがる花火を見に行くことも毎年の恒例となっているほか、年末には町内集会所のもちつき会でお餅を食べて翌年に向けての元気を蓄えてきます。地域との密着をより確かなものにして、これから同じ地域に住む人同士、顔なじみで助け合える関係が発展していけばと期待します。2016年に事業所が移転した際には、建物内に保育所も併設されました。たびたび子供たちが歌や踊りを披露してくれる機会があり、利用者の皆さんが目細めて見守っています。少子高齢化時代といわれて久しいのですが、世代をこえての交流もますます増えていくのではないのでしょうか。(大場 絢太)



ダイバーショナルセラピー

# DTってなーに？

**レジャー** 楽しく！ **ライフスタイル** 自分らしく！

**チョイス** 自己決定！ **コミュニケーション** 仲間と社会！

皆さんが感じたDTは？



\*衣装はMさんの手作り\*

お久しぶりです。サテライトえくぼ、パープルロード元町の東出です。今回はご夫婦でお住まいになられるお一人のウエディングパーティーで実感したDTのお話です。亭主関白さんに黙ってついてきた奥様。「結婚式なんてしてない」「じゃあ、お祝いさせてもらってもいいですか？」などOさんのアセスメントから始まり、Hさんがストーリーを組み職員へのアプローチを行なうと「過去にやっていた」「できる」「やりたい」など次から次へと役者が揃い、始まる前から気分は向上、「ワクワク」している様子がみえます。司会を任せられたEさんはお二人の経歴をさりげなくアセスメントしていました。「何から始めて」「実践する」事に、EさんのDTを感じました。

今回は職員へのDT取り組みがメインとなりましたが、このような形から入るDTがあっても良いのでは？いかがでしょうか…。勿論、主役のお二人あつての事。末永く幸せに…。(東出)



ブーケはYさん



## 行事

### 生きがいサロン東雁来 お正月レク



生きがい東雁来では利用者さんにお正月を体感して頂くには何ができるか？と職員で考えた所、神社になかなか参拝に行けない利用者さんも数多くいると思い、神社を作ることに致しました。習字が得意な利用者さんに神社名を書いてもらい、題して「夢のみずうみ村 生きがいサロン東雁来神社」！鳥居も手作りし、神社で参拝し、おみくじを引くという流れに、初詣に行けたようで嬉しいと、とても喜んで頂けました。

普段カレッジで物作りをしている時間をお正月ならではのゲームをしようとして職員が手作りで作成したすごろく・ダルマ落とし・福笑いをする事に致しました。すごろくはどんびりマナーを稼げるように作りました。例えば2・6が出たら50どんびり貰える！など。サイコロを振る利用者さんも「6来い6来い！」と他利用者さんとともに集中し、出たら皆で喜び、出なければ皆で残念がりとても盛り上がりました。マスの中には、右隣の人とじゃんけんをし勝ったら100どんびり貰えるなどもあり「負けなんだからねー」など会話も花が咲きました。ダルマ落としは「私力がないからできるかしら？」と言われる利用者さんも多かったですですが倒しやすいくらい重さで作りましたよ！というのと「ならやってみようかしら！」と参加。ハンマーを持ち叩いてみると勢い余り全部飛んでいきました。それを見た他の利用者さんは大笑い！「私にもできそうね」と参加者続出になりました。

福笑いはひよつとことおかめを作りました。初め恥ずかしがっていた利用者さんも目隠しをしたら真剣モードに！「眉毛このへんかな？口はこのへん？」と作り終わり目隠しを取り見てみると…なかなか面白い顔に他利用者さんと顔を見合わせ「下手だなー」とお腹を抱えて笑っていました。楽しかったよありがとう！と言って下さる利用者さんの笑顔に職員一同いい年明けを迎えることができました。(介護員 大江)





第57弾!

# ドラムす子でバチ当たり人間のよもやま話

昨年12月に中国の武漢市で発生した新型肺炎。中国政府によると、感染者はわずかこの1週間で10倍以上に増え、既に600人以上となった(1月24日現在)。そしてまだまだ増加傾向にある。

感染力が強いこの肺炎は、新型のコロナウイルスが原因であるという。かつて世界的な流行を引き起こした2種のコロナウイルスが存在する。それらがサーズ(重症急性呼吸器症候群)とマーズ(中東呼吸器症候群)で、今回の新型は遺伝子的にはサーズに似ているという。ウイルスは小さすぎて目に見えないものだからタチが悪い。しかも変異を繰り返しながらヒトへの適応をうかがっている。今後高い感染力や病原性を身につけて爆発的に広がる可能性もある。

何とかこの勢いを止めたい。時期的に人の移動が多いから出入国の管理を徹底し、ワクチンの開発を急ぎ、自らは免疫力を高めよう。十分な栄養と睡眠、適度な運動は欠かせない。感染対策として手洗い・うがい・マスクは効果があるだろう。あと半年で日本はオリンピックを迎える。ウイルスなどに負けてはいられない。

人に悪さばかりするウイルスだが、こんな素敵なウイルスならどうだろう。例えばモテウイルス。これに感染するとやたら異性にもてる。特殊フェロモンを発するウイルスなのだ。出会う相手みな自分に恋愛感情を抱く。うっとりとした眼で甘い言葉をささやかれる。公共の場で気がつけば自分の前後左右を異性が取り囲んでいる。さあ、どーする。よりどりみどりだ。ただ一つ難点があつてフェロモン効果で寄ってくる異性は75歳以上の後期高齢者が中心ということだ。

例えばモケウイルス。これに感染するとやたら金をもうける。聖徳太子と福沢諭吉の遺伝子がどこかで合体して生まれた紙幣型ウイルスらしい。会社員、商売、投資、ギャンブル何でももうかる。使い切れないほどの一万円札がたまる。あつという間に億万長者だ。だがたまった札はいっしょか葉っぱに変わり朽ち果ててしまう。渋沢栄一氏が万札のキャラクターになって落胆したウイルスが死滅してしまうからだ。

例えばワカウイルス。これに感染すると20歳前後の全盛期の体力・気力を取り戻す。赤ひげ薬局薬品の成分から突然変異した若返りウイルスだ。お年寄りにはみんな喜んだ。跳べる、走れる、子供も作れる。もつともつと元気になりたい。そして最強のワカウイルスが入っていると聞かされた薬箱を開けた途端、白い煙にまかれ一気に実年齢に引き戻されるのだ。

ワカウイルスに語源的に良く似たバカウイルスという別種のものがある。これは現在私自身が感染しているものらしい・・・とほほ。(蓮川 享士)

## 行事

### 看護小規模多機能型居宅介護 えくぼ元町 餅つき大会



1月28日、去年に引き続き、考流学舎の方々企画の餅つき大会が行われました。ポスター掲示の段階からたくさんの入居者様の反応があり、「目の前でついた餅が食べられるのは楽しみだね!」「私も食べれるの?」と言う声が多くあがっていました。当日はスタッフや希望の入居者様が餅をつく度、皆さんで「よいしょ!よいしょ!」と手拍子とともに掛け声をかけていました。熱々のもち米が段々と餅になってくると、皆さんの早く食べたい様子が伝わってきます。間もなくすると、とても粘りのある美味しい餅が完成!考流学舎の方々が美味しそうな餅を取り分け、あんこをかけて皆さんに配布します。「おいしい!」「やっぱりいい餅はいいね!」と皆さん満足げな様子。スタッフも美味しくいただき、あつという間に餅は完売しました!考流学舎の皆さんには出前カフェでも来ていただき毎回感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございます。

来月は節分、再来月はひな祭りと雪解けに連れてイベントが目白押しです。気温が高くなってきましたら今年以上以外出行事を企画し、皆さんが行きたいところへお連れできたらと思います。しかしまだまだ寒い日が続きます。また、インフルエンザやノロウイルスといった感染症も猛威をふるってきます。日頃のうがい手洗いといった些細な心がけが予防につながりますので、健康な身体で餅のように粘り強く春を迎えましょう!(福澤大和)



# 特集! 人間万事塞翁が馬



似顔絵作: 松田 郁美

「丁様は大正11年遠別町で3人兄弟の次男として出生されました。ご両親は農家を営んでおり、子供の頃、半里離れた学校へ通いながら農家が多忙な時期は学校を休まされて農家を手伝っていたそうです。学校を卒業後も農家で仕事をされていましたが、22歳で召集令状が届き、戦争で樺太へ徴兵されシベリアにも行かれたそうです。極寒のシベリアでは「排尿をするとすぐに凍ってしまふんだ、目が覚めると隣りで寝ていた仲間が亡くなっていることもあった」とおっしゃっていました。

2年間は仲間と3交代で小火番の担当を任された為、寒い中でも生きながらえる事が出来たと話されました。終戦後遠別町で暮らし、農家で働き戦後の生活は大変で配給では足りず農家で育てた野菜があつたから分け合いなが

ら生活をされており、「今の生活を考えると昔はこんな暮らしが出来るとは想像できなかった」と話されました。

奥様も大正15年遠別町で10人兄弟の2番目次女として出生されました。兄弟の中では気が弱く、喧嘩しても負けてばかりで妹や弟たちのお守りをされ、オムツを替えて洗濯したり面倒を見たり薪を鉞を使って割る事もされたそうです。ご主人と同様に両親が営む農家の手伝いをされたそうです。「兄弟の中では私が1番手伝いをさせられた」と機械を使って畑を耕し、特に馬使いは大変だったそうです。学校へは40分以上かけて通われ、子供の頃はお手玉や手毬をされ遊んでいたそうです。

お二人の出会いには奥様の世話人をされている方の紹介で出会われ、ご主人27歳奥様24歳で結婚しました。3人の子宝に恵まれ昭和40年頃に知人の紹介で荷物を積む仕事を紹介され、札幌に引っ越しをされました。夫婦円満の秘訣はと尋ねるとご主人は「たまに喧嘩するが夫婦喧嘩は犬も喰わぬと言うたら」奥様は「お互いに助け合って仲良くやっけて行く事かな」と少し恥づかしがりながら笑みを見せて話されていました。「昔を振り返ってみると今が一番幸せ」と現在ご主人97歳、奥様94歳お二人で助け合いながら暮らし、デイサービスに週3回通われております。毎回欠かさずマシーンに取り組まれており、奥様は「デイサービスに来る事が好き」と、これからも元気で仲良く二人で通い続けてほしいです。



## 朝礼でのステキなお話

### 第8回

## ～大切なのは《利用者本位》～

居宅介護支援事業所フォルテシモ 富樫 英生

突然「素敵なお話を」と言われましても、日々黙々と仕事に没入している身でございませぬから、素敵なことなど、とんと思いつきませぬが、新年早々ですから、格言でも交えて一つ小断を。

「耳は二つ、口は一つ、喋る倍だけ聞きなさい」とまあ、そんな格言が御座いますから、傾聴がケアマネジャーという仕事の要諦で御座いますから、相手のひとの心に耳を澄ませることは常日頃意識しております。さて、昨年の10月頃より新規で担当した女性のお話です。その方は不運にもすでに末期がんであったわけですが、まだご自宅で独り暮らしをされておりました。デイサービスに行つて気分転換したいのご希望で、さつそく調整し利用開始となつたのも束の間、病状の悪化で11月21日に入院となつてしまいました。私は週2、3回のペースでふらりと病室に顔を出し、取り留めもなく世間話を交わしながら一緒に今川焼を食べたりコーヒー牛乳を飲んだりしたものです。随分と沢山の時間を共有し、色々なお話をお伺いしましたが、「たつたの1回だったけれど、デイサービスは本当に楽しかった。こんな場所があるなら、もっと早く通いたかった」というお言葉は忘れられません。《利用者本位》であることの大切さを改めて実感させられる出来事でしたが、ともすれば《自分本位》となつてしまいがちな昨今、今一度その言葉の重さに思いを馳せてみては如何ですか？

件の女性は、1月9日にめでたく退院となり、中の島の介護施設に入居することになりました。「本当にお世話になりました。たつた三か月のお付き合いでしたけど、時間ではなく、濃密な関わりをして頂いたことは忘れません」というお言葉を頂いたのは、

退院の三日前でした。主治医の先生から直接お伺いした余命はあと数か月ですけれども、残された時間、幸せだったと思えるように過ごして頂けたらと願つてやみませぬ。

(富樫 英生)



おいらーく

# 1月行事内容と2月行事予定

## 令和2年2月行事予定

## 令和2年1月行事内容とイベント風景

令和2年  
2月行事予定

令和2年  
1月行事内容とイベント風景

せんり	○節分 ○誕生会
うらら伏古	○中旬 うらら伏古 節分行事
COCO東雁来	○3日 節分豆まき ○10日 お茶の間カフェココよ ○13日・27日 訪問美容室
東雁来式番館	○考流学舎「一丁目カフェ」 ○余市の果物屋さん ○セブンイレブン訪問販売 ○ランチへGO
COCO元町 えくぼ元町	○節分行事 ○バレンタインデー企画
元町式番館 えくぼ&	○3日 豆まき ○4日 餅つき ○19日 ビューティーボランティア
えくぼ東	○節分 ○豆まき ○バレンタインデー
東田穂 COCO	○節分 ○お茶の間喫茶 ○わくわく広場
ホーム グループ	○3日 節分(豆まき)
銭函 カフェ	○1日・15日 趣味の会 ○28日 認知症カフェ〜二胡

○お正月	
○1日～3日 正月行事 ○16日 紙粘土細工(子年)	
○お茶の間カフェココよ ○訪問美容室金さん銀さん	
○元旦 カラオケ大会 ○17日 訪問販売「三越 猫目」さん ○日 セブンイレブン訪問販売 ○9日・24日 余市のくだもの屋さん	
○正月企画 ○餅つき大会	
○1日 凧揚げ見学 ○2日 初詣 ○11日 鏡開き ○19日 バザー	
○えくぼ神社参り ○書初め・福笑い	
○お隣でごはん ○餅つき	
○新春ゲーム ○誕生会 ○宝くじ当選者発表	
○18日 趣味の会 ○20日 ローズウィンドウ ○22日 ハーバリウム	

## 経営方針

『高齢者も障害者も住み慣れた地域で、安心して暮らせる地域づくり』を目指し、つねに『ご利用者様の立場にたった総合的な介護・福祉企業』のあるべき姿を探究し続けるオンリーワン企業を目指します。