

星の夢百聞

～ 第 169号 ～

発行日：2020年3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

次回、次回の節分の時期には、より一層楽しんで頂けるような物を考え企画していきたいと思えます。(山本亮太)

つ」と玉を投げ入れ、多く球を入れたチームには500どんぐりプレゼント!!その言葉に皆様のやる気が出たのか必死にされていました。

お次は、職員扮する鬼が登場!力強く豆を投げる方や「可哀想」と言われ優しく豆を「鬼は外」「福は内」と投げける方もいて笑顔あり笑いありの豆まきとなりました。

節分行事



えくぼ 東雁来

勇敢に青鬼さんにボールを投げて鬼退治です。「鬼は外」「福は内」!!
鬼退治後は「歳の数だけ豆食べないと」「私今年で100歳だよ」「そんなに食べれない」と大笑いの季節行事となりました。
青鬼さんに掴まり豆に見立てた新聞ボールを投げれず大騒ぎでした(笑) (稲田厚子)



住宅型有料老人ホーム

CoCo 輝楽

内覧会と施工状況のお知らせ

内覧会
日時

3/27 **金** 28 **土** 29 **日**
11時～15時

居室イメージ



介護ベッド、洗面、トイレ、クローゼットを完備

- 家賃：35,000円/月
- 管理費：30,000円/月
- 暖房費：10,000円/月(冬季)
- 食費：43,092円/月

参考月額費用(夏季) **120,000円～**



小樽市銭函1丁目32番2号
(おさんぽカフェ裏)

当日はお餅やおやつのお土産をご用意しております!



去年より建設をしていました住宅型有料老人ホームCoCo輝楽が、いよいよ3月末に引き渡しになります。3月28日には内覧会や開所式を行い、シーフロント輝楽の引越も始まりです。建物住所は、ラルズマート桂岡店にほど近い銭函1丁目、住宅型有料老人ホームとして木造2階建、全47室。独立した厨房、1・2階各々に食堂を配置し、浴室も広々と開放的なものとしていきます。

新施設を成功させるため、職員一丸となって頑張つて参ります! 近くにお越しの際にはぜひお立ち寄りください。(鈴木直文)



お問い合わせ

TEL:0134-61-5050 (担当:鈴木)

第12回

料理

コン

テ

ス

ト



令和2年2月13日（水）おいらーく会議室でおいらーく恒例の料理コンテストが開催されました。

なんと今回で12回目を数えるまでになりました。参加品目は、16品目 どれも素晴らしい力作です。

試食・投票の手順でしたが、どの料理も素晴らしかった為に開票は大接戦となりました。結果は最後の1票が5番に入り12票の同点になり、今回は2品優勝となりました。優勝者はCOCO東雁来式番館の三本木さん・花田さんに決まりました。優勝おめでとうございます。お二人とも、COCO東雁来式番館在籍には驚きました。

当日、出品者は欠席のため、四宮さん

が代理で表彰状を受け取りました。

今回は鶏肉に見立てた高野豆腐の唐揚げやカレーの巾着等などのアイデア料理、ピーマン肉詰めの中にくずら卵が入った一品、生揚げカナッペ風した一品、タンンドリーチキンやピカタなどの手間のかけた料理、スープカレー・サバカレー・トマトチキンカレー・カレー茶碗蒸しジャーマンポテト・クリーミーカレーなど沢山のカレー料理を堪能致しました。ご参加いただいた皆様、ありがとうございます。（高山仁志）



左がサグパニユールカレー。インドでは一般的なほうれん草のカレーです。口当たりもマイルドで、美味しかったです。



右側はチーズカレーのホットサンド。手軽に食べられるのが良いです。パンの香ばしさと、カレーが合っこれも美味しかったです。



全16品目
力作ぞろい!!!



私の事業所自慢

第4回目 デイサービスセンター てんやわんや



来

られた多くの方が「面白い建物ですね」または「不気味な感じですね」とおっしゃいます。よく外からご覧になった方が「2階にはどこから上がるの？」とお聴きになります。2階はなく1フロアのデイサービスです。床が真っ黒で壁がデコボコしてポスターなどを貼るのに苦労しています。ですが、デコボコが面白いと利用者さんがおっしゃって下さいます。

昨年8月に10周年を迎えました。開設当初は「デイサービスセンター 生きがいサロンてんやわんや」としてはじまりました。平成24年に「デイサービスセンター 夢のみずうみ村てんやわんや」に名称を変更し、「夢のみずうみ村」のフランチャイズとして新たにスタートしました。開設当初から夢のみずうみ村方式の「自己選択自己決定」を取り入れやってきましたが、フランチャイズになるにあたって研修会が開かれ利用者さんが活動できる活動したくなる環境作りなどを学びフロアの模様替えを行いました。



ポ

パイ（マシントレーニング）やパン作りから麻雀やトランプなどのゲーム、カラオケ、ごろ寝などいろいろなメニューを用意しご自分で選んでいただけるようにしています。昼食はバイキング形式を取り入れ利用者さんがお膳の盛り付けを行われ、食べ終わったら下膳もしていただきます。

活動メニューの中に開設まもなくから続いている生きがいカレッジがあります。生きがいカレッジは曜日により国語、社会、体育、美術、音楽を行っており、国語は漢字の問題や間違い探し、社会はその時期に合わせたテーマで勉強会、体育は「ふまねつと」や身体を動かすゲーム、美術は折り紙などを使った作品作り、音楽は参加者で歌をカラオケを使つてうたっています。スタッフが毎週内容を検討して題材に悩むこともあります。

が利用者さんの「今日何やるの？」との期待に応えようと頑張つてこれまで続けることができました。これからも利用者さんがやりたいことができるように環境を作り「今日も楽しかったね」と言つてお帰りにするデイサービスにしていきたいと思ひます。（小野寺美奈子）



DTWからの研修報告

DTってなーに？～女性と男性のこころの構造の違い～

おいらーくではDTワーカーが日々活動に励んでおりますが、このDTワーカーを名乗るためには、日本ダイバーショナルセラピー協会で開催されている養成講座を受講し、試験を突破する必要があります。今回は私が受講した時に印象が強かった講義をご紹介します。内容としては、長年連れ添ったご夫婦が高齢となり、お互いにかみ合わなくなっている。このお二人の支援を行うために男女の違いについて理解しようというものです。

女性のこころの構造は、自己を中心として円形(図1)で、自己にとって重要な事柄を中心に、そうでないものは外側に配置する傾向が強い。つまり、重要か否かの区別がはっきりしていると見え、自己の一貫性が強いことも特徴のようです。

一方、男性のこころの構造はマス目状(図2)で、自己を中心にするのではなく、所属場所に合わせて自己の役割を形成する傾向が強い。そのため、所属毎に異なる役割を担うことも多く、キャラクター(個性)が違つことも珍しくないようです。

さて、講義内容をかみ砕いて記載してみましたがよくわからないですね。要は女性は「自己(家)にとって何が大切か」を判別することに重点をおき。男性は「所属場所(会社)でどのような役割を持つか」に重点をおく構造になっているということです。男である私には、女性のこころの内は見当もつきませぬがいかげんか、当てはまりますか？ちなみに男性の構造を私に置き換えると、会社の中では明るくおしゃべりな奴、友人の中では舵取り役、家の中では妻子専用の運転手。ウン、確かに役割の演じ分けが出来ていますね！

最後に、「私と仕事、どっちが大切なの!？」と男性を問詰めた経験のある方はいませんか？図2からわかるように、どちらがより重要かではなく、どちらも別もので重要なんだ！と考えるのが男性なので、大目に見てあげて下さいね。(もちろん全員に当てはまるものではなく、一般論としてですが)こんなことも考えながら、これからもDTワーカーをしていきます。(本間圭介)



図2 どのマスが1番、ではなく、全体が私

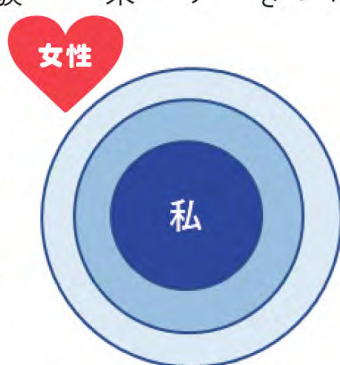


図1 重要度が高い程中心に近い

行事

1週間おやつパーティー

てんやわんや本町では手作りおやつを召し上がっていただいています。今回はそのおやつを選択したり、ご自身で作ったり、好きなようにトッピングしておやつを召し上がっていただくという企画でした。いつもと違った雰囲気とおやつに利用者さんからはワクワクとした表情が読み取れ、15時になるのが待ち遠しい様子！月曜日と火曜日はアイスクリームということので「こんな時期にアイス食べれるなんて!」と喜びの声が沢山聞かれました。水曜日と木曜日はお一人ずつ作るマグカップケーキで初めて見るおやつに皆さん目がキラキラ♪マグカップからはみ出たケーキをみて「チョモランマみたいだね」や「家でお昼一人で過ごすときに自分で作りたい。分量教えて!」と。金曜日と土曜日はヨーグルトケーキでやはり男性より女性のほうがオシャレなトッピングをされていらつしやいました。

どの日も美味しいおやつが出来上り、なんととっても全利用者さん参加型といういつもと違った雰囲気皆さんには楽しんでいただくことが出来ました。利用者さんの喜ぶ顔を見ると職員は嬉しくなります♪これからも皆さんの喜ぶ顔が見られるように企画していきたいと思えます!! (南保菜々実)

金・土 ヨーグルトケーキ

2種類のヨーグルトケーキから選び、好きにトッピング

水・木 マグカップケーキ

自分のマグカップに材料を入れてレンジでチン♪

月・火 アイスクリーム

手づくりバニラアイスにフルーツグラノーラやソースをかけて



第58弾!

ドラムす子でバチ当たり人間のよもやま話

先日小樽築港駅付近に開店した「はま寿司」に行ってきた。全国展開している回転寿司チェーン店で札幌には何店舗かあるようだが小樽では初のお目見えだ。小樽には既に和楽、とつぴー、魚一心、函太郎などの回転寿司があるが、このはま寿司の最大のウリはその価格だろう。一皿100円、わかりやすい。平日だとこれが一皿90円となる。ものによって一皿150円となったり、通常2カンのところ1カンとなったりするが基本安い。私はとつぴーにはずいぶん前に行ったことがあるが、以来久し振りの回転寿司だ。

まず驚いたのが円形ベルトコンベアは存在してはいない。直線一本のベルトがあるだけだ。寿司を握る職人さんはどこにも見当たらない。とつぴーではカウンターの前に職人さんがいて注文できたし、さらに目の前を常に寿司がゆったり回っていたが、ここではベルトは動いていないし、何も流れていない。選べないではないか。流れている寿司がないから欲しいものを注文するしかないわけだが、聞いてくれる職人はいない。なんとそこに設置されている液晶タッチパネルを操作して注文するのだ。

さて注文を確定し送信。その後直線ベルトコンベアは厨房方面からかなりのスピードで注文品を運び、私の目の前でぴたり止まるのだ。その制動は遠心力で寿司が皿から飛び出してしまおうのではないかと思うほどだ。到着したから忘れず皿を取れという案内まで流れる。オートメーション化された工場のような。そして卓上には醤油がネタに合わせ4種類もある。何か楽しくなってきたぞ。どんどん注文しよう。

マグロ、サーモン、エビ、ホタテ、ブリにヒラメにサバ、イワシ。ん〜んどれももうまいぞ。締めは何にする。やはり中トロだな、最後はイカだ。来た来た、トロ、イカ。ベルトコンベアに載って走ってきた。これぞ「走れトロイカ」だ！新しいこのシステムは人件費やロスの削減にもつながるなあなんてことを考えながら、注文はまだまだ続き、好評につきメニュー復活したというみそラーメンまで食ってしまった。うまかった。

結局安価な店なのに調子に乗ってかなりの出費となってしまうたではないか・・・とほほ。(蓮川享士)

在職15周年の思い出

勤続15周年を迎えるにあたり、この15年を振り返ってみたいと思います。私が入社したのは平成17年1月13日にヘルパーステーション華の訪問介護員としてスタート致しました。職場は、せんり、うららと介護付有料老人ホームで勤務させて頂き、介護の技術と知識を学びました。その後は、デイサービスセンター生きがいサロン元町、生きがいスパいい湯だな(てんやわんや本町)、生きがいサロン東雁来、てんやわんや夢、てんやわんやと異動して現在に至ります。

入社当時の私は仕事に対する意識が低く、当時の上司の方々に悩ますおいらーくの問題児でした。そんな私でしたが、この15年、数えきれないほどの沢山の仲間や上司の方々、ご利用者様、ご家族様と出会いました。この出会いが未熟だった私を大きく成長させてくれ、今ではひとつの事業所の管理者を任せて頂けるまでに成長することができました。振り返るにあたり特に思い出に残っていることベスト3を自分なりに考えてみました。まず第3位は「山口県夢のみずうみ村への研修」です。平成22年に初めて1人で飛行機を乗り継いで山口県の夢のみずうみ村に1週間研修に行ってきた。小心者の私は1人で出歩くことができず毎日コンビニで晩御飯を買ってホテルで食べていました。続まして第2位は「初の海外研修」です。平成28年4月に柴田統括と一緒にニュージブラントに1週間DTの研修に行かせて頂き、ここで伝えることができないのが残念ですがとても楽しい研修でした！最後に第1位は「管理者になった日」です。平成25年12月より生きがいサロン東雁来の管理者となりました。私が入社した時に目標としていたのがまずは3年働いて国家資格の介護福祉士を取ること。そして30歳までに管理者になるという2つの目標を立てていました。入社から9年後の29歳の時にその目標が達成されました。番外編として1番ドキッとする瞬間は「松田部長に呼ばれた時」です。何かミスをして怒られるのかな？もしかして異動かな？などと毎回、ドキドキしながら部長室のドアをノックする時です(笑)

この15年を振り返り、高校を卒業する頃は自分が介護の仕事をするなんて思ってもいませんでしたが、縁があり、おいらーくに入社して、知識も経験も何もない私でしたが回り道しながらも目標に向かって歩んで来れました。その回り道が時には目標達成への近道であったと今になって思います。

私が胸を張って言えることは松田部長、星野代表に出会っていなければ今の自分は決して無かったと思います。

心からおいらーくに入社して良かったと思っています。

出逢った人全てに感謝しながらこれからも生涯おいらーくの精神で勤続50年を目指して頑張るつもりです。

(今田克也)



生きがいサロン元町 介護員サプリーダー



現在 デイサービス てんやわんやセンター長

特集! 人間万事塞翁が馬



似顔絵作: 松田 郁美

週2回生きがいサロン銭函をご利用のKさん。大正9年1月23日生まれで満100歳のお誕生日を迎えられました。

Kさんは生粋の銭函っ子。今は住宅街になつている桂岡町でブドウ等の果実農家の長女です。小学校に上がると末の妹さんを背中におぶつて学校に通われたそうです。「子供の頃の思い出にはいつも妹がいる。ある日お友達に面白いよと貸してもらつた本を夢中で読みながら歩いてね。気が付いたらついて来ていると思つてた妹がいなくてね。慌てて戻つてみると、遊んでいた場所ですまごことをしてさ(笑)あの時は参つた(笑)」と、目を細め懐かしそうにお話しをして下さいました。道端に生えているかやの実、コクワ、ネココクワ等をおやつにして食べながらながら歩いたとか。「お父さんの作るブドウはとつても美味しくくてね。品評会で一等賞をもらった事もあるんだよ」と。

10歳〜11歳くらいの時お父さんが亡くなり、畑も手放したそうです。学校を卒業してからは、銭函で銭湯を二件経営していたので、番台に上がつて

看板娘をしたりと家業のお手伝いをしていました。第2次世界大戦を乗り越えお兄さんが見込んだ人とお見合い結婚をし、「手稲の鉾山で働いていたんだけど、とても働き者でね、朝起きたら6尺の廊下を掃除して鍔釜で2升のご飯を炊いて弁当持つて出勤して、帰つたら薪作りをする。20人位学生の下宿屋をしていて、主人が亡くなつた後も当時の学生さんらがお墓参りをして遊びに来てくれて「こんなに働く人を見た事ない」って話をしたのさ」と。結婚後は5人の子供に恵まれ下宿屋をやめた後、商店を営み子供を育て上げました。

目を閉じながらいままでの100年を振り返る様にあんなことがあつた、こんなこともあつたとお話ししてくださつたKさん。「こうやって話していると100年なんてあつたという間なものだね」「戦争だったり、泣く様な事も沢山あつたけど、思い出すのは楽しかつた事の方が多いなあ(笑)」

今は民宿を営む末娘さんご夫婦と大好きな畑で野菜や小豆を作つて楽しみながら民宿の看板おばあちゃんに。

昨年の敬老の日に小樽市より100歳のお祝いに「銀杯」を頂いたと喜ばれていました。Kさんに「私が100歳になつて銀杯を貰つたら一緒に乾杯しましょうね」と言つと「わっはっはっは。そりや大変だ、頑張らないと(笑)」これからも、ニコニコ笑顔でお元気にKさんの101、102年と末永く寄り添うことが出来ますようにと思ひます。(石川秀美)

朝礼でのステキなお話

第9回 ~ご利用者様に寄り添い続けて15年~ てんやわんや北31条 センター長 日渡 誠一郎

令和2年2月11日よりてんやわんや北31条デイサービスセンターの管理者として働くことになりました日渡誠一郎です。これからどうぞ宜しくお願い致します。

今回は間も無く開設から一年を迎えようとしているてんやわんや北31条デイサービスセンターの歴史について、少しだけお話をしようと思ひます。

ここ、てんやわんや北31条デイサービスセンターは以前の星の夢百聞でもご紹介しておりますが、令和に年号が変わる寸前の平成31年4月1日にポット北31条デイサービスセンターより事業継承し、オープンしました。ですが、実はポット北31条デイサービスセンターの以前、遡ること平成15年12月1日にスマイルホーム北31条の1階で北31条デイサービスセンターとしてオープンしたのが始まりです。私は平成17年10月に同デイサービスへ入社し、平成23年4月ポット北31条デイサービスセンターへと事業継承された際に従業員として再雇用をして頂きました。そして、その後現在の職場であるてんやわんや北31条デイサービスセンターを開設するにあたり、生活相談員という立場を頂いた上で再雇用をして頂きました。そして文頭へと戻ります。こうして文章にしてみ

るとなんと味気の無いものになってしまいました。一つのデイサービスで15年の間、ご利用者様のお顔を見続けることが出来たのは本当に幸運なことだと思ひます。そして、これからの一日でも長く続けていきたいと改めて感じています。

さて、最後にですが少しだけ私のことを紹介させて頂きたいと思ひます。前職のポット北31条デイサービスセンターは理学療法士や作業療法士等が数多く在籍しており、その中で私は介護員として行う運動やリラクゼーションマッサージ等のご指導を頂きました。現在はその経験をもとに、ご利用者様のご希望時にはリラクゼーションの一環としての手あんままでの手技を行つたり、機能訓練指導員との相談の上で個別や集団での運動を行つています。その中で、「ここにきて元気になったよ」と言つて頂けることが何よりの幸せです。最近では去年から導入した「レッドコード」での運動がテレビでも取り上げられることが多くなり、デイサービス内でも人気のプログラムになっていきます。「レッドコード」に少しでも興味を持たれた方はぜひご相談下さい。お待ちしております!



よろしく
願ひします!

おいらーく

2月行事内容と3月行事予定

令和2年3月行事予定

令和2年2月行事内容とイベント風景

令和2年
3月行事予定

令和2年
2月行事内容とイベント風景

せんり	○誕生会
うらら伏古	○中旬 ひな祭り行事 ○21日 運営懇談会
ココ東雁来	○10日 お茶の間カフェココよ ○11日・26日 訪問美容室
東雁来式番館	○セブンイレブンさん 訪問販売 ○余市の果物屋さん ○ランチへGO
えくぼ元町	○ひな祭り企画
元町式番館	○3日 ひな祭り
えくぼ東	○ひな祭り ○おはぎ作り ○誕生日会 ○サテライト=調理レク
東田穂	○ひな祭り ○お茶の間喫茶 ○わくわく広場
ホームグループ	○ひな祭り ○誕生会
銭函お散歩	○7日・21日 趣味の会 ○18日 プリザーブドフラワー教室 ○23日 ローズウィンドウ教室

○節分	
○5日 節分行事	
○節分豆まき ○お茶の間カフェ ○訪問美容室 ○衣料品販売会	
○13日・28日 余市の果物屋さん ○11日セブンイレブンさん訪問販売 ○19日考流学舎さん「一丁目カフェ」	
○節分企画 ○バレンタイン企画	
○3日 豆まき ○4日 餅つき ○10日 ヤクルト健腸教室 ○29日 町内会行事	
○節分豆まき ○バレンタイン	
○節分 ○わくわく広場	
○節分	
○1日・15日 趣味の会 ○17日 ローズウィンドウ教室 ○19日 プリザーブドフラワー教室 ○28日 認知症カフェ～二胡演奏会	

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。