

星の夢百聞

～ 第 172号 ～

発行日：2020年6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

次世代型デイトレセンター

Lpasa

エルパサ

ライルパーク sapporo

9月
OPEN
予定



北海道初!

次世代型デイトレセンター ライルパーク札幌

★通称★
エルパサ

建設中!



センター長
柴田直彦

現在、おいらーくでは次世代型デイサービス施設の建設に取り組んでいます。北海道初となるこの施設には、人間工学に基づく最新のマシンのほかゴルフやeスポーツなど今後の利用者世代を見据えた設備をラインナップ。AI技術を駆使し、「人生現役100年計画」に向けて、自立の3原則「運動・栄養・社会参加」のトータルリハビリが実践でき、利用者様に最適なりハビリを提案していきます。いうなれば「塗り絵」「編み物」「筋トレ」といった定番メニューからの気ままな選択ではなく、「有酸素運動+筋力トレーニング+認知トレーニング+スポーツ」など、ヘルスケアデータに基づいた効率的なりハビリの実現が可能になるのです。

私たちは健康寿命延伸・要介護度改善へ向けて、個々の特性にあったプログラムをご提案でき、利用者様が楽しみながらリハビリを行うことで生活の可能性を広げます。今後団塊の世代の利用を見据えたとまさに時代にベストフィットの施設だといえます!

皆様が心配されている、感染予防対策もしっかりと盛り込まれた「安心・安全」な施設作りも目指しております。まだまだ建築段階ではございますが、次世代型デイサービスセンターがどのような施設になるかは、今後期待していただきます! (柴田直彦)



私が入社したのは今から12年前、平成19年7月でした。当時のおいらーくはまだ事業所がせんり・パール・輝葉・うららの4か所、今から比べると小さなアットホームな会社で、私は調理師としてうららの厨房に入社しました。それまで色々な企業で調理の仕事をしてきましたが、高齢者向けの食事提供は初めての経験でしたので、日々試行錯誤の連続でした。以前までは自分が作ってみて美味しいと思うものをお客様に提供することが第一と考えていましたが、うららで仕事をするうちに、まず入居者様が求めているものは何か？という事を一番に考えるようになりました。また月日が経つにつれお亡くなりになる方がいらつしやり、今作っている食事がどなたかの長い人生で最後の食事になるかもしれない…との思いが、今まで以上に真剣に調理に取り組みむことになりました。



配食事業部 栗林 実

うららでは今の自分の基礎を教えて頂いた所でした。その後私は東雁来式番館へ異動になりました。式番館は開所当時元気な方が多く、食欲の多い方、味付けもしっかりしたものを好まれる方もいらつしやり、うららとはまた違った面で勉強させて頂きました。1年経たずに東雁来吉番館に異動になりましたが、半年経たずにせんりやわんに異動。デイサービスの利用者様は本当にお元氣な方が多く、カレーライスをてんこ盛りにする姿にはびっくりしました。その後せんりやわんやから本町への配食が始まり、今の配食事業部の礎が築かれました。元町開所と共に本格的に配食事業がスタートしました。今では元町からてんや本家・本町・31条・パール・すぎの子家族(夕食)、東雁来からGH夢・てんや夢に配食しており、今後はエルパサへの配食も予定されています。入社当時は1カ月に9千食ほどの食数でしたが、今では3万食を超える食事提供をしています。10人にも満たなかった厨房スタッフも、30名を超える事業部になりました。

思い起こせば数々のイベントがあり、東雁来・元町のサマフェス、色々な事業所に出向いて握ったお寿司、各施設の開所式、花見のお弁当、早朝からみんなで集まり作った来札されたお客様のお弁当…、楽しい事も苦しい事も多々あった12年でした。そして共に仕事をしている皆様、特に60歳を過ぎてても頑張ってくださっている方達、そして私が入社当時からご指導頂き、おいらーくの給食事業を一から作り上げ、先月退職されたNさんに、感謝いたします。50歳の半ばを過ぎ、あと数年で還暦を迎える年にはなりませんが、おいらーくと共にこれからも成長していきたいと思っていますので、どうぞよろしくお願い致します。(栗林実)

私が最初においらーくでお世話になったのは、平成15年、当時高齢者下宿であった「せんり」です。まだ子供が小さく、パートで4時間ほど訪問介護をさせて頂いていました。その後せんりは介護付き有料老人ホームになり、計8年ほど務めさせて頂きました。始めはパソコンの使い方もわからず、介護保険の仕組みもわからずで、周りの方に教えていただきながら手探りで何とかやっていました。

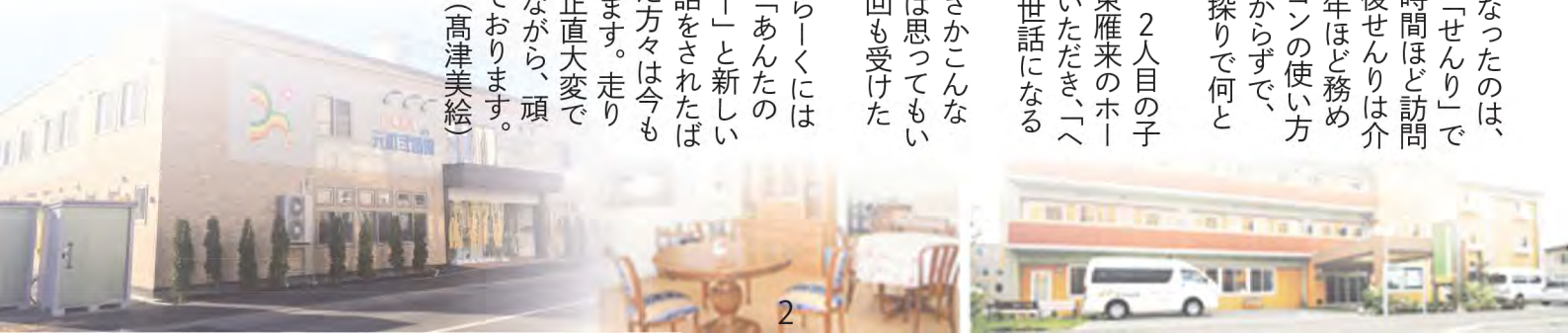
出産のため一度退職したのですが、2人目の子供が2歳になった頃、当時COCO東雁来のホーム長であった大藤さんに声をかけていただき、ヘルパーステーション「リ・ボン」にお世話になることになりました。

計14年ほどになるでしょうか、まさかこんなに長くおいらーくでお世話になるとは思ってもいませんでした。勤続5年の表彰を2回も受けたのは私ぐらいだそうです。

その後もどんどん大きくなるおいらーくには圧倒されるばかりです。最近も親に「あなたの所また何か始めるのかい？すごいねー」と新しいデイサービスのチラシが入っていた話をされたばかりです。せんりで一緒に働いていた方々は今も他の事業所でそれぞれ活躍されています。走り続けるおいらーくに付いて行くのは正直大変ですが、周りの皆様に助けていただきながら、頑張るって務めさせていただこうと思っています。創立20年、おめでとうございます！(高津美絵)



リ・ボン 高津 美絵



行事

看護小規模多機能型
 居宅介護事業所 えくぼ元町

お手製マスク作り



先日、えくぼ元町ではマスク作りをしました。他の事業所などでもマスク作りは行われていることを知り、手先の器用な女性陣が揃った我が事業所でも作成しようということになりました。

生地はもう使わなくなった衣類等を再利用し、ゴムの部分はストッキングで代用します。型紙とハサミを渡し、説明すると皆さん布を黙々と切り始めます。「縫いしろはいるの?」「何枚切ればいいのか?」と質問する顔つきも真剣そのもの。裁縫の知識が無い私は、「(縫いしろってなんだろう?)」など考えながら女性スタッフに助けを求めます。その後は女性スタッフに説明を受けながら、針と糸で縫い合わせる作業です。この時も「何縫いすればいいのか?」などの質問が飛び交います。「縫い方にも色々な種類があるのか?」など思いながら私は時々チラッと見て、応援することしかできませんでした。

作業は2日間に渡って行われ、マスクは無事完成!!一人一人柄が多少違い、それぞれ個性のあるものになりました。作ったマスクを早速つけて記念撮影。マスクで口元は見えませんが、皆さん達成感と素敵な笑顔が伝わる一枚となりました。手縫いの為、大量に作成はできませんが、今後も機会があれば女性陣にお願いしてみたいと思います。

まだまだコロナウィルスが収束せず、入居者様も戸惑いや不安でいっぱいだと思います。我々が今できることで少しでもその気持ちが軽くなればと思います。来月こそは外にお連れしたいです。(福澤大和)



行事

デイサービス 生きがいサロン 銭函
 屋内お花見お茶会

桜、水仙、チューリップ…色とりどりにお花が咲いている気持ちの良い季節の到来です。しかし世の中は新型コロナウイルス流行の為、外出自粛、ステイホームとの事。いつもなら「お花見ドライブ」へ出掛けていましたが残念ながら中止に…。外出自粛なら屋内に桜お花見会場を作っちゃえ〜!という事で作っちゃいました!

青空に映える桜の木を、カーテン、布、お花紙を使って縫う人、貼る人、見る人…(笑) テーブルにはステンシルで色を付けた桜模様のテーブルクロス。ピンク色が可愛いらしいお花見会場の完成です。さてお次は…? 「花より団子」と言う様に、やっぱりお花見三色団子!!

白玉粉に食紅、食緑で着色し、白・ピンク・緑の三色団子を作ります。色の出方に納得がいくまで「まだ色が優しすぎるわね」「もう少し濃くてもいいかしら」等々…。Nさんの色彩感覚を頼りにしていくと…すごい!!なんとキレイな色合いでしょう!! Nさんとても満足気に笑顔でニコニコ!

キレイな桜、桜模様のテーブルクロス、美味しそうな三色団子…揃ったところでいよいよお花見お茶会の始まりです。普段は使わぬ茶たぐい湯のみを乗せ、三色団子と一緒に着物姿のお運びさんが運びます。お茶会に流れていそうなの? BGMをバックに「いやー、きれいだねー」「おいしいね」「外に行かなくても花見気分だね」皆、それぞれに笑顔で言葉がでています。お運びさんの姿に笑顔ならぬ爆笑もあり「また、こんな楽しいことしようね」と言ってお下さった利用者様たち、ありがと!! 事業方針「笑顔の輪」ができたひと時でした。次はどんな「笑顔の輪」ができるでしょうね? (駒井美佐)





私の事業所自慢

第7回目 グループホーム夢

ご家族様の力強い協力に支えられて

グループホーム夢の自慢はなんと
いってもご家族様同士の仲の良
さと強靱な協力体制です。3つの活
動を紹介させていただきます。

グループホームは2ヶ月に1回、
運営推進会議を行っておりますが、
その参加率は昨年度73%です。すご
いですよね。そのご期待に応えよう
と職員は2か月間の日常生活や行事
などのビデオを作成し、見ていただ
いています。お元気なお母様の姿に
涙し、皆で涙ウルウル。包括や有職
者の方にお褒めの言葉をいただいで
一体感に包まれる時間です。

夏の焼肉パーティーはとても楽し
みな行事です。息子様たちがビール
片手に焼いてくれる姿をみるお母様
たちの幸せそうな顔。2はり張った
テントをあつという間に片づけ下
さる頼もしい皆さんです。公園のよ
うな自前の庭でする焼き肉は格別で
す。軽音楽の方に来ていただき、そ
のリズムにのって親子で踊る姿も素
敵でしたね。

12月は運営推進会議の後の餅つき
が恒例になっています。杵をおろす
息子様の姿に「しげる〜！」と黄色
い声援をおくるお母様。子供が小さ
かった頃、運動会で必死に応援する
お母さんの姿と重なります。つき上

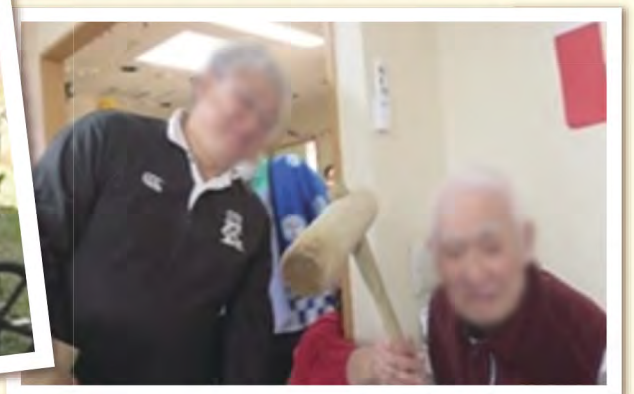


グループホーム夢 ホーム長
寺本 壽美子

がった餅は母娘で丸めてくださいます。
皆で美味しいお餅をいただいて一年をし
めくりまします。
このようにグループホームではご家族
様と共に、ご利用者様の幸せを願ひ歩ん
でいます。私にとって、自慢のご家族様
です。今回は、コロナの感染予防対策で
面会を自粛させていただき、寂しさも
募っているとお察し致します。辛抱の期
間ももう少しですね。これからもどうぞ
宜しくお願い致します。(寺本壽美子)



ご家族様との楽しい時間を
再び過ごせるまでもう少し…!





がんばれ北海道! 弁当

春がいっぱい*
詰まったお弁当!!



今回は、弊社代表の星野が特別に寄稿しました。2月から、驚きの迅速な対応で道民から絶大な支持を受けた鈴木知事への感謝とガンバロー北海道の気持ちを込めたお弁当です!

採れたての竹の子、たらの芽、かまぼこ、えび、カボチャ。なんと言っても、北海道を型取った卵焼き。

春の息吹と共に、北海道が元気になる!! そんなお弁当です...!

みんなで一緒に!



がんばろう!

Happy Birthday



S様、これからも素敵な歌声と元気なお姿をデイサービスに届けてくださいね! (日渡誠一郎)

てんやわんや北31条デイサービスセンターに通所頂いているS様が5月3日に100歳を迎えられました。残念ながらお誕生日当日は日曜日でデイサービスがお休みの為、翌日の5月4日に改めてお祝いをさせて頂きました。隣の写真は、他のご利用者様から沢山のお祝いの言葉を背中に受けられながら、職員が作ったケーキを前に手を合わせられている場面です。

2年前にNHKのど自慢に出場されたことのある素晴らしい歌声で「ハッピーバースデー」を歌われた後にはもちろん、100の数字のロウソクの灯を消した後に切り分けて皆さんに召し上がって頂きました!

外出自
粛の影響で満足にお買い物にも行けない状況で、久しぶりにケーキを召し上がられたご利用者様から「もう少し食べたかった!」などと嬉しいお言葉を聞くことが出来て、ケーキを作成した職員は「安心。私も一口頂きましたがとても美味しかったです。自粛ムードが続く中での「100歳のお誕生日」というこの明るい話題はデイサービスのご利用者様と職員に大きな元気をもたらさせて頂きました。

行事

100歳のお誕生日会!!

デイサービスてんやわんや北31条

祝 100th



第61弾

ドラムす子でバチ当たり人間のよもやま話

コロナ収束を願い、外出は極力控えている。当然家で過ごす時間が増え、テレビを観る機会が増えたがドラマ等は再放送がほとんどでつまらない。ならばあの名作「北の国から」を再び観ようということになった。倉本聰原作のこのドラマはご存知の方も多いだらう。純のモノローグ「今日僕は〇〇なわけで：」「〇〇と思われ：」のセリフとさだまさしのテーマソングが印象に残る。

本編がまず24話あった。その後ドラマスベシャルが8本、しかもそのうち「単立ち」「時代」「遺言」はそれぞれ前編後編に分かれるから合計11本だ。各1本が2〜3時間の長い道のりだったが全部観た。

富良野の雄大な自然を舞台に、田中邦衛演ずる父の黒板五郎、吉岡秀隆演ずる息子の純、中嶋朋子演ずる娘の蛭という家族3人を中心にドラマは展開して行く。1981年から本編が始まり2002年のドラマスベシャルで終わるがその年月21年という長い時間の流れはまるでドキュメンタリー番組を観ているようだ。子供の成長や親の老いが目に見えて認識できるのだ。かつてこのようなドラマは無かったし、今後もできないだらう。

主人公である父の五郎は世渡りが不器用ながら人や物をとんでも大切に。気さくではあるが信念は曲げない頑固さと行動力を持つ。酒が入るとやたら陽気になったり落ち込んだりする。貧乏ではあるが心は豊かで、慈しみと感謝の気持ちを持ち続けている。世間からどう思われようとただ一途に家族を信じ守り愛し続ける。五郎のそのやり方は格好悪くても恥ずかしくても健気で純粹で美しい。

その時々で出演する個性的俳優陣がドラマをより深みあるものにする。順次紹介すると、いしだあゆみ、竹下景子、原田美枝子、岩城滉一、大滝秀治、松田美由紀、地井武男、中澤佳仁、大友柳太郎、林美智子、宮本信子、村井国夫、小松政夫、蟹江敬三、伊丹十三、斎藤晴彦、児島みゆき、ガッツ石松、小野武彦、平田満、笠智衆、風吹ジュン、笹野高史、美保純、レオナルド熊、布施博、古尾谷雅人、緒方直人、正司照枝、井川比佐志、菅原文太、北村和夫、大地康夫、渡部篤郎、石丸謙二郎、西島秀俊、宮沢りえ、室田日出男、大竹しのぶ、平泉成、内田有紀、唐十郎、岸谷五郎、柳葉敏郎、高橋昌也、根岸季衣、杉浦直樹、あく疲れた。さらにキタキツネ、熊・牛・馬・羊・犬にクマゲラとテン、鮭に昆虫までもがドラマに生命感と無常感を与える。出演者を羅列するだけでもこの長さだ。まだまだ素敵なキャラクターがいるが紹介しきれない。またそれぞれの役者が絡む感動的なエピソードもここでは紹介しきれない。皆さんももう一度「北の国から」ご覧になりませんか？家族とは人生とは考えさせてくれる素晴らしいドラマです。富良野出身の私としては結局このドラマの宣伝で終わってしまっただな…とほほ。(蓮川亨士)

行事

健康教室 ツボ押し&太極拳

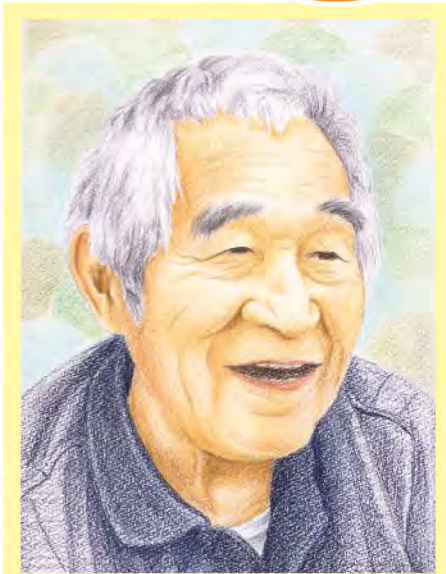
4月23日より「健康教室」をスタートしました。まずはツボ押し。「気持ち良い」を合い言葉に押ししたり・揉んだりします。「合谷・こくく」(手) 感冒やのど痛の軽減、「足三里・あしさんり」(足) (消化機能の増進・松尾芭蕉が足の疲れを取りながら俳句を詠む旅をつづけるのに使ったのでも有名)「委中・いちゅう」(膝裏) 腰痛の緩和などが有ります。

「ツボには複数の効能」が有ります。皆様、初めは位置を上手に探れませんが徐々に上達しています。太極拳は立禅、八段錦(気功)、太極拳の順番で行っています。

「てんやわんや」では初めての企画なので何人の方が参加されるか予想が付きませんでした。徐々に人数が増えています。「元ヨガの先生」の利用者様からは「いつも楽しみにしているよ」との声も頂いています。2ヶ月経ちましたが、毎回試行錯誤しながら取り組んでいます。(三浦行雄)



特集! 人間万事塞翁が馬



似顔絵作: 松田 郁美

Y様のご紹介です。昭和4年5月10日に北海道北村(現、岩見沢市)にて4男4女の8人兄弟の三番目、次男として生まれました。子供の頃は野原や林でのびのびと駆けまわったり、パッチ(メソ)で遊んでいたそうです。
 学校卒業後は海軍志願兵としてお勤めされ、(志願とはいつても、予め決められていたそうです)戦地に赴くことはなかったものの、特に強く印象に残っているのは、船で沖に出て、泳ぎの特訓と称して海に投げられたことで、あまり泳ぎが得意ではなかったY様にとっては本当に厳しいものでした。
 終戦後は家を手伝い、乳牛や田んぼを扱っていましたが、27歳の時に奥様との結婚を機に独立、米作りに専従するようになりました。当時は全て手作業で行っていたため、とても大変だったそうです。機械が回るようになり、8人程の共同で機械を購入、作業効率がグンと上がり、さらに農地を増やして仕事に励んだそうです。また、後年は土地の土壌改良に精を出されたそうで、添付の写真はその時に褒状を頂いた時のもの。ご謙遜されながらも「これはとても名誉あるものなんです」と笑顔で語って下さいました。調べると、平成4年は「きらら397」が回るようになった時期。



まさに現在のおいしい北海道米を作り上げて下さった一人!毎日おいしいお米を食べられるのはY様のおかげです!!
 3人の女の子に恵まれ、現在はお孫様6人、ひ孫様も2人いらっしゃるのと、とで、にぎやかに暮らしていましたが、2年ほど前に最愛の奥様を亡くされ、今年1月にせんに入居されました。入居当初は寂しいと話されることもありましたが、最近では他の入居者様との交流も増え、お茶会やレクレーションにも笑顔で参加されています。(女性ばかりなのでモテモテです)毎日欠かさず行っている歩行練習の時間は、職員に日々の生活の感想を伝えて頂ける大切な時間にもなっています。
 コロナウイルスが猛威を振っている今はお出かけもままなりません、解除になった暁には、毎日の歩行練習の成果を見るためにも、お散歩に出かけたいですね!これからもY様のまったりとしたペースを大切に、暮らしやすい生活のお手伝いをさせて頂きたいと思っています。(本間圭介)

朝礼でのステキなお話

第14回

~支えてくれた仲間へ感謝~

てんやわんや夢 十河 清恵



知人に紹介してもらい、おいらーくに入社して一年四ヶ月が経ちました。
 前職場の同僚に、「おいらーくさんは給料も良いし、きつと大変だよ。半年もつかね」と言われ、不安一杯で入社しました。
 それでも雇って頂いたので、一生懸命やると決意して頑張ってきました。ところが昨年末に体調を崩してしまい、送迎では高橋副部長を始め、職場の皆さんにとっても助けて頂きました。また、入浴介助も新しく入った職員さんが私の分も頑張ってくれました。
 周りに迷惑かけてしまっ、一時は休職や退職も考えましたが、職場の皆さんが嫌な顔をせず助けてくれました。
 そんな上司や先輩の様に、私も新しく入った職員さんを含めみんながてんやわんや夢で働けて良かったと思える職場作りを目指していきたいと思っています。(十河清恵)

素敵な人達に沢山出会えて、今は胸を張っておいらーくに入社して良かったと言えます。これからも体調に気をつけて、頑張っていきたいです。(十河清恵)

おいらーく

5月行事内容と6月行事予定

令和2年6月行事予定

令和2年5月行事内容とイベント風景

令和2年
6月行事予定

令和2年
5月行事内容とイベント風景

せんり	○誕生会
うらら伏古	○17・18日長生きリズム体操 ○3・24日喫茶ムーミン
ココ東雁来	○9日 お茶の間カフェココよ ○10日と25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 ○パン屋さん、くだもの屋さん 実施予定です。
えくぼ元町	○散歩 ○誕生会
元町式番館	○防災訓練
えくぼ東	○お誕生会 ○苗植え
東苗穂	○お茶会
ホームグループ	○父の日 ○誕生会
銭函お散歩	○6月から営業再開予定です。

○誕生会
○桜を見る会
○母の日




○20・27日
どんぐりを稼ごう！



※新型コロナウイルス感染拡大阻止の為、自粛しております。

○25日
セブンイレブンさん訪問販売感染対策で、
1回5人の制限で、換気・消毒をして実施
しました。お買い物、久々です。



○マスク作り




○7日 桜を見る会（パープル）
○16日 ビンゴ大会（元式）



○101歳お誕生祝い
○サテライト誕生会



○外出自粛 お見舞いメニュー
○訪問 理美容



○庭でお花見
○母の日
○誕生会
○餃子パーティー



○コロナ感染症予防のため営業自粛しています。

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。