

星の夢百聞

第236号

発行日 2025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

おいらーく
各事業所

秋祭り!

災害訓練



きらら伏古・うらら伏古

9月6日(土)伏古ケアサポートセンターにて、毎年恒例の合同秋祭りを開催しました。前年は、日曜日開催でしたが、多くの方々に越えたいだきたいという思いのもと、今回は土曜日開催としました。当日は、おかげさまで、天候にも恵まれ、笑顔と笑い声に包まれた温かな一日となりました。お子様から地域の方々まで、多くの皆さまにご来場いただき、地域の皆さまが心を寄せ合い、世代を超えて交流できる機会を持てたことは、私たちにとって何よりの喜びです。また、開催を盛り上げていただいた、余興の皆様(チヨコナッツ+T様、マザークロス様)この場を持って改めて感謝致します。

この祭りを通じて育まれた絆を大切に、これからも地域全体が安心して暮らせる環境づくりに励んでまいります。来年もまた、皆さまと共に実りある秋を祝い、心豊かなひとときを分かち合えることを願っております。今後とも、どうぞよろしくお願いいたします。(きらら伏古 郡/うらら伏古 広部)



プログラム	
13:00	開催の挨拶
13:05	余興 ★チヨコナッツ+T ★マザークロス
13:30	カラオケ大会
14:00	ビンゴ大会
15:00	閉会の挨拶



素敵な余興や楽しい内容でたっぷり秋祭りを満喫しました!



- ①水嚢作成、事業所内のトイレを作成した水嚢で塞ぐ訓練
- ②災害用伝言ダイヤル体験利用
- ③うらら伏古 行動指針に沿って行動
- ④安否確認の訓練(災害場所、優先順位、リスト確認)
- ⑤被災時に待ち出す書類や備品などの確認と共有(うらら伏古 広部)

報告

災害訓練



うらら災害時 緊急避難場所



秋祭り

元町第2サポートケアセンター

9月13日(土) 第3回合同「秋祭り」を開催しました。当日は天気との戦いで、予報では雨は午後から!との事で、朝早くから設営を始めたのですが:風・風・突風!泣く泣く外での開催を断念し、館内での開催となりました。

何とか館内での設営を終えた頃、すでに屋台の前は長蛇の列となっており、大賑わいでのスタートでした。今回は、配食Yさんの太っ腹メニューでフードが満載。焼き鳥、焼きそば、たこ焼き、フランクフルト、フライドポテト、ジンギスカン、アイス、えびせんべい、などなどで皆さん、「美味しいう」と食欲も2倍になっていたことでしょう。ゲームコーナーも大人から子供まで楽しめる「お菓子すくい」などで盛り上がっていました。

また、今回は、ご家族様以外にも多数の方々立ち寄って下さり、元町第2サポートケアセンターがどのような建物なのかを少しでも知って頂けたのかなと思います。続けて行くことで広がる「輪」をこれからも大切に、また来年!と、幕を閉じました。(CoCo元町式番館・東出)

種類豊富な
お祭りメニューに
食欲も増進!



室内での開催でもしっかり楽しみました!

報告 災害訓練

9月1日、元町第2サポートケアセンター(せんり・えくぼ・CoCo元町式番館・厨房)合同で水害の発生を想定して災害訓練を実施しました。

水の逆流防止のため、水嚢づくりは、ビニール袋・ゴミ袋を活用し二重にして水を入れてトイレ、洗面台、シンクなどに設置。玄関前には水嚢用袋に水を入れブルーシートを敷きその上に段ボールを設置し覆いました。そして1階にいる入居者様を想定し移動介助用のスリングシートを活用し職員3名で2階へ移動しました。

今回の訓練で課題となった事は、水嚢用の水は溜める場所によっては時間がかかったり、ブルーシートは防水用のテープでの固定が望ましいなど、備蓄に関しては各事業所で保管しているが水害を想定すると2階での保管が望ましく、また、ポータブル発電機も同様に1階から2階へと保管を変更。実際に訓練をして気づいた事をいざという時に活かせるように、訓練の実施、備品・備蓄の点検を定期的に行なっていくたいです。

実際に一通り行うことでいろいろと改善点がみえてきました!



秋祭り

銭函COCO輝楽秋まつり

9月7日(日) 今年で3回目の秋まつりが開催されました。今回は天気予報で7日(日)だけ雨マークが出ており、準備段階で毎日天気予報とにらめっこ!!前日の天気予報では10時まで雨となっており、これは初の室内での開催かなと思いつつ用意をしました。当日、8時まででは強い雨が降っていましたが、それ以降はピタリやみ、空には日がさし青空も見えてきました。

「外でやろう!!」と決断し、まずはテントの設営。職員の手伝いを得て建て、お祭りの飾りをつけて一気に祭りがやってきました。今年は焼き鳥、フランクフルト、施設の畑でとれたきゅうりをつけて漬物ふうの冷やしきゅうり、いなり寿司、ナゲット、フライドポテトを百円で販売。ワッフルのキッチンカーが1台。昨年に引き続き余興で銭函創作太鼓の参加です。ご家族と外で昼食を摂られる方などいらつしやりました。普段なかなかご家族とお食事を共にされる事はないので楽しそう。空の様子を見て昼食時間を早め、終了後、太鼓の演舞を外と中からご覧になる方それぞれに楽しませていました。

昨年も銭函創作太鼓のダイナミックな演舞を目の前で見れて感動でした。何とか途中霧雨程度で済み、ご家族・入居者・町内会との交流ができたと思います。たくさんの方々のご協力で無事開催する事ができました。(金森)

迫力満点の太鼓の演舞や種類豊富なお祭りメニューを準備! /



報告 災害訓練

9月1日(月)午前9時より災害訓練が行われました。COCO輝楽は地震による津波警報発令。水害の発生という設定で行われました。

住宅はまずは建物に水が入ってこないように水囊づくりから。水もたくさんの量になると結構な重さ。本番さながら入口にトイレにセット。1階の入居者を2階へ避難させ、停電時の非常用自家発電設備による電動自転車からの受電を行いました。

停電に伴い食堂には大きいランタンふうライト等を用意し灯りを確保。昼食は災害食でおにぎりに具たくさん豚汁。お米もガス炊飯器を使用し炊きました。おにぎり作りもサポートユアライフ職員の助っ人を得て作りました。入れ物もすべて使い捨てのものを使用しました。昼食時の災害食は皆さん「美味しい、美味しい」と召し上がっていました。おにぎり1個の大きさが大きいからか2個ついていましたが「1個でお腹いっぱい!」と話される方が多かったです。

準備段階から停電時の電動自転車からの受電は確認が必要で毎年防災の日に合わせて訓練をする事で職員にとっても再確認となり、いざという時に役立つと思いました。(金森)



食事も電気が使えない想定での災害食体験!



秋祭り

COCO元町

9月14日にえくぼ元町&COCO元町合同の秋祭りを予定していましたが、体調不良の方がおられたことや、天候の不良から規模を縮小し、室内でのフリーマーケットを実施しました。バザー会場には洋服や靴、寝具等々たくさん品物がならびました。お値段は100円から300円とお手頃価格。普段外出する機会が少ない方も買い物気分を味わって頂くことができました。利用者様の「楽しかった、たくさん買物したよ」という言葉と、笑顔を見る事ができ、準備の為に尽力したスタッフも笑顔いっぱいになりました。

この日の昼食はお祭りメニューで焼きそば・フランクフルト・焼き鳥・おしるこで普段とは違うメニューでささやかですがお祭り気分を楽しんでいただきました。来年は外でお祭りができたらいいなと感じながらも、ささやかでも日常とは違う時間を共有できて良かったと感じました。(えくぼ元町…辻)

バザーは嬉しいお手軽価格！

お祭りメニューを楽しみました！



報告 災害訓練

9月3日水嚢作成を実施。作成自体は簡単でしたが、トイレに運ぶ等移動するのが大変で、水嚢作成し、必要な所に運ぶのは時間も労力も必要だと感じました。災害に直面する前に検討すべき事が分かりました。

水のうは重たくて運ぶのが大変！要検討！



秋祭り

グループホーム夢

今年もやってまいりました、秋祭り！去年は直前まで屋外、屋内で悩みに悩みましたが、今回は事前の天気を調べておいたので、事前に屋内に決定。庭で開催したい気持ちは大きいですが、荒天には敵いません。寒くも暑くもない。食器が飛ばされない。スタッフの声がよく届く(笑)ということで開催当日がやってまいりました。

1名の入居者様が入院中であり、残念ながら参加できませんでした。息子がボランティアとして参加して下さい感謝です。今年もご家族様はもちろん、町内の皆様も多く参加されました。ボランティアの皆様のお手伝いもあり、スムーズにスタート！ご家族と入居者様が楽しそうにしている中、今年の昼食メニューは何が一番でしょうか？そうです、やはりダントツでネパールカレーが人気でした。

スタッフの自己紹介もあり、余興が始まります。なんと、今年は…。ボランティアの方が見つかりませんでした…。という事で、急遽、町内会の皆様が歌を唄ってください、またスタッフ皆でビンゴゲームを考えておりそれを実施してみたいところ、大変盛り上がりしました。(笑) 自身、ビンゴゲームの司会を任せられプレッシャーもありましたが、周りの助けもあり無事やりとげる事ができました。

ご家族様と入居者様はもちろんの事、秋祭りの場ではご家族様とスタッフ、また地域の皆様との交流を大切に考えております。全体を通して至らない点もあったと思いますが、来年への反省としてしっかり振り返り次へ繋げていきたいと思えます。

猛暑が続く夏祭りから秋祭りへと移り変わっていきましたが、今後も入居者様・ご家族様と一緒に楽しみたいと思います。(グループホーム夢…林)

ビンゴで景品ゲット！



やっぱり大人気!!ネパールカレー

報告 災害訓練

①状況の確認及び水嚢作り：小野寺が雨量やHPから情報を得て各職員及びGHに状況を伝え、中島、林、市原とてんやわんやの職員とともに水嚢を作成し玄関からの水の侵入を防ぐ訓練を行う。玄関2か所、外機械室、デイサービスベランダ出入口6か所、裏玄関2か所を確認する。今回はてんや夢の玄関を水嚢で塞ぐ。②トイレ、洗面所など排水溝を水嚢で塞ぐ。③デイサービスから帰られなくなったことを想定した利用者さんがGH夢へ避難してくる。④電気系統が使用不可になり、復旧のめどが立たず、夕食はカセットコンロで調理。ミキサー食は市販のものを使用。

今回気が付いた課題点 ▶▶▶

●水嚢作成に思ったよりも時間がかかり、玄関・ベランダ及び施設内のトイレ等を塞ぐのに人・時間を要する。●扇風機やエアコンの使用ができないが、2階ということもあり、窓を開けると生暖かい風が入る。入居者は丁度良い室温であったが動いている職員はかなり暑い状態であった。●冷凍庫内や冷蔵庫内食品が多くあり、クーラーボックスで対応。氷を作ることができず、アイスノンや保冷剤を使用。事務室にある冷凍庫で氷をあらかじめ作成しておくべきであった。

報告

災害訓練（その他事業所から）

東雁来第1ケアサポートセンター



水のう作成中！だいが重たくなります！



東雁来第1ケアサポートセンターはお住い、デイサービス、訪問介護が主な併設施設です。訓練の折には合同で行っておりますが、今回も合同で行いました。東雁来地区は豊平川にほど近く、その立地により水害の危険がある地域です。川の決壊がなくとも、下水等の内水氾濫の危険があります。今回は「建物が床上に浸水する可能性があるため、2Fに避難する」という前提での訓練でした。

大きな目標は作成した「洪水時の避難確保計画」を元にそれぞれの動きを確認すること。次に水のうを作成したり、事務所・居室それぞれの避難用荷物の確認、実際に2Fに避難をすることなどを行いました。去年行った地震の避難訓練より、時間的猶予があるだけに、必要な行動を始めるタイミングに再考の余地があること、水のうの作成には思ったより時間がかかるので、そちらをどうしていくのか、いろいろ考える必要があることを認識できました。

（CoCo 東雁来：鈴木）

住宅型有料老人ホーム CoCo 東苗穂



水害訓練として職員の動きを訓練及びシュミレーションを行った。

①昨夜からの大雨にて豊平川が氾濫の危機との事、常に注意深く状況を確認していたが、氾濫した場合の対処方法として、2階、3階への避難と水が建物に入らないように水嚢づくりを訓練として実行する。玄関前にゴミ袋を2重にしたものに水15ℓ～20ℓ入れたものを二重に縛り、ビニールシートを玄関の横に引き、包み込むように水嚢を乗せた。感覚を狭めた方が安定するのと、持ちやすいことがわかる。道路の排水溝にも水嚢を置いてみるも、大きさが足りなかった。

②室内の状況を確認し、水の逆流を防ぐことから、今回は1階のシンクとトイレの中に入れてみる。シンクもトイレも大きさがちょうどよく、すっぽりはまった。



今回の水害訓練の結果

今回の水害訓練は、水嚢づくりを中心に実施したが、備蓄品等の整備や施設内外の点検も一緒に行うべきだった。年に1度の災害の日に合わせて実施していくようにすると忘れずに行えると考える。備蓄品に関しては、9月中に点検、確認、追加をしていく。

- 2階、3階の浴槽に水をためておく
- 早い段階から食事についての打ち合わせ（9/2～CoCo元町から配送）

又、利用者様を巻きこんでの訓練には至らなかった為、次回は2階、3階に避難し待機してもらう訓練と夜に備えての訓練も実施していきたい。それには、何をどうすればいいのかを話し合い、職員一人一人が意識を共有して取り組む必要がある。

今後の予定

9月のヘルパーステーションリ・ボン ケア会議の中で、【BCPの意義や必要性】について勉強をする予定となっている。実際に上部に避難した場合の、利用者様を取り巻く環境について話し合ってもらおう。（9月勉強会にて）以上、9/1の水害訓練は終了となる。（CoCo 東苗穂：白鳥）

第15回

朋ちゃんコラム

研修会などで学んだ
有益な情報をご紹介します!

先日、朝の連続テレビ小説「あなづき」が最終回を迎えました。私は昔から朝ドラを見る習慣があり、見られない分は週末にチェックしてしまう程です。今回の朝ドラもとても面白く、アンパンマンの声優をされている方々がわき役に出てくるなど小さな仕掛けも楽しめて、その上やなせたかしさんの生き方や言葉に元気をもらいました。

やなせさんといえば、やはり「アンパンマン」。私も子育ての中で本当にお世話になりました。子ども達だけではなく、親も一緒になってその世界観に夢中になりました。横浜のアンパンマンミュージアムにも足を運び、レアなキャラクターを見つけては子どもよりはいじりだものです。やなせさんは若い頃、戦争を経験しています。空腹で倒れる人々を目の前にし、「正義とは、飢えた人に食べ物差し出すことだ」と深く心に刻んだそうです。その思いが、アンパンマンが自分の顔を分け与える姿につながりました。とても深い「生きる力のメッセージ」だったのです。今回の朝ドラを見て、自分の顔を分け与えるその設定は、数年もの間受け入れられなかったことも知りました。確かに中々ショッキングです。晩年のやなせさんは「人生は喜劇。笑って終わるのが一番いい」とも語っておられました。アンパンマンのヒットは60歳を過ぎてから。苦労の連続の中でも、「諦めなければ遅すぎることはない」という言葉の通り、素敵なのぶさんという奥様に支えられての人生だったのです。

少し前に敬老の日がありました。おいらーくの中で100歳を迎えられた方々は7名もいらっしゃいました。おめでとうございます!ご高齢の皆さまの歩んでこられた時間もまた、決して平坦ではなかったはず。いま穏やかに過ごせる日々がどれほど尊いかを、改めて感じます。これまでお仕事の中で、生活歴を伺う機会がありましたが、戦争について語る方はあまりいらっしゃいませんでした。やなせさんと同じように、多くは語らずも、向き合いながら様々な形で繋いでくださっているのだと感じます。

うちの子とも達はもうアンパンマンで遊ぶ年代ではなくなりましたが、家族で集めたアンパンマンのキャラクター指人形は今もしっかり箱に入れて残しています。今回の朝ドラを見て、ちらっと覗いてみようかと思いました。またコレクターの血が騒ぐかも(笑)

第119弾

ドラムす子でバチ当たり人間のよもやま話



この夏、日本は異常な暑さだった。40℃超など観測史上最高という気温を各地で記録した。栄えある日本観測史上第1位は41.8℃の群馬県伊勢崎市。北海道も負けてない。北見や帯広で40℃に迫る暑さでこちらも観測史上最高となっている。暑くて寝苦しい夜が続いた。クーラーなしで過ごせた以前の北海道とは全く違う。こんな夏の夜がいつから始まったのか正確には思い出せないが今年は特にひどかったと思う。日本の夏は今年大きく変わったと言う。平均気温の高さ、猛暑日の数も過去最高の数値となっている。原因は数種の高気圧が集中的に日本に張り出したかららしい。地球温暖化による大気の流れや海面水温上昇がその誘因となっている。海面水温上昇は今年九州や北陸を襲った集中豪雨の他、静岡や茨城の竜巻、日本近海での突如とした台風の原因にも関与しているという。

9月北海道では初めて線状降水帯なるものが発生した。線状降水帯とは次々と発生する積乱雲が特定の地域に大雨を降らせる気象現象だが、釧路地方や十勝地方で統計史上最高の降雨となっている。北海道では今後ますます大雨の頻度は高くなるとされる。新聞によると農水省の試算では今季の米の収穫量は需要を上回り十分な供給とされているが、それって本当?日本海側の地域では水不足で米農家が深刻な状況だという。大雨による水害と猛暑による渇水、その両極端が同時に進行しているのが今の日本だ。米は日本人の主食であり、文化でもある。その米は安定的に供給されなければならぬし、誰もが安心して購入できる価格が望ましい。食料自給率が低いのに減反政策が続いたのは政治的な思惑だろう。異常気象による不作や流通段階での買い占めや価格転嫁の問題もあり米は以前のように安くはならない。農家を守り消費者も守るのが国家安全保障ではないのか。ブランド米は高価だからブランド米でがまん。金髪美女が作ったブランド米を食べてみたいがそんなものあるわけない。

地球温暖化による気候変動は確実に我々の生活をおびやかしつつある。世界と比べ日本は特に平均気温の上昇スピードが速いらしい。この温度上昇がもたらす被害は計り知れない。環境が大きく変わり、今いる場所で暮らすしていくことが困難となる人たちが多発する。そしていずれ人類は大移動すると唱える研究者もいる。トランプ政権が、気候変動による米国への影響を調査させていた権威ある科学者や執筆者を全員解任した。自国の利益には都合な事実だったからだろう。先の国連総会では「気候変動など詐欺だ」と演説している。他多くの事例でもそうだが、トランプ氏は自分が気に入らないものは露骨なまでに非難・排除する。

これを書いているころ我が国のニュースは自民党の総裁選を伝えている。候補者5人が主張するのは主に経済政策。地球温暖化の危機を訴えた次期総理はいなかった。物価高始め目先の問題が大事はわかる。それが民意であることもわかる。でも未来が見えてこない...とほほ。(蓮川)



人間万事塞翁が馬

今回御紹介致します方はHさんです。昭和17年4月10日生まれの83歳の方で、北海道第二の都市旭川のお生まれです。

ご実家は養鶏場を営んでおられ、小学生の頃は鶏の卵を竹のかごに入れて近所のお店に運ぶお手伝いをされていたそうです。

歌を歌うのが好きだったそうでNHKの児童合唱団に入団されていたそうです。コンクールにも出場され優勝したこともあるとの事。なるほどそれで歌もお上手なんですね。

高校卒業後、旭川の赤十字病院で事務員をされていたそうですが、23歳の時美容師を目指して退職。札幌の美容学校へ通われ、卒業後婚礼専門の美容室へ勤務された、との事。その後ご主人と出会い20代後半で結婚、3人のお子様に恵まれたHさん。ご主人はタクシー運転手で時間が不規則だったそうです。

育児が落ち着いたのち、市場での仕分けのパートをしたり美容室の手伝いをされていたそうです。「家計のためにもご主人やお子さんの散髪はHさんがやってあげたんですね?」と伺うと「いや!面倒くさいからやらなかった!」とキッパリ!美容師さんだけに性格はさっぱりされている様子です(笑)

ただそんなHさんでもご主人との思い出の品は大事だそうです、結婚指輪を大事に着けておられたそう。ただ外れなくなりそうだったのでネックレスに加工しいつも肌身離さずつけて大切にしておられます。

そんなHさんのリクエストは三船和子さんの「だんな様」。Hさんの十八番で、カラオケでも必ず情感込めて歌われます。旦那様との思い出も段々薄れてらっしゃいますが「わたしの大事なだんな様」のお気持ちは忘れていない様子です!(聞き取り・鎌田)



似顔絵作: 松田 郁美

旭川生まれ
Hさん
2025.9現在
83歳



好きな曲は...

「だんな様」三船 和子



小樽 銭函(こぼれ)話

壽美子姉さん!



第二話 小樽名物「シャコ」の握り寿司

シャコはガサガサ動くから「がさエビ」とも呼ばれ、寿司ネタでは「ガレージ」でその名が通っていました。祝津や小樽港内などの岩場で取れ、昔は誰でも取れる価値の低いものでした。

戦前、今の中央市場のある場所に「中央座」がありました。中央座の前にはテントが列になつてはられ、シャコが売られていたそうです。中央座に宿泊する巡業の方たちが買ったり、地域の方が買いにきてそれは賑わっていたとのこと。今でも小樽の風物詩として(Tさん)の脳裏に焼き付いていて、お寿司を食べる度に思い出すそうです。

また樺太犬にリヤカーをつけ、場所を見つけては売っていたそうです(Sさん)

小樽では鯨漁で財をなしてきましたが、鯨漁が終わりに近づくにつれ、行商のおばさんたちが背負って売って歩くようになりシャコが知れ渡るようになりました。またお寿司屋さんで使われるようになってからぐんぐん値段が上がってきたそうです。今回は高級ネタで中々口にできないシャコの話を見せてもらいました。今度、食べてみようかな(笑)(寺本)



おいらーく

9月行事内容と10月行事予定

令和7年10月行事予定

令和7年
10月行事予定

せんり

うらら伏古

えくぼ東雁来 &
CoCo東雁来式番館えくぼ元町 &
CoCo元町えくぼ &
CoCo元町式番館

銭函お散歩カフェ

CoCo輝楽

- 外出レク
- お誕生日会

- えくぼ東雁来 & CoCo東雁来式番館 …紅葉ツアー

- 合同誕生会

- 13日 大運動会

- 4日・18日 趣味の会
- 5日 出張カフェ〜輝楽
- 29日 認知症カフェ

- 出張カフェ
- 誕生会
- ハローウィン

令和7年9月行事内容とイベント風景

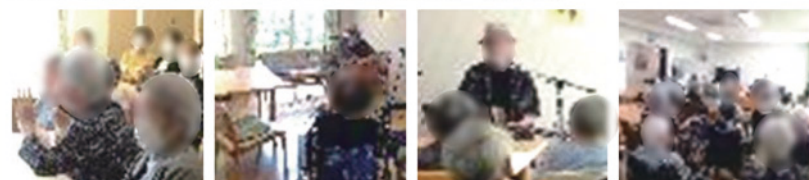
- 水害訓練
- 秋祭り
- 採れたて枝付き枝豆
- 誕生会



- きらら伏古・うらら伏古 合同秋祭り



- えくぼ東雁来 & CoCo東雁来式番館…敬老会



- えくぼ元町 & CoCo元町 合同レク



- 災害訓練
- 秋祭り



- 13日・20日 趣味の会



- 秋まつり



- 敬老会



- 誕生会



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。