

# 星の夢百聞

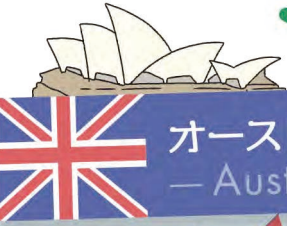
第212号

発行日 2023年10月1日

発行 株式会社 おいらーく

札幌市東区東苗穂9条3丁目1-40

発行人 星野 二三江



## オーストラリア 研修報告

— Australia —



藤田 善子

白鳥 たか子

オーストラリアの地に着いた時から、マスクの世界はなく、山なりがない360℃の青い空。珍道中の始まりでした。2か所の高齢者施設では、さすがにマスク着用、抗原検査と管理はされており、スタッフもマスク装着。施設見学では、何もかもスケールが違い、何を比較すればいいのか、陽気な国民性、壮大なハード面、スピリチュアルを重要視する部屋も用意されていたりと、老いに向かう入居者への尊厳も感じられました。

私たちへのおもてなしも「半端ない」！見学だけで、私達から提供できる情報は？唯一、道下さんがプレゼンしたDTセッションでした。本当に良かったです。おいらーくでも日常DTワーカー中心に毎月、頑張っって実施されているんですね。それに対するの評価や位置づけの低い事の違いを痛感しました。おいらーくでも、もっとDTワーカー達が自信と余裕を持って、楽しく活躍できる環境ができればいいと思います。帰りの羽田で食べたおにぎりの美味しかった事！日本がやっぱり一番でした！！

4日目は、シドニー中心街、「Wesley Senior School」の見学に行きました。非営利団体運営で、ほとんどの方がボランティアでお手伝いされているとのこと。日本で言ったら、老人クラブを市ではなく個人団体が運営し、しかも元教師の方々が講師をするような感じかと思います。金額は、最高週5項目通えて、7ドルですから、700円以下と安く、受講の合間にお茶やランチを食べるスペースもあり、60歳から100歳近くの方が学んでおられました。例えば、ウクレレ、哲学、栄養学、カードゲーム、ダンス、チェアヨガ、ウクレレ教室では、上を向いてを一緒に歌い、ヨガを教えてもらい、栄養学まで受講してきました。半期ごとにプログラムが変更され、新しいもの、新しい先生も加わり、意欲的に参加されていました。高齢になっても楽しく生き生きと生活されている様子を見て、うらやましく、DTワーカーとして、壺番館でも楽しく、笑顔で暮らせるようなレクリエーションを提供出来るよう頑張ります。



道下 悦子

菅原 智絵

2つ目の研修見学は「ABEL TASMAN」です。広大な土地を生かし、施設というよりは、もはや村、町のような環境です。部屋ではなくもはや家そのもの。初っ端からびっくり仰天です。家々のあいだにはお庭に続いており猫ちゃんもあちこちから顔を出し、皆さんのんびり笑顔で暮らしています。

DTワーカーのノリーンとカーチャがオランダのDTセッションを披露してくださいました。お昼には豪華な昼食会を私たちの為開催して頂きました。素敵なおもてなしが沢山で大変感謝感激の連続でした。最後にお恥ずかしながら私がDTワーカーになって8年のセッションの数々を知ってもらいたくプレゼンテーションをしてきました。オーストラリアのDTワーカーさんの熱い情熱に自分との差を感じ、私もまけてはいられないぞと胸に秘め、どんどん邁進していきます！

1週間の滞在で研修機会は4日間。私が一番印象に残っているのは初日に見学した「BupaBankstown」という高齢者入居者施設です。そこには様々な入居者さんに対し看護師、介護士、DTWが役割をしっかりと担ってケアをしていました。入居者も職員も多国籍、この施設のゼネラルマネジャーはネパール出身の方でした。オーストラリア政府の高齢者介護に関する施策がしっかりと根付いており、各専門職の地位が確立されていることがとても羨ましかったです。また施設のあちこちに入居者さんやご家族を楽しませ安心させる掲示物があり、サービスの見える化が定着していました。入居者や家族等で構成される委員会が常設して施設会議に参加して意見を発信するなど、施設側入居者側双方の信頼関係がしっかりとできていることに感心しました。まだまだ話足りないことがたくさんありますが今回の研修に参加でき本当に勉強になりました。今後の自分の業務にもいかせたらよいかと思います。

4年ぶり

秋

# 屋外ビッグ のフェスティバル!

CoCo  
輝楽

「秋祭り」が開催されました。9月3日当日は晴天に恵まれ、予定していた屋台3台・キッチンカー2台・的当て・スーパードールすくい・ひよつとこ踊り・ウクレレ漫談はすべて順調にとりおこなわれ、ご参加頂いた皆様も大いに喜ばれていました。

職員にとってもこのように大掛かりなイベントは初めてのことであり、行き届かない面もあったのですが先ずはつつがなく終えたことを喜んでおります。多くの方の知恵と経験と労力があってこそ開催できた秋祭り。ご協力してくれた職員の皆様、ご参加して頂いたご家族様へ感謝申し上げます。そしてまた来年もご協力よろしくお願い申し上げます。

(蓮川 享士)



心地よい天候の中、お祭りは大盛況でした!



## 秋の音楽を 楽しむ

# 敬老会

9月18日敬老の日、1階食堂にて音楽を楽しむ敬老会として蓮川さん(音楽大好き副ホーム長)ご夫妻による素敵な楽器演奏と石川歌姫(サポートユアライフサ責)による華麗な歌声の音楽会が開催されました。

秋にちなんだ童謡唱歌を聴いたり一緒に歌ったりしました。歌を聴き音を思い出されたのか普段は認知症状が重い方も涙を流しながら歌われたり、歌のリズムに乗って体リズムをとられる方等等。私達職員にとっても普段の様子からは想像できない表情が見られ、驚きの発見がありました。入居者様からも「楽しかったよー」との感想も多々ありました。

蓮川さんご夫妻、石川さんありがとうございました。また、クリスマス会も宜しくお願いしますね!! (金森 真希)



職員の皆さんありがとうございました!!

# 合同秋祭り

元町第2ヶアサポートセンターでは9月16日に秋祭りを開催しました。建物としては初めてとなる外での開催と地域を巻き込んだイベントとなりました。

準備の段階から試行錯誤し、他事業所が行ったお祭りの話を聞きながら進めてきました。それでもんやわんやとなってしまう部分もありましたが、ちなみに用意したとうきびは70本。皮むきから下処理、ラップ巻まですべて入居者様が行って下さいました。職員の出る幕は一切なく、あれよあれよと作業は終了。ベテラン道民のみなさま、さすがです☆

当日の天気は晴れ！気温も高く9月中旬とは思えぬ暑さとなり天候にも恵まれました。食事は熱々の焼きそば、香ばしいフランクフルト、炭で焼いた焼き鳥、甘味が効いたとうきび、塩味がちょうど良い枝豆、暑さを忘れられる冷たいソフトクリーム、食事に合ったジュースと盛りだくさんで利用者様、入居者様からも大絶賛!!暑さの中でも笑顔が多く見られ皆様満足された様子でした。そしてゲームコーナーには輪投げ、ヨーヨーすくい、駄菓子釣りがありそちらも大変盛り上がりを見せ利用者様、入居者様はもちろん保育所の子供たち、町内の子供たちもお祭りに来られ大変大盛況となりました。

また、えくぼ、せんりの職員が道行く方々にも声を掛け足を止めて頂いた方も数人おり（決して無理やりではありませんせんよ）町内、地域との交流も図ることができました。今回のお祭りは利用者様、入居者様はもちろん地域にも知ってもらう事を目的とした物でした。地域を絡めて行えたことは本当に良かったですし、何よりも利用者様、入居者様に楽しんでもらえたこと、職員が一丸となり開催出来た事。それが一番の収穫となりました。今年だけではなく、来年、再来年と続けていければと思っております。ご協力頂いた皆様本当にありがとうございます！（せんり：本間 えくぼ：佐々木）



山盛りのとうきび作業、ごくろう様でした!

## 朝礼でのステキなお話 特集

### お世話になった恩師との感動の再開

仰げば尊し 我が師の恩 教えの庭にも はやいくとせよ

学校を卒業し、もう何年も経ってしまっていた私ですが、学生時代にお世話になった先生の事は、忘れずに、感謝と共に大切な思い出として、今でも心の中にあります。

本町では先日、大変貴重な再会がありました。内職リハビリのプログラムの一つとして次の日にいらつしやる利用者さんが予定を立てる時に使うネームマグネットや送迎の札を、その日の利用者さんに用意して頂いているのですが、その中で、昔お世話になった学校の先生と同性同名の方がいる...と気付いた利用者さんがいらつしやり、調べてみると、どうやら別人では無く、何とご本人らしいと分かりました。

早速、利用日を調整し、再会することに。生徒だった利用者さんはすぐに先生と気付き、駆け寄り名前を伝えます。先生は長い年月が経ってしまっていることもあり、思い出すことはありませんでしたが、当時の話を続けていると、しっかりと生徒さんの顔を見て、とびきりの笑顔で嬉しそうに話を聞いていらつしやいました。

当時の事を思い出し、涙を流し先生の手を擦りながら、再会できた喜びの時間もあっという間に過ぎ、「お互い元気ですようね!」「今度また会いましょう」と約束をされました。一つ一つの出会いを大切に、私の恩師の事も思い出しながら、とても素敵なひと時に同席出来ることに感謝しています。

(水谷由紀子)





# うらら伏古・きらら伏古 合同秋祭り

**コ**

ロナで中止になっていた、きらら・うらら合同の秋祭りが4年ぶりに再開されました。

ヨーヨー釣り、お菓子釣り、ビンゴ大会、焼き鳥、焼きそばなど昔懐かしい風景にビックリされていました。入居者様もいました。

町内会のボランティアさんのオカリナ演奏、高校生のブラスバンド演奏などの余興もあり、地域の方や家族様と一緒に鑑賞される入居者様もいらっしやいました。ビンゴ大会では自分の番号を探し、番号が呼ばれるドキドキ感を感じ、五感の刺激にもなったように思います。

ヨーヨー釣りやお菓子釣りでは、入居差様にお手伝いして頂き小さいお子様から入居者様まで笑い声が聴かれ、楽しんでゲームをしている様子が見られました。

焼きそばやフランクフルトなど食べながら、「お昼食べたのにこんなに食べられるかな〜」と、言う声も聞かれていましたが美味しそうに召し上がっていました。

入居者様からは、「楽しかった」「もう終わりなの」と言う言葉も聞かれて、本当に楽しんでもらえて良かったと思えました。  
(丸山 加代子)



懐かしいゲームや演奏などもりだくさんの内容でした!

## ヒント

おいらーくでは、管理者のひとりです!

## 新企画

# 私は、**誰** でしょう?

高校卒業後、動物関係の仕事がしたくて面接を受けた所は小さくて可愛い動物：なんて大きさではなく、「馬」のお世話等をするホースマンと言う仕事。馬が好きだったの?と言われると競馬なんて物は全然興味ないし、観光で引馬に乗った事がある程度の物。乗馬の経験もないし、触った事もない。私がいち当時はサンデーサイレンスが代表産駒でエアグループやサイレンスズカしか私にはよく分かっていない。

厩舎にはまだ名前のついていない、アドマイヤベガがまたお腹を壊して、やれやれと言われている頃でした。競馬好きには堪らない話らしいのだけど、ゼーんぜん興味のなかった私にはただただ愛らしい馬との仕事楽しかったです♪さあ、私は誰でしょう!



# 行事報告

## 秋の料理教室 くまぼちやの焼売

てんやわんや本町

今月の料理教室は「かぼちやの焼売」を作りました。お肉を食べられない利用者さんがいらつしやるので、今回はお肉を使わずにはんぺんを使った焼売にすることにしました。皮も簡単に作れることが分かったので、皮から作ったら面白いのでは？と思いい、皮から作る事にしました。今月の朝礼でも、料理教室で皮から焼売を作る事を報告し、面白いねと言って頂きました。実際の料理教室では、焼売のあんを作るのは簡単だったのですが、皮を麺棒で伸ばして、あんを包むという工程が皆さん苦戦している様子でした。ですが、1回コツが分かれば「こうすれば上手く出来るんだ！」と自分なりのやり方を見出して、上手に包めるようになっていた利用者さんもいらつしやいました。

利用者さんからは、「餃子は家でも作ったことあるけど、焼売は作ったことなかった。楽しかったよ！」との言葉を笑顔と共に頂きました。家族と一緒に食べた利用者さんからは「醤油をちよつとたらし食べたらとっても美味しかったよ」との感想も頂き大好評でした。今後も、利用者さんと一緒に楽しみながら料理教室を行っていきたくと思っております。

(五十嵐 裕美)



とっても美味しくできました！



## 秋祭り開催！

てんやわんや東苗穂

今月は、秋祭りを二日間行いました。和太鼓を中央に置き、カラオケの機材で北海盆踊りをエンドレスで流し、その周りを利用者さんに踊ってもらいました。

はじめは職員が太鼓をたたいていましたが利用者さんにも体験してもらおうとバチを渡すと皆さん夢中で楽しくたたいていました。太鼓をたたけない利用者さんも手拍子をして楽しく参加されていました。

終わった後は、「あー楽しかった。またやりたいね」と言葉を交わしていました。おやつの中には、手作りの芋餅と焼きトウモロコシを笑顔で召し上がっていました。(南 俊也)



皆さん上手に演奏されていました！

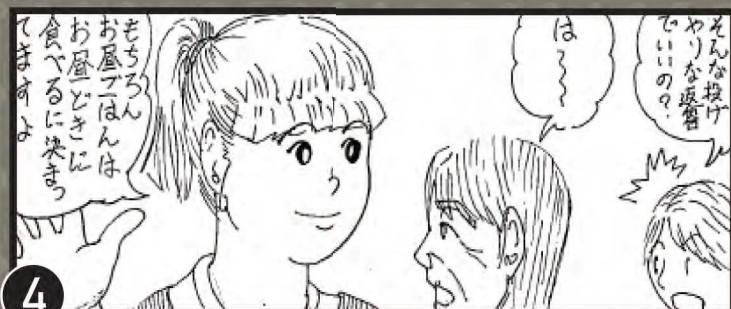


なべっちゃんの

4コマ

## 介護日記

No.28



第97弾

## ドラムす子でバチ当たり人間のよもやま話



予期せぬ事が起こった。すすぎを永遠に繰り返し脱水までたどりつけない我が家の洗濯機。その瀕死状態の洗濯機の前に電子レンジが壊れた。冷めた揚げ物を温めている時突然バチンと音がして止まってしまった。それ以来作動しない。衝動買いしたバイクのおかげでレンジの新調は難しい。

レンジが使えないことで不便を極めている。ガス台は使えるのでそこで蒸したり焼いたりしながらしのいでいる。家電製品は何故か同時多発的に壊れる気がする。これも一般家庭が買い替えを余儀なくされる家電業界の策略ではないだろうか。ともかく家事に参加し妻の負担を軽減するより手立てはない。

前号で言葉を操るシジュウカラの話をした。我が家に鳥のエサ台を設置してから数年経つが、最近新顔がやってくるようになった。その鳥はヤマガラという。シジュウカラの仲間だ。大きさはスズメほどだが色がカラフルでひと際目立つ。このヤマガラはエサをくわえると木の枝などに飛び移ってから、両足ではさんだ種や木の実をくちばしで上手にツンツン割って食べる。とても器用でそのしぐさが何とも可愛い。

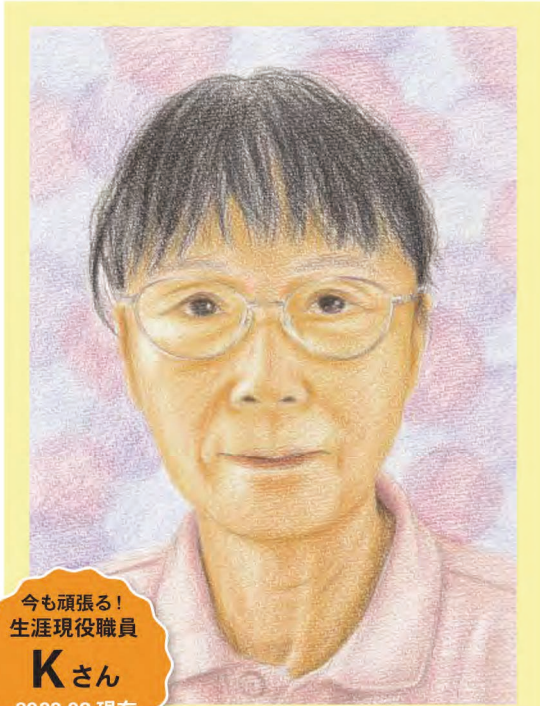
そんなヤマガラ、もともと日本では平安時代から飼育されていたらしい。学習能力が高いためおみくじを引かせる芸が仕込まれ、その芸は日本各地の神社で見られたそうだ。しかし鳥獣保護法により捕獲・飼育の禁止をうけ、このおみくじ芸は現在完全に消失してしまった。一度見てみたかったなあ、おみくじ芸。硬貨をくわえ賽銭箱に入れ、つるされた鈴を鳴らし神殿の扉を開け、中からおみくじをくわえて戻って来るという込み入った芸らしい。

そうか。頭が良いうえに人間に従順でもあるのだな、ヤマガラは。我が家のエサ台からくわえて行く様子を見てみると好んで食べるエサの種類があるようだ。そのエサを特定しればかりどっさりヤマガラに与える。しばらくはスズメ、シジュウカラ、ヒヨドリ、カワラヒワ、キジバトなどいつも集う鳥達には遠慮してもらおう。ヤマガラを最優遇することで主人に感謝する心、それに報いたい気持ちをはぐくむ。機が熟したところで鳥のエサ代のレシートを見せながら「お前はおみくじを引くのが得意であれば、宝くじを引くのもたやすいだろう。全国の宝くじ売り場のどこかに当たりくじがあるからそれを引いてきなさい。エサ代もこんなになるんだよ」とさとしながら命ずる。今や忠義心あふれるヤマガラは主人のため1等7億円、前後賞1億5千万円、合わせて総額10億円の当たりくじを求め飛び立つのだった。そんなわけないか。だいたい当たりくじがわからないから探しようもない。ならばせめて近所のスーパーのあの黄色い半額シールをくわえてきてくれ。めったに買えない本マグロや和牛など高価な食品に貼りまくってレジに進もう。妻もひとときレンジのことは考えずに済むだろう。この先洗濯機が壊れなかったら話だが…とほほ。(蓮川享士)



# 人間万事塞翁が馬

今も頑張る生涯現役職員編!



今も頑張る！  
生涯現役職員  
**Kさん**  
2023.09 現在  
75歳

似顔絵作：松田 郁美

私は昭和23年11月23日（今年75歳）に霧の町釧路で八人兄妹の六番目に生まれましました。高校を卒業後、薬品会社の事務をしていました。28歳で結婚、夫の経営する会社で子育てをしながら仕事を手伝っていました。40歳を過ぎた頃に離婚を経験し、病院の看護助手として働きました。もっと勉強をして患者様に寄り添いたいと思うようになり看護学校を受験し、入学しました。まだ息子は中学生でしたので働きながら二人三脚の生活でした。若い同期生達に囲まれ周りの方達に支えられ楽しい学校生活でした。45歳で看護師となり病院勤務を経て60歳で定年後は特養や介護施設で働いていました。70歳を機に札幌に住んでいた息子夫婦と同居しました。平成30年4月、知人の紹介でおいらーくに入社しうらら伏古勤務となりました。

令和3年4月にうららで新型コロナウイルスのクラスター感染が発生し次々と感染しました。未知のウイルスによる恐怖と不安の中、東苗穂病院の星野副院長を中心に感染対策チームを即座に立ち上げ対応に迫り、他の部署からの応援、数々の手紙やメールに励まされました。

また、疲れ切った身体で帰る時、代表の手作りの温かいお弁当が待っていました。一人一人を大切にしてくれるから困難を乗り越えられたと思います。今、孫娘が看護師を目指して勉強中ですが、私もまだまだ負けずにこれからも看護師としての知識と意識を持って利用者さんに寄り添い支えていけたらと思います。

Kさんは現在、デイサービスセンターで看護師として勤務されており、年齢を感じさせない働きぶりで安心して任せることができ、とても頼もしく感じています。これからも身体の許す限り力を貸してくださいね。（聞き取り：今田 克也）

思い出の曲は  
舟木 一夫「高校三年生」です。



デイサービス てんや新道で勤務中!

## 秋の 行事報告 銭函デイトレ 芸術の秋！作品制作

涼しく、過ごしやすくなってきましたね。時期が秋なので、食欲の秋ではなく、読書の秋でもなく、銭函デイトレセンターは、芸術の秋にしました。最初から絵を描くのは難しい方もいるので、絵を描いてあるものに、色鉛筆で色を塗ってもらい、優しい物から難しい物まで用意しました。ご自分で選んだものに塗っていただき、仕上げが間に合わなかった方に関しては、次回来られた時に塗ってもらうように致しました。

ご自分で考えながら絵を描く方もいたり、題材を職員が出し、その絵を描いた方もいらっしゃいました。

絵を描き色を塗り、完成した作品を見て、「きれいだね」「うまいね」と仰っていた方もいたので、素直に嬉しいと思いました。（山内謙一朗）

キレイに  
塗れました!





# 9月行事内容と10月行事予定



## 令和5年 10月行事予定

## 令和5年 9月行事内容とイベント風景

令和5年 10月行事予定

令和5年 9月行事内容とイベント風景

せんり  
○お話の会  
○誕生会

○秋祭り  
○敬老のお祝い

うらら伏古  
○18日(水)  
「リース作り&秋の味覚を  
楽しもう～」

○10日(日) 「うらら・きらら合同秋祭り」  
○16日(水) 「改訂版：似顔絵クイズ」

えくぼ東雁来&  
ココ東雁来式番館  
○とくし丸(移動販売)  
○金さん銀さん(訪問理容)  
○コロナに負けるな!  
秋の大運動会(10月17日)

○とくし丸(移動販売)  
○金さん銀さん(訪問理容)  
○秋の運動会  
(コロナ感染対応のため延期)  
※写真は準備時のものです。

えくぼ元町&  
ココ元町  
○合同誕生日会(9月・10月)

○14日(木) 敬老の日

えくぼ&  
ココ元町式番館  
○えくぼ&CoCo元町式番館  
秋の味覚を楽しむ会  
○サテライトえくぼ 運動会

○元町第二ケアサポートセンター 秋祭り  
○サテライトえくぼ 敬老会

銭函お散歩カフェ  
○7日・28日 趣味の会  
○10日 認知症カフェ  
○3日 文教大学学生さん  
(保健師) 見学

○2日・30日 趣味の会  
\*9月13日～18日までお休みしました

ココ輝楽  
○衣料販売(さいじょう)  
○誕生会

○秋祭り○誕生会○敬老会

## 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。