

広報

せいざんかい

2008  
第3号

発行  
平成20年10月20日

いこいの里…佐水の旧城北中学校跡地に平成7年10月1日開設。15年目を迎えています。米山、黒姫を望み、高田平野が見渡せる恵まれた自然環境の中にあります。施設機能は長期80名、短期30名、デイ25名、居宅介護支援事業所、包括支援センター業務。



短期棟



国道353号線から望む



正面側 右側 長期棟



正面入口 ここからお入りいただきます

社会福祉法人 <sup>せいざんかい</sup> 泚山会

(私達法人は、「地域に開かれた・地域に愛される・地域に信頼される」をめざしています)

柏柳の里

- 特別養護老人ホーム(長期・短期)
- デイサービスセンター
- 居宅介護支援事業所

〒945-1502  
柏崎市高柳町岡野町2254-1  
TEL 0257-41-2202 FAX 41-2203

いこいの里

- 特別養護老人ホーム(長期・短期)
- デイサービスセンター
- 居宅介護支援事業所

〒945-1115 柏崎市大字佐水3140(法人本部)  
TEL 0257-29-3800 FAX 29-3350

柏崎市南地域包括支援センター  
TEL 0257-31-4515 FAX 31-4525

くじらなみ

- 特別養護老人ホーム(長期・短期)

〒945-0855  
柏崎市鯨波2丁目4番3号  
TEL 0257-32-1120 FAX 32-1121



いこいの里

夏のイベント『納涼会』とても盛り上がりました!

いこいの里では8月9日に“納涼仮装盆踊り大会”を行いました。毎年恒例の地域との交流行事になってはいますが、昨年は地震により中止となった為、2年ぶりの開催でした。今年も地域の皆様から大勢ご参加いただき、盛大に行うことができました。ボランティアの方々にもたくさん来ていただきました。地域の皆様、ご協力ありがとうございました。



いこい戦隊5レンジャー参上!!



美しい三蔵法師といざ天竺へ!!



地域の方々もこんなにステキな衣装に変身して頂きました。ありがとうございました。



明るい笑顔のご利用者

今年の納涼会ではアルソアねむの樹サロン悠遊さんよりステキなメイクをしてもらいました。皆さん昔を思い出したのか自然と笑顔がこぼれていました。



いつもご協力をいただいているみずほ会さま



プロの手にかかるととっても美しくなります。



動物はとても癒されますね。



毎食食べる前に行っています。

いこいの里では食事をよりおいしく食べていただけるよう顔面マッサージをしたり心のケアとして癒しを目的とした動物ふれあい訪問で動物を見たり触れたりして心も体もリフレッシュして頂いていきます。

楽しい日々を過ごす  
頂くために...



### デイサービスの一日

- 9:30~入浴
- 12:00~昼食
- 12:45~午睡
- 13:45~楽しい余暇活動
- 15:00~お茶の時間
- 16:00~帰宅



## ～笑顔と出逢える場所～



4月 バスハイダ  
満開の桜を楽しんできました

## デイサービスセンター いこいの里



6月 運動会  
優勝目指してハッスルハッスル



2月 豆まき  
鬼は～外 福は～内



制作活動  
素敵なヒマワリができましたよ



3月 ひなまつり  
美男美女でお似合いです



生活相談員 中村 洋平  
初めまして。社会人一年  
生の中村洋平です。

七月よりデイサービスセンターに配属  
となりました。

二カ月が過ぎ、だいぶ慣れてきて、毎  
日楽しく働かせてもらっています。

これから元気に明るく笑顔を絶やさ  
ず、利用者により良い時間を過ごせても  
らえるよう努力していきたいと思ひます。

## ボランティア紹介

今回は「茶道教室」でご協力いただ  
いている伊東先生ご夫妻をご紹介します。  
「茶道教室」はまさに「くつろぎの一時」。  
職員も仕事の合間にお抹茶をいただき、  
ほっと一息ついています。

### 抹茶と歌を楽しんでいただく



伊東 勉  
満智子

茶道教室という名のボランティア  
を夫婦で七年ほど続けています。月  
二回、毎回一時間をめどにやってい  
ます。午後のおやつにあたる時間を  
利用させてもらっています。以前は  
三十人以上、最近は二十人ほどが集  
まってくださる。抹茶をたててのん  
でいただき、そして歌をうたつて楽  
しんでいた。楽器ができないの  
で、アカペラだけ。月毎に、季節に  
合う歌、小学校唱歌、童謡、若い頃  
の流行歌など六、七曲を二回歌つて  
いただく。歌い易い北国の春と十日  
町小唄は毎回うたいます。「歌はい  
いねえ」「若いころよく歌ったよ」  
といつてくださる。みなさんは大き  
い声、小さい声。一生懸命、楽しそ  
うに声をそろえて歌ってください。  
マイクを当てると頑張つて歌つてく  
ださる。参加していただく方々の張  
り合いになつているように感じてあ  
りがたく思います。また、なにより

も毎回献身的に働く人達に接して励  
まされています。

### 給食だより

木の葉が色づき始め、食欲  
の秋がやってきました。今回  
は当施設お薦めの手作りス  
イーツを紹介します。是非一度、  
お試し下さい。

#### (抹茶ようかん)

#### (材料)

- ・白こしあん 500g
- ・水 500cc
- ・抹茶 5g
- ・粉寒天 (大さじ1弱) 4g

#### (作り方)

- ①鍋に水と寒天を入れ、よく混ぜる。
- ②①を火にかけて、二分程沸騰させる。
- ③火を止め、抹茶、白あんを入れて混ぜる。
- ④水を張ったボールに鍋をつけて混ぜながら冷やし固める。(混ぜながら冷蔵庫で冷やし固める。(混ぜながら冷蔵庫で冷やし固めない)と二層になつてしまひます)



### お知らせ

この夏、米山台の本間汎様より、なす  
や南瓜、きゅうりに  
玉ねぎ、トマトなど  
沢山の野菜を頂きま  
した。どれも採れた  
て新鮮でおいしく頂  
きました。ありがた  
うございました。





柏柳の里

敬老会おめでとうございます



9月13日に敬老会が行われました。

今年は5名の方が元気に米寿を迎えられました。

アトラクションではカラオケや、グループごとでの歌、職員による踊りなど盛大に行われました。利用者の皆さんも楽しく過ごされていました。

これからもご利用者の皆様が未永く、お元気に過ごしていただけるよう支援させていただきます。



米寿を迎えられたご利用者

調理からお祝いメニューです。



「美味しかった～また食べたい」と大好評でした。

- 栗ご飯・のっぺい汁・お刺身(鯛・鯖・えび)・紅白蒸しの銀あんかけ・ほうれん草の白和え・フルーツ

納涼盆踊りの夕べ

中越沖地震が発生してから2年ぶりの8月8日。納涼・盆踊りの夕べを開催致しました。太鼓や音頭取りの歌に合わせ大きな踊りの輪が広がり、賑やかな納涼会となりました。恒例の仮装では、ご利用者と職員が様々な格好を披露して下さいました。おいしい屋台も並び“食べて”“飲んで”“踊って”楽しい時間を過ごしました。地域の方々や、ご家族の方など大勢の方に参加していただきました。ご協力ありがとうございました。



ショートステイ



ショートステイでは、利用者の皆様が昔を懐かしんだり、季節を感じられる環境作りや行事を計画し、取り組んでいます。今年度は、えんま市・笹団子作り・スイカ割り等を行い、「楽しかった」との声や、沢山の笑顔に出会う事ができました。また、季節の花で生け花をすると、自然と会話も弾み、笑顔の花が咲きました。今後も利用者の皆様に喜んでいただけるよう取り組んでいきたいと思ひます。



### デイサービスセンター

デイサービスセンター柏柳の里では、利用者が可能な限り在宅において、いつでも健康で元気に過ごしていただけるよう、様々なサービスをご用意しております。中でも、今年度は、機能訓練（リハビリ）に重点を置き、取り組んでおります。

運動の種類は、写真のような軽い運動から職員が介助しながら一緒に行う運動まで、利用者の状態や、ご家族の方の希望を伺いメニューを作成しております。参加された方からは「歩けるようになって良かった。」「運動すると気持ちが良い。」「足の動きがよくなった。」などの声が聞かれています。また、身体的な変化だけではなく「運動中の表情がよくなった。」など、精神面での変化も見られております。

今後も機能訓練が、利用者皆様にご満足していただける様、職員一同、一生懸命取り組んでいきたいと思っておりますので、ご利用ください。

生活相談員 橋爪 哲也

「パワーリハビリ」



「棒を使った指の運動」



「立位運動」

### デイサービス日曜営業始めました

10月1日より、日曜の営業を始めました。  
新規ご利用希望者、当デイサービスをご利用されている方の利用日の追加や変更などについても随時、受け付けておりますので、お気軽にご相談ください。

### 地域行事参加

#### 駅伝大会



#### 仮装大会

8/30(土) 地域で行われた『秋祭り仮装盆踊り』に「白龍舞踏団」として参加。第3位入賞をしました。



営業日・営業時間  
月曜日～金曜日  
8:30～17:30  
TEL.0257-41-2204



当事業所では介護が必要となった際に御本人・御家族の希望に応じたサービスプランを作成しております。住み慣れた地域でその方らしく生活を送ることが出来る様、また、御家族の心配ごとや介護負担が軽減でき、安心して在宅での介護が出来るよう支援しています。専属のケアマネージャーが真意を持って対応させていただきます。お気軽にご相談ください。

#### 居宅介護支援事業所より

9月21日(日)に、高柳町縦断駅伝大会があり、冷たい雨の中、19チームが参加し、開催されました。今回柏柳の里として初めて参加し、石黒く岡野町の七区間を、柏柳の里から選抜された選手が必死にタスキをつなぎ、無事に13位で完走出来ました。



# くじらなみ

## 地域との

## ふれあいを通じて

生活相談員 須貝 円香

開所して二年目となり、利用者の生活リズムに合わせた支援やユニットごとのしつらえ作りなど、各々のユニットのカラーが出てきているところですよ。

また、行事等もユニットで企画し、花火大会やドライブツアーなど利用者に喜んでいただける取り組みもしています。

さらにユニット内で楽しむだけでなく、地域との交流も広げるため、地域の方々からおいでいただいたり、地域の行事に参加したりしています。

来園した方々が帰るとき、利用者の方々が「また来てね。」と手を振ります。それに応えて皆さんも喜んで手を振り返してくれます。

そんなお互いが笑顔で温かくなる関係作りを今後も深めていきたいと思えます。

地域の皆様にはお世話になるばかりですが、今後ともよろしくお願ひします。

### 鯨波コミセンで活動されているサークルの皆さんから、おいで頂きました。



いさざ会 (踊り)



はまなす会 (大正琴)



げいたつしゃ 鯨達者 (よさこい)

### 地域の行事に行ってきました。



えんま市ツアー



くじらなみ夏祭り



鯨波エコくじら見学

**図書のご寄附**  
ありがとうございます!

施設内にミニ図書館を開きたいという企画から、ご家庭で不要になった本を、鯨波コミセン様のご協力により募集させていただきました。

地域の皆様のご厚意により沢山の本を集めることが出来ました。ご協力いただきました皆様にご心より感謝申し上げます。

おかげさまで、各階交流ホールに本棚を設置し、ミニ図書館として、利用者の皆様からは、「余暇時間の楽しみが増えた。」と大変喜ばれております。

**ご来園ありがとうございます。**  
(平成二十年四月〜九月)

- (歌、踊り) ひろみグループ 様
- (踊り) いさざ会 様
- (大正琴) はまなす会 様
- 上藤井神明社舞保存会 様
- 柏崎コカリナクラブ 様
- (車椅子清掃)丸山幸子・楓 様
- (よさこい) 鯨達者 様
- エールバンド 様

#### お知らせ

十月二十五日(土) 十時から十六時まで「くじらなみ文化祭」を開催します。アトラクションや喫茶コーナー、ゲーム大会など楽しいイベントを用意しています。皆様のおいでをお待ちしております。



# 地域支援事業への取り組み

特養くじらなみでは、平成二十年十月から柏崎市の事業を受託し、地域の高齢者の方々を対象とした運動教室を開始しました。

## パワーリハ教室

### ●対象

- 六十五歳以上で、①②③のいずれかに該当する方
- ①生活機能健診の結果から介護予防サービスを勧められた方
  - ②体力の衰えが心配される方
  - ③「要支援」の認定を受け、デイケア、デイサービスを利用していない方

### ●内容

午前中の教室を週二回（火曜と木曜）、二ヶ月間行います。また運動のほかにも、栄養や口腔機能に関する講話も行います。

### ●利用料

一回あたり百円

### ●送迎

希望者に実施（片道百円）

次回は「一月コース」（定員六名）  
一月六日（火）～三月二十六日（木）  
の予定です。  
参加をお待ちしています。

## 一般開放のご案内

パワーリハビリテーションの教室修了者を対象に、トレーニング機器の一般開放を行っています。（元気館や柏柳の里で教室を終了された方もご利用できます。）教室終了後も運動効果を保ち、健康を維持していくために、是非ご利用ください。

### ◆日時

毎週水曜日  
午前九時三十分から  
午前十一時三十分まで

### ◆送迎

地区により希望者に実施します。



## 助成金による車輛の購入について

このたび、郵便事業株式会社より平成二十年年度年賀寄附金配分事業の助成をいただき、軽自動車を一台購入致しました。

助手席のフロントシートが電動昇降式シートとなっております。高齢者や車椅子利用者の乗車がより容易に行うことができます。住宅地等の細い道でも小回りがきき、送迎車輛として活用させていただいております。



年賀寄附金配分事業の助成車輛

**運動教室・一般開放お申し込み**

・柏崎市元氣支援課介護予防係  
TEL 20-4210

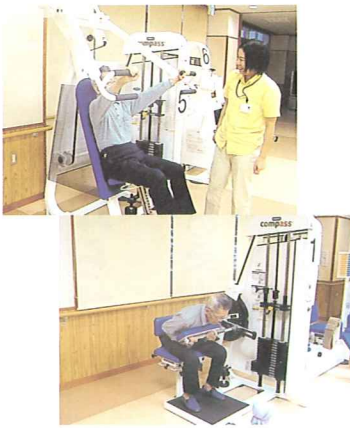
---

**お問い合わせ**

・柏崎市元氣支援課介護予防係  
TEL 20-4210

・特別養護老人ホームくじらなみ  
TEL 32-1120

担当：金子



**パワーリハビリとは**

高齢者向けのトレーニングマシン（重りの付いた運動機器）を使用して行う運動です。

「楽である」と感じる位の軽い重りから始めるので、無理なく安全に運動することができます。普段つかっていない筋肉を動かすことで動作、体力が改善します。

さらに、自信がつくことで、表情や行動に良い変化が見られることを目的としたリハビリテーションです。



# 法人からの お知らせ

## 福祉人材の 実習・研修の受入れ

沘山会は、福祉系大学・専門学校・ホームヘルパー研修等の実習生の受入れに積極的に協力しています。

いこいの里十周年記念式典（十七年十月開催）で会田柏崎市長から「毎月のように専門学校や各種団体から施設実習生を受入れ、福祉人材の確保に貢献している」旨のご挨拶をいただきました。

また、小中高校生との交流、介護体験の受入れ、福祉教育やボランティア教育の場として提供しているところです。

今後とも、当法人は、地域社会と直接向きあつて新たな公共を担う思いで取り組んでまいりますのでお気軽に、ご照会、ご相談下さい。

各施設の担当は、いこいの里・生活相談員中村、柏柳の里・同松崎、くじらなみ・同須貝です。

## 自衛消防研究会に参加して

本部兼いこいの里事務主任

海津 一也

さる九月一日、みなとまち海浜公園にて、毎年恒例の自衛消防研究会が開催されました。当沘山会の三施設もレディースの部に参加しました。

研究大会に向け、職員は休憩時間や休日に時間を作り練習を行い、その結果いこいの里が第三位となることができました。

他に参加された他の事業所の真剣に取り組む姿勢を目の当たりにし、また実際に自分たちも練習や研究会を通じ、一人ひとりが防災に対する意識をしっかりと持つことで、利用者の皆様が安全で安心できる生活環境づくりができるよう、全職員あげて取り組んでいきたいと思っています。



初出場 元気はつらつのくじらなみチーム



チームワークを発揮した柏柳の里チーム



めでたく3位に入賞したいこいの里チーム

## 【職員募集】

沘山会では、職員を募集しています。

募集職種：介護職員・看護職員

介護支援専門員

募集の詳細につきましては、ハローワーク又は下記までお気軽にお問い合わせ下さい。

連絡先：法人本部事務局（いこいの里内）

TEL 0257-29-3800 海津

## 編集後記

九月には稲穂が刈り取られ、まわりも秋本番となりました。法人本部のいこいの里は、開設後十四年を経過、屋根のトタんに錆が出はじめたため、塗装工事を夏場に実施し、色もまわりの緑と調和するよう工夫したところです。

今号は、三施設の様子、行事、動きをコンパクトにまとめました。地域の皆様に少しでもお伝えできればと思っております。この広報紙が地域の皆様に安心安全と信頼の絆となればと念じております。

（本部事務局 山崎）

発行 社会福祉法人 沘山会  
柏崎市大字佐水3140番地  
電話 0257-29-3800  
編集 本部事務局広報委員会

広報 せいざんかい  
平成20年10月20日発行  
(年4回発行 1/20、4/20、7/20)  
印刷 南わかい印刷

〈ホームページの開設〉  
平成19年11月からホームページを開設しましたのでご利用ください。  
<http://www.fuku-seizankai.jp/>