

星の夢百聞

第235号

発行日 2025年9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

8/24日
エルパサにて開催!



発表内容

第1事業部	「続 ミンガラバー&ナマステ」	中島 (GH 夢)
第2事業部	「とあるNさんの1日」	中野 (えくぼ)
第3事業部 ①	「デイサービスの在り方と、拡大するニーズ」	今野 (生きがい 東雁来)
第3事業部 ②	「大丈夫じゃないのに大丈夫と言う独り暮らしの高齢者 ～支援とつながりでひらく明日への第一歩～」	花村 (てんやわんや 本町)
第4事業部	「ようこそ! COCO 輝楽へ」	金森 (COCO 輝楽)
第5事業部	「夫婦の事情～高齢者の性と現場で起きている課題～」	石川 (サポート ユアライフ)
第6事業部	「あなたの心の中を知りたい」	高津 (フォルテシモ)
第7事業部	「配食事業部の未来はどうなるの?」	葛西 (配食事業部)
個人の部①	「娘がつないだ輪～他職種・他世代交流～」	松阪 (エルパサ)
個人の部②	「ありがとうパープルロード元町」	佐々木 (えくぼ)
個人の部③	「時間貯金～生産性向上 改善したその先に～」	広部 (うらら伏古)

第17回 おいらーく 事例研究発表会

第17回おいらーく事例研究発表会は、各事業部から計8題、また個人の部では3題の発表がありました。

どの事例も利用さん達や同僚の職員達の事情や環境を考慮し、そして生きる喜び・楽しみ・思いをどう具現化するかを真摯にとらえ、それに少しでも答えるべく日々奮闘している事例発表でした!

私どもの事業所は、それぞれがとても个性的で「みんな違ってみんな良い」をモットーとしていますが、ただ経営方針である「あるべき姿を探究し続けるオンリーワン企業」を目指しています。そして、おいらーくのあるべき姿とは＝ウェルビーイング (Well-being) 簡単に言うと、利用者さんお一人お一人が朝目を覚まして、「今日も行くところがある」・「今日もやることがある」・「今日も誰々さんに会うことができる」・「今日も美味しい物がいただける」と希望を提供し、企画し介護し続ける企業であり・事業所であり・職員達であることです。(編集者)

＼ みなさん素晴らしい発表をありがとうございました! ／



配食事業部 から事例研究発表会に お弁当が提供 された！

この度、初めてお弁当を80名分提供をさせて頂きました。メニューの考案から、お弁当箱の選択職員の配置、シュミレーション色々大変な作業でした。早朝から始まり、昼食との併用しながらの作業でしたので、工夫しながらどうにか時間までに合う事が出来ました。パートの皆さんの協力もあり休みを返上して、手伝ってくださった方もあります。このお弁当は午後からも元気を付けて頑張ってくださいという気持ちと、我々も頑張りました！というメッセージも込めたお弁当でした。(山下)

はカレー作ってください！



栄養たっぷりの
お弁当で
**POWER
チャージ！**

おいらーく

サマージャンボ宝くじ抽選会！

in てんや北 31 条



景品が当たった方！おめでとうございます～！



おいらーくの独自通貨を貯めて宝くじを購入し、夏・冬開催されるサマージャンボ宝くじの抽選会、今回は会場をデ・イサービスセンターてんや北31条で開催されました！この宝くじも10年以上続くおいらーくの大イベントです。利用者さん達は、この宝くじを購入するため各事業所独自の通貨を貯めるべく運動や課題をクリアしてたくさん貯めて少しでも宝くじを買い込み抽選にのぞみます。開催においては、全事業所にもズーム発信をしますので各事業所でも盛り上がりつつあります。自分の宝くじが当たった利用者さんの嬉しそうな顔・顔・顔！です！（編集者）

豪華景品



第2回おいらーく



卓球 & ポートボール大会!



第2回おいらーく競技大会は、
昨年の第1回よりもバージョンアップして、卓球+ポートボールの競
技です。おいらーく全事業所を4チームに分けておいらーく杯及び賞
金を獲得せんとみんな作戦と応援合戦で場内を盛り上げました!
来年は、次世代型デイトレセンター Lpasa のフロアーが1周 100m
あるのでこれを利用した競技で盛り上がろうと考えています。(編集者)

優勝は...

「東区西部地区」

CoCo 元町・えくぼ元町・配食事業部・てんや本町・
てんや新道・てんや北 31 条・スマイル北 31 条

女性陣も男性に負けじとハッスル・ハッスル



デイトセンター LPASA は、卓球とポートボール
会場のふたつの競技が出来るスペース!

和気あいあいの中にも隠れた闘志は全開!



みんな怪我だけはしないでと祈るばかり

事例研修会参加も昼からの競技に合わせ戦闘モード



ゴールポスト担当の職員は、必死にボール確保!

卓球



海外実習生も参加しました！



各事業所エースが本気モードで対戦



みんな普段のストレス解消にとっても楽しそう

おいらーく竜虎の戦い！



白鳥所長

藤田顧問

お母さんは強し！抱っこしながら参戦！



参加者たちの声



卓球、ポートボール大会お疲れ様でした。昨年準優勝だったてんやわんや本町としては、今年は事業所全体がリベンジに燃えていたため、現役で卓球を続けている自分も全力モードで臨みました。結果、若い力に屈してしまいましたが、チームは全職員ハッスルプレーが見られ見事優勝！昨年のリベンジを果たしました☆そして、翌日からは筋肉痛との新たな戦いの火蓋が切られ、日頃のトレーニング不足を痛感している今日この頃でございます。来年は連覇出来るよう頑張ります！（てんやわんや本町：山本）

皆さん、こんにちは、COCO 東苗穂のお花畑にも、コスモスが咲き、少しずつ秋の気配が強くなってきた今日この頃、いかがお過ごしですか？私は、第2回おいらーく卓球大会に参加してきました。昨年の1回目に参加できなく、言い出さずに行けなかったのがとても残念で来年は絶対参加するぞーと意気込んでいました。

今年は、卓球にポートボールと2種目に増え、自分は高齢だし走れないしとある意味あきらめていましたが、ポートボールがなかなかの運動量に、皆さん息も上がり大変そう思わず、「私もゴール、やります」と手を挙げていました。

必死にボールを追いかけ、転び、ぶつかり、激しすぎて心配になるくらいでした。小学校時代にドッジボールはやった記憶がありますが、ポートボールは、バスケットと同じ位ハードなスポーツだと感じました。他事業所の方と話をし、一致団結し、笑いあい、運動不足を感じたり、又年齢の厳しさや体重の重みも感じつつ、夏の終わりの球技大会を満喫させていただきました。若いデいの職員の動きを見て、さすがささを感じつつ、大きなけがもなく終わったことで大成功だったと思います。

お昼のお弁当もボリューム満点、味もとても美味しく、笑顔の一日を過ごせたと家に帰ってから、心地よい疲労感がすぐ爆睡しました。次の日は、筋肉痛より関節や足腰の痛みで湿布だらけの白鳥でした。（笑）（白鳥）

夏の
行事報告

〈デイサービスセンターてんやわんや東苗穂〉

お庭で美味しいバーベキュー

今年も暑い日が連日続き、やってきまして！バーベキューの季節です。

毎月2日間行っており、庭に朝から事前に張ったタープ、午後からの炭火起こしを見た利用者さんは「なんだ？なんだ？」と窓をのぞき込みます。ピンときた利用者さんは「お手伝いするよ」と言ってくれて、焼き係は直ぐ決まります。他にもやってみたい方が多い日は順番に焼いてもらいます。火を使うので、火傷には十分配慮し水分補給しながら、軍手を履いて焼き鳥に塩コショウをかけます。そして串を回しながら両面を焼いて、外はカリカリ、中はジューシーとお店顔負けの出来栄です。

タープの下には四、五名の利用者さんが今か今かと待ち構えており、今回は焼き鳥に焼きマッシュマロも加え、甘さとしよっぱさのダブルのハーモニーでどちらも抜群に美味しいのです。炭火で焼いた焼き鳥に皆さん「美味しいね」と大好評です。お喋りにも火が付きますが、次のお待ちの方もいますので、順番に外でバーベキュー体験です。

外に出られない方にも、デイルームで美味しい焼き鳥に舌鼓です。普段あまり活動的でない方もみなさん笑顔になってお話に花が咲きます、この笑顔の為にバーベキューをやっているととても過言ではありません。今後は、庭で栽培しているジャガイモが大きくならしたら、じゃがバターにして皆さんに振る舞う予定です、乞うご期待！
(てんやわんや東苗穂・恵本)

炭で焼いた焼き鳥は格別です！



串にマッシュマロを刺していきます



焼き鳥係をお願いしました！



職員の余興も盛り上がりました！



夏祭りといったらヨーヨー釣り！

今年は住宅との合同夏祭りを開催いたしました！昼食には焼き鳥、フランクフルト、焼きそばなど職員が焼いたり作ったり！おやつはジュース各種、ビール！（ノンアルコールですけどね）アイスクリームとかき氷やポップコーン等提供させて頂き皆さんに食べたいものを選択して頂きました。

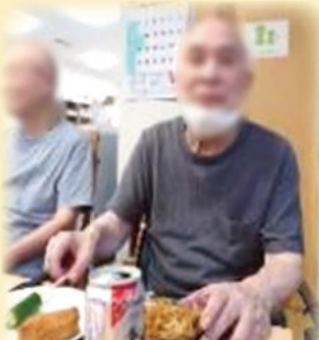
そしてフロア内にゲームベースを三か所作り、スタンプリー制で楽しんで頂きました。（ゲームの種類はストラックアウト、型抜き、ヨーヨー釣り）

職員の余興も行い、デイの利用者さんと住宅の方も大いに楽しんで頂きました！最後は豪華景品ハズレなしの紐くじを行い皆さん景品を片手にご帰宅されました。

昨年はデイのみで祭りを開催しましたが今年は建物として行うことができました。が、もう少し住宅の方が参加して頂けると更に盛り上がったのではないかと思います。

来年はもっと参加して頂けるように事前の告知等にも力を入れてより良いお祭りを開催できるように取り組みたいと思います。

(てんやわんや北31条 小原)



皆さん思い思いに楽しまれました



ストラックアウトも良い運動に



研修会などで学んだ
有益な情報をご紹介します！

朋ちゃんコラム

第14回

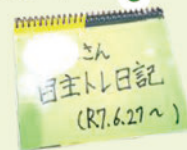
夏の甲子園☑今年も熱いドラマが繰り広げられましたね。連日テレビの高校球児たちの姿を目にして、胸がカーッと熱くなりました。今年は特に、沖縄尚学の初優勝が沖縄県民だけでなく全国の高校野球ファンも感動しましたよね。

甲子園球場は、誕生から満100歳★ もともととは阪神電鉄が沿線開発の一環として、野球ができる多目的スタジアムを建設したのが始まりだそうです。球場の名前「甲子園」は、完成した1924年が十干十二支の「甲（きのえ）」と「子（ね）」の組み合わせにあたる、60年に一度の縁起の良い年だったことに由来しているとか。そんな由緒と歴史がある舞台、やはり特別感ありますよね。毎年、計り知れない感動と勇気を与えてくれます。今年の大会では、試合が夜遅くまで及ぶこともありましたが、終了が午後10時46分になったこともありましたが、それでも、仙台育英の監督は「人生最高の夜更かし」と粋な表現したように、球児たちにとっては、きつとかけがえのない夏の思い出になったのではないのでしょうか。グラウンドで全力を尽くし、涙を流す彼らの姿は、私たちに「ひたむきに何かに打ち込むことの尊さ」を教えてくださいました。感動しました☑

わが家の高二の長女は、まさに「甲子園マニア」なんです。甲子園の前に、どの高校が勝ち上がってくるのか、各地の予選大会からチェックが始まります。そんな長女にとってのこの夏休みは、高校野球をフル観戦するため自分の予定をスケジュールする程です。そんな長女でも観戦中にちよつと席を外すことがありました。その間に点数が動いたので、私「点数入ったよー」と伝えると、娘「え☑ エラー？ホームラン？」私「ヒットじゃないかな」娘「何番から何番に繋いだの？」私「え、後半の番号かな」娘「左中間？ライント線？どこ抜けたの？」私「そんなん知らんわ…」長女は野球経験もないのですが、甲子園のお陰で野球ルールにも大変詳しくなり、解説者ばりに語るので話についていけません（笑）

一つの事に熱中する、その分析力と集中力は我が子ながら、すごいなあと感じた次第です。その少しでも勉強にも活かしてくれたら… 明日から定期試験。長女さん、大丈夫かしら。心配です（笑） 前向きに★（小林）

宅配ビリビリの おススメ！



今年もサマージャンボ宝くじの販売が始まりました。宝くじを楽しみにされている利用者様が半年掛け、内職リハビリやポパイ、巡礼等で貯めた施設内通貨ゆーめで「何枚買うかな？」「今年こそ何か当たればいいな！」と会話されている姿が見られます。

3年程前から本町を利用されているWさんもその一人で、普段は施設内のスタンブラリーである巡礼や利用者様同士の麻雀でゆーめを稼がれていました。ただ自宅では、ずっと椅子に座って動かない事が多く、何もしないで食べてばかりいると奥様より担当者会議で話がありました。訪問リハビリが入ってリハビリやデイサービスがない時は自主トレーニングを促しますが、取り組む姿はなかった様です。

そこで、自主トレ日記を作り、自宅で訓練に取り組んだ際は、奥様に確認の名前を貰い、本町でゆーめをお渡しする事にしました。左麻痺のある方なので、右に体が傾き、足首が上がりずまずい転倒リスクの高い状態です。そこで、足を上げて左足に体重を乗せる練習を続け、送迎車への乗り降りの際も意識して足を延ばして頂く様に声掛けする様にしました。本人の意欲もみるみる高まり、継続して自宅でのトレーニングを続けていらっしやいます。貯まったゆーめを見せ「これはまだ使わないで次回に残しておこう」と笑顔でサマージャンボ宝くじが当たり喜んで次の活力となっています。（花村）

壽美子姉さん！

小樽 銭函 こぼれ話



札幌のベッソタウンとして注目を集め、お洒落な街として発展途上の銭函！通勤し始めて4か月。誉れ高く語るご利用者様の地元愛、小樽の歴史を創ってきたという自負に心動かされ、つたない文章ですが皆さんにその一端をお伝えしたくペンをとりました。

第一話 越中富山の薬売り

デイトレに通われるS様のおばあさまは富山からの入植者で、のちに小樽の「越中屋」という旅館で富山の薬売りの元締めをされていました。越中屋は薬売りの方が寝泊まりされいつもいっぱいでした。「練のカス」を運ぶ船で、小樽と富山を行き来し、越中屋を拠点に道内で商売を繰り広げました。そして、その日旅館にもどっては、その日のお金を数え、その回収した薬を新しい袋に詰めなおし次の日、また売りに出たそうです。（えっ！そうだったんですね。あくまでも聞いたお話です。）

戦後、富山の薬で各家庭はどれほど助けられたことか…でもそのルーツがご利用者様

のご先祖様だったのですね。（寺本）



今回ご紹介致します方はSさんです。大正13年4月16日生まれの101歳の方です。米どころ深川市多度志町で生まれ、12人兄弟の下から2番目とお聞きしています。

幼少期は「よく畑仕事や田んぼの仕事を手伝った」と話して頂きました。

知人に紹介された男性と結婚した事、札幌に出てきてから短期間ですが看護師もされたとお聞きました。その後は清掃の仕事、ラーメン屋さんでも働き、3人の娘さんに恵まれ、一生懸命に育てたんだよ…と、色々お話しして頂きました。

とても101歳とは思えないほどお元気で背筋をピンと伸ばし歩行器を上手に使い生活されています。

デイスービスの日に塗り絵をして頂く事がありますがとても上手に色鉛筆、クレヨンなどの色を選んで枠からはみ出す事もなく取り組んでいます。自分の身の回りの事はほとんどご自分で出来ています。まさに、スーパーおばちゃんですね。(聞き取り・佐々木)



似顔絵作：松田 郁美

てんやわんや本町：
四反田

おいらーく

8月行事内容と9月行事予定

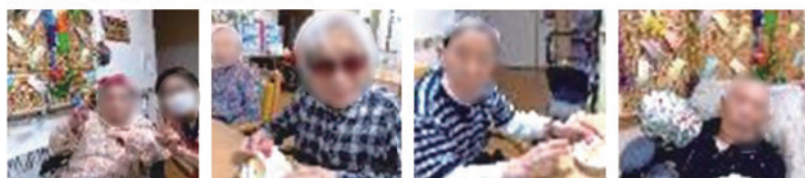
令和7年9月行事予定

せんり	○秋祭り
うらら伏古	○合同秋祭り ○誕生会
えくぼ東雁来& ココ東雁来式番館	○金さん銀さん（訪問利用） ○とくし丸（移動販売） ○丸駒青果（果物販売）
えくぼ元町 & ココ元町	○秋祭り
えくぼ & ココ元町式番館	○秋祭り
銭函お散歩カフェ	○6日・20日 趣味の会
ココ輝楽	○秋まつり ○敬老会 ○誕生会

令和7年 9月行事予定

令和7年8月行事内容とイベント風景

○七夕かざり ○誕生会



○花火の飾り作り



○夏の終わりの大収穫祭



○19日 合同誕生会



○えくぼ盆踊り大会

○5日 認知症カフェ～オレンジかふえ
○2日・30日 趣味の会

○七夕まつり ○誕生会 ○衣料販売(さいじょう)



令和7年 8月行事内容とイベント風景

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。