

# 一期一会

第8号

平成27年

7月1日発行

その時その時の出会いを大切に

発行／（福）長野社会福祉事業財団 クローバーの丘  
〒586-0035 河内長野市小塩町 431 番地 3  
TEL 0721-60-1100 FAX 0721-60-1101

在宅

## ポットマン参上！！



### クローバーの丘 基本理念

「ご利用者様を第一に考えた  
よい良い介護の追及」

### クローバーの丘 正面玄関に突如現れた！

名前はポットマン。植木鉢を使った人形です。鉢にはミニヒマワリを育てています。

### 「年を重ねる事」

現在のご利用者様の多くは戦争又は戦争後の大変な時代を生き抜かれてきた人生の大先輩であります。また、その方達の多くの方が口にする言葉は「迷惑をかけたくない」という言葉です。ただ、その時に私は今迄苦勞してきた分、少しくらい若い者（クローバーの丘の職員）に迷惑をかけたぐらいで罰はあたりませよ。少しくらい迷惑をかけてくださいと言わせていただきます。年を重ねる事は嫌な事ととらえられることが多く、特に高齢者の方々は口をそろえて言われます。年々体が思うようにならず、年を重ねるごとに生活のしにくさも感じられるのでしょうか。ただ、私たち介護の携わる者として少しでもその支えになり、「長生きも悪くない」と思って頂ける支援を行う、また、その力になりたいと考えています。

### 「笑う門には福来たる」の豆知識

笑うだけで福が来たら、何の苦勞もしないと思いませんか？しかしなんと実は、笑うと福が来るとことが科学的に証明されているのです。大笑いした後、風邪予防に効果のある「免疫グロブリンA」という物質が増加したり、体のガンを殺す細胞が大幅に増加したりという研究結果が出ています。“笑う”という動作は、腹筋をはじめとする体全体を使う動作（運動）なのです。しかもかなりのカロリーを消費し、そのうえ副交感神経が消化を促すのでお腹が空くというのは当たり前、さらにダイエットに効果があるという説まであります。その他にも、リラックス効果もあり、たかが笑いされど笑い。“笑う”という動作には、絶大な効力が秘められている様ですね！

施設長：草場 智之

構成者：看護職 津田 ひとみ



# デイサービス

目標⇒～誰もが元気になれるサービスの実現～

## かしわ餅作り

4月にお菓子作りレクとして、1週間かしわ餅を作りました。皆様、段取りもよりスムーズにあげる事が出来た様です。



エプロン姿様になって  
いるでしょう！

## ハーモニカ演奏

和歌山県橋本市よりはるばるハーモニカを吹きに来ていただきました。素敵なハーモニーを奏でられ皆さまウツリしていました。歌集を見ながら、一緒に唄う事で一体感が生まれていました。



## 踊り鑑賞

南花台、楠ヶ丘で発足された西友会、南友会の皆さまによる踊りの鑑賞会を行いました。女踊りに男踊り、様々な種類の踊りが披露されました。最後は、炭坑節や河内音頭をご利用者様も一緒に参加させていただきました。楽しい時間となりました。



## 金時豆移しゲーム

日頃の機能訓練レクとして、割り箸を使用し、お皿に入った30粒の金時豆を違うお皿へ移すゲームです。



いかに素早く移す事が出来るか競っていただいております。

6/22 現在の記録は、

第1位 56秒93です。

記録を塗り替える為、皆さま何度も挑戦しています。

(構成者：生活相談員 竹井 重喜)

## クイズ コーナー(数独)



			3	6	2			
	7		8		4	9	5	
2	6	4	9	1	5	8		
8	1	9				4	6	
4		6				7		8
	2	5				3	9	1
		2	6	8	1	5	4	7
	8	7	5		2		3	
		1	3	9				

3×3のブロックに区切られた9×9の正方形の枠内に1～9までの数字を入れてみてください。

色が変わっている部分の答えを考えて下さい。答えは、最後のページにあります。縦・横の各列及び、太線で囲まれた3×3のブロック内に同じ数字が複数入っては行けません。

# ショートステイ特集



4月にはクローバー祭りがありました。河内連によるよさこい踊り、河南高校による和太鼓、夏木みえさんの歌謡ショーと沢山の笑顔で溢れていました。



(構成者：ショートステイ 林 良太)



小物作りで、花瓶を作り、お好きな花を挿してもらいました。

小物作りで、石鹸を作りました。香りも3種類から選び喜ばれていました。



おやつ作りでは、今人気のパンケーキ、たこ焼き器でベビーカステラを作りました

トッピングのソースも手作りでとても美味しくいただきました。



# ホームヘルプ特集

## 介護保険外自費サービス

クローバーの丘ホームヘルプサービスで行っている自費サービスをご存じですか？  
介護保険対象外となる（通院の同行・外出の付き添い・入退院の付き添い・窓ふき・換気扇の掃除）日常生活でのちょっとしたお困り事等、お気軽にご相談下さい

### 自費サービスをご利用された方の声

Aさん「あきらめていた外出が自費サービスを利用し実現できた！！よい気分転換になり、体の調子も良くなった。」

Bさん「窓拭きをしてもらい部屋が明るくなった、汚れのついた雑巾を見てビックリ！！気持ちスッキリした」

Aさん担当ヘルパーからの感想：「今度はあそこに行きたい、ここに行きたいとの要望も出てくるなど楽しみのある生活に繋げる事ができ、有意義な外出となりました。」

(構成者：訪問介護員 米谷 正枝)

# スタッフ紹介

## デイサービス



田中真理です。  
地図を見るのが大好きで、カーナビゲーションが無くても、道案内は大丈夫です。ご利用者様と一緒にこれからも色々な事に挑戦出来たらいいなと思っております。これからもアドバイスをよろしくお願ひいたします。

## デイサービス



私の名前は堀切敏和です。  
趣味は野球で現在は草野球チームで監督をやっています。気心が知れた仲間と楽しくワイワイと試合を楽しんでいます。これからもチームメイトと楽しく野球をやっていき、仕事も頑張っていきたいと思ひます。

## ショートステイ



畑中香奈です。  
最近「半沢直樹」で有名な池井戸潤の本を読みました。とても面白く、読みやすいのでお勧めです。また柳広司の「ジョーカーゲーム」シリーズもスリルがあり、とても面白いので、機会があれば是非読んでみて下さい。

## 伝言板

### 表紙を飾ったポットマン (別名 テラコッタドール)

河内長野市協働のシンボルである。出来上がった素焼きの植木鉢を組み合わせるテラコッタドールは小学校の校庭や玄関花壇に飾られています。河内長野市では、市民らが復興の願いを込めて作ったテラコッタドールを被災地である岩手県大槌町へ送ったことを機に「みんなで一緒につくるまち」を協働の合言葉にテラコッタドール普及活動を盛んに実施しているそうです。

数独の答えについて・・・正解は、5と 5です。 解けましたでしょうか？

デイサービス・・・8月にクローバーの丘デイサービスで初めてのシャンソン歌手が歌の披露をしていただけます。乞うご期待。

ショートステイ・・・おやつ作りでは、冷たいデザート作りを予定しています。

ヘルパー・・・7月勉強会：正しい接遇スキルを身に付ける  
(講師：接遇コーディネータ古川氏)