



# HONOBONO

鶴足津福祉会報 ほのぼの 2023 6月号 vol.438

## イメージの力

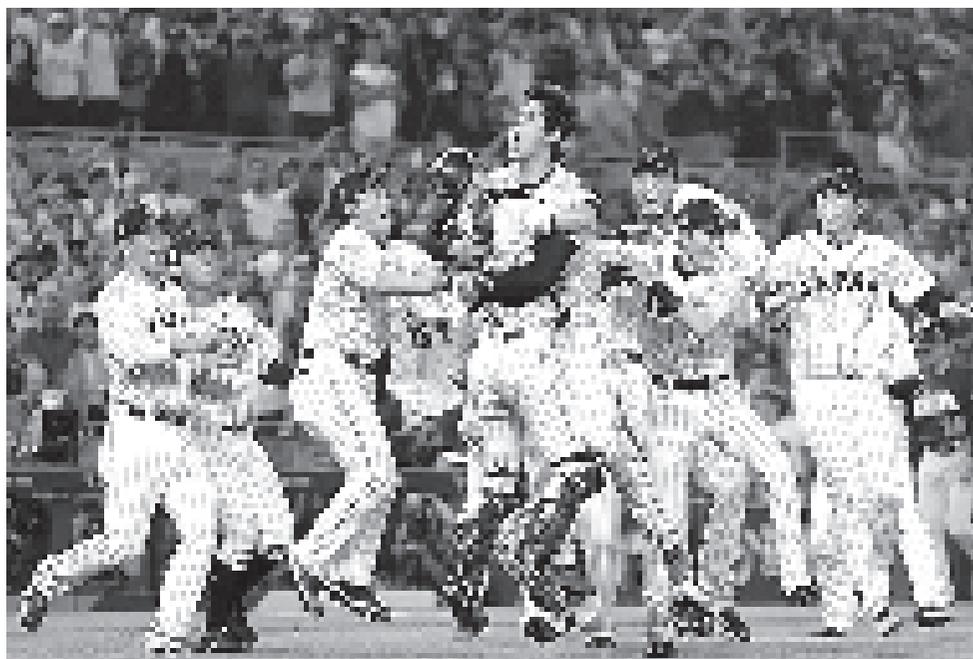
モーツァルトが交響曲を作るとき、まず聴き終わったときに会場の聴衆が感動して割れんばかりの拍手を送っている情景を思い描いたそうです。次に聴衆はどんな曲を聴いてこんなに感動しているのかを想像します。そうすると最終楽章の曲が浮かび、次に一つ前の楽章の曲が浮かび、やがて全体のイメージが完成します。そうして完成した曲はイメージどおり大成功をおさめるということがたびたびあったそうです。

脳は「実際の経験」と「頭の中で鮮明に描いた想像上の経験（イメージ）」を明確に区別するのが苦手なのだそうです。想像上の経験も、実際の経験も、脳は同じ領域を使って情報処理を行います。つまり、成功体験をイメージすることによって脳をだまし、それによって得た自信や手応えによってパフォーマンスが向上すると考えられているのです。

先のWBC（ワールドベースボールクラシック）で投打に活躍したエンゼルスの大谷翔平は、子どもの頃からWBCで優勝し、MVPを獲得するという劇画のようなヒーローになることをイメージしていたのでしょうか。パドレスのダルビッシュ有は、若い投手陣が米大リーガー

のスラッガーたちを恐れず、のびのびと躍動する光景を描いていたのかもしれませんが。栗山英樹監督は自分が集めた選手たちに、これまでのプロ野球界にはなかった新しいコーチングの手法を駆使してそれぞれの能力を最大限に引き出し、強豪相手に粘り強く戦うイメージを描いていたに違いありません。ほかの選手もそれぞれに優勝へのイメージを描いていたはずですが、鮮明に描いた勝利のイメージを共有していたことが世界一に導いたのではないかと思います。

コロナ禍の3年間で、社会はジワリと変わりました。今まで当たり前だと思われていたことへの見直しが行われたのです。私たち福祉界を取り巻く環境も変わるはずです。環境の変化は、淘汰のリスクを伴いますが、飛躍的な成長のチャンスでもあります。利用者様とご家族様のニーズがどう変わるのか、社会のニーズがどう変わるのか、そのへんの認識を共有し、その上で私たち鶴足津福祉会の未来のあるべき姿を共有すれば、目標達成の確率は一気に高まるでしょう。侍ジャパンと同様、関係者全員が誇らしい笑顔でお互いを讃え合う姿を鮮明にイメージしてみようではありませんか。



侍ジャパンに勝利をもたらしたのはイメージの力ではなかったか（写真：AFP=時事通信）

### ボランティア活動 ありがとうございます

岡下順子様 福岡栄子様 仲南フロイデ様 仲南奇術愛好会様

施設の見学は随時、承っております。お気軽にお越しください。また、電話やメールなどでもお問い合わせを受け付けております。各施設の電話番号、メールアドレスは本編に併記してあります。

## ケアハウスマイルドハート 坂出

〒762-0005 香川県坂出市横津町三丁目2番11号  
Tel. 0877-44-5255 Fax. 0877-44-5266  
E-mail mildsa@utazufukushikai.or.jp

### 5月はソラマメ、夏はスイカ

#### 収穫

マイルドハート坂出では食堂に面した中庭にソラマメを植えています。5月になり、そろそろ収穫の時期を迎えたため利用者様と一緒に収穫をしました。

「これは大丈夫かな?」「これはまだ小さすぎるかな?」などと口々に話しながら和気あいあいと楽しみました。

次の日には厨房の方が調理してくださりみんなでおいしく頂きました。

夏にはスイカができる予定です。



またみんなで収穫を楽しめたらと思います。

生活指導員 佐藤 美保子



おお、よく出来た

## 障害福祉サービス事業所 障害児通所支援事業所 Uサポート高松

〒761-0301 香川県高松市林町2217番地7  
Tel. & Fax. 087-899-8488  
E-mail usupport-takamatsu@utazufukushikai.or.jp

### 公湊森林公園へお花見

#### お楽しみ会



初夏を想わせる陽気のなか、公湊森林公園へお花見遠足に行きました。

天気同様、子どもたち利用者様のテンションも道中からMAXです。満開のサクラの下、お弁当もそこそこに、広い芝生広場で鬼ごっこやボール遊び、チビッコ広場では遊具やブランコで遊び、もう

汗びっしょりになる利用者様も。

野外で思いっきり体を動かした後は、売店で買い物をするなど楽しいひと時を過ごしました。

帰りは駐車場まで山道を歩き、ハイキング気分もおまけ付き。盛りだくさんで濃密な時間が楽しい思い出のひとつとなっておりますように。

指導員 真鍋 文代



天気は上々、サクラは満開、言うことありませーん

## 介護老人保健施設 ライトハート いきいき荘

〒769-0205 香川県綾歌郡宇多津町浜五番丁53番地1  
Tel. 0877-49-7255 Fax. 0877-49-3334  
E-mail ikiikiso@utazufukushikai.or.jp

### 体温調整のためにも

#### 衣替え

「衣替え」は、6月1日を目安に冬服から夏服へと替える風習ですが、平安時代に中国から伝わってきたそうです。宮中行事として年に2回、衣を替えるようになり、生活に根付く習慣になったとのこと。

いきいき荘でも年2回、衣替えを行っています。毎回「季節の変化が早いなあ」などと話をしながら進めています。なかに

は衣替えをすることを身体的・精神的な理由で拒否する方もいます。高齢者になると体温調整機能が衰え、夏でも寒がって必要以上に上着を着ている利用者様もいます。

衣替えをきちんと行わないと脱水症状など体調不良を引き起こしてしまうことがあるので、利用者様の体温調整のためにも衣替えを大事に行っていきたいと思います。

介護職員 レイシェル



## 特別養護老人ホーム マイルドハート高円寺 ほのぼの

〒166-0002 東京都杉並区高円寺北一丁目28-1  
Tel. 03-5345-5981 Fax. 03-5345-9960  
E-mail honobono@utazufukushikai.or.jp

### 安心して暮らせる医療的ケアの提供のために

## 共力(ともぢから)

高齢になると、医療と無縁の生活を送ることは困難であり、介護が必要な高齢者にとっては、なおさらです。

マイルドハート高円寺にも入居者様をサポートして下さる協力病院があります。地域医療への貢献と緩和医療の積極的提供を理念に、内科・緩和医療を専門とした医療機関です。マイルドハート高円寺には3名の先生が往診に来られ、各専門職と連携を取りながら、より高度なケアを目指し、私たち生活相談員や介護支援専門員はその連携が円滑に進むよう仲介役を担っています。はじめは思考錯誤しながら、毎日のように連絡を取り合っていました。その結果、さらに連携を深める

ことができたと感じています。

入居者様とご家族様に、より安心して生活していただくために、病院と施設の「共力(ともぢから)」でケアの質の向上を目指していこうと考えています。

介護支援専門員 川添 吾郎



関係機関や関係者との連携を密にしています

## 障害者支援施設 マイルドハート高円寺 なでしこ

〒166-0002 東京都杉並区高円寺北一丁目28-1  
Tel. 03-5345-6740 Fax. 03-3388-5279  
E-mail nadesico@utazufukushikai.or.jp

### 一味違う雰囲気

## ゲーム大会

4月中旬、なでしこの入所でゲーム大会を行いました。今回のゲーム大会は、テレビゲームを活用した初めての試みで、普段のレクリエーションとは一味違う雰囲気を感じることができました。

男女のチームに分かれ、ボウリング、ゴルフなど何種目かで対決したのですが、どの種目も接戦となりました。腕が伸ばしにくい方でも、リモコンを使い少しの動きで操作することができたので、利用者様自身の満足感や達成感にも繋がられたと思います。最後は皆でプリンを食べながら、大会の振り返りを行いました。皆で一丸となり体を動かす行事は、いつも

以上に盛り上がり、楽しい時間を共有できる機会だと改めて感じました。今回は入所のみでの開催となりましたが、コロナ前のように通所と合同で行事を行える日が来る事を楽しみにしています。

生活支援員 野津 可奈子



熱戦のあとはプリンを食べながら…

## 障害者支援施設 みとよ荘

〒767-0021 香川県三豊市高瀬町佐股乙443番地1  
Tel. 0875-74-7829 Fax. 0875-74-7847  
E-mail mitoyoso@utazufukushikai.or.jp

### 皆さん大満足

## おやつバイキング

ユニット行事として、おやつバイキングを開催しました。今回は、年度末ということもあり、リクエスト企画をすることとなり、事前にユニットの利用者様から、希望するお菓

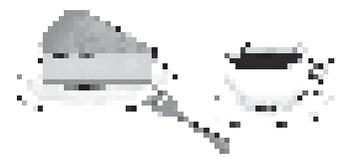
子やケーキ、飲み物について聞き取りを行いました。

リクエストで挙がったなかからチョコレート菓子、大判焼き、たい焼き、チーズケーキ、ロールケーキ、饅頭などを、飲み物については、サイダー、紅茶、コーヒーを提供しました。

どの利用者様も、普段の生活では健康管理上、口にしないようなお菓子を食べてくれて大変満足していました。

来年度も、利用者様のニーズに応えた内容の行事や日中活動を提供していきたいと思ひます。

生活支援員 篠原 啓純



## 障害者支援施設 土器川タウン

〒763-0092 香川県丸亀市川西町南207番地3  
Tel. 0877-58-7757 Fax. 0877-28-2627  
E-mail doki@utazufukushikai.or.jp

室内がにじいろに輝いて

### 鯉のぼり作り



土器川タウンの通所では、利用者様に季節を感じていただくとうと、壁面に飾る鯉のぼり作りをしました。

和紙を好きな形に折り、専用の様々な色の液に浸し

細かいところまで色が塗られて鮮やかな模様ですね

て、「どんな模様になるかなあ〜」「こんな模様を作りたいなあ〜」と考えながら色付けしました。きれいに色付いた和紙を切って貼り付けて完成です。色とりどりの鯉のぼりができました。

日本に古くから伝わる季節行事を楽しむことで、利用者様の笑顔が増える雰囲気作りをこれからも続けていきたいです。

生活支援員  
久保 千甲子



どんな模様になるのかな?

## 高齢者ショートステイ マイルドハート西荻

〒167-0042 東京都杉並区西荻北一丁目19番9号  
Tel. 03-3390-2831 Fax. 03-3390-3022  
E-mail mildnishiogi@utazufukushikai.or.jp

もっと体を動かしたい

### 今日はお掃除

タオル畳みや新聞広告を使ってゴミ箱作りなど、いつも作業に積極的なご利用者のA様。今朝はユニットの廊下をフローリングワイパーでお掃除してくれました。カーテンの後ろ側まで丁寧にワイパーをかけ、廊下を2往復。すっかりきれいになり、床がピカピカ光っています。

「シューッと掃除して楽しい」とA様の笑顔もピカピカ輝いています。

次はお庭の手入れにお誘いしましょうか。

看護職員 鹿野 朋子



隅々まで丁寧にワイパーをかけます。見ていて気持ちいいですね

## 福祉時報 笑うと免疫力が上がる マイルドハート西荻の取り組み

笑顔には不思議な力があるってご存じでしたか？ 笑顔になることで免疫力が上がり、笑顔を見たほかの人は、心が和むなどの不思議な力があるそうです。

マイルドハート西荻では利用者様が笑顔になる、笑顔を見られるようにいろいろなことを企画しています。

まずは、季節によって献立カードをお付けして行事食を提供しています。

行事食は、お正月、節分、ひな祭り、七夕、お盆、敬老の日、秋の味覚、クリスマスなどのイベント時に提供します。皆さん「今日はその日だったのか？」とか「この季節だからこんなのが食べたかったのよ」と笑顔に。

菖蒲湯や柚子湯の入浴の企画も実施しています。菖蒲湯の時は「菖蒲湯なんて何年ぶりだろうか？」と笑顔に。柚子湯の時は「お肌がツルツルになってもっと綺麗になっちゃうわ」とこちらも笑顔に。

利用中に誕生日を迎える方にはメッセージカードを作成して、おやつ時にケーキと一緒に渡します。「誕生日は嬉しいけれど、もうこれ以上歳は取りたくないわ」と笑顔。ハッピーバースデーの歌を職員や利用者みなさんと歌うとさらに笑顔に。

特別な日のおやつには、ホットケーキやクレープを焼いてクリームやチョコレート・ジャムをトッピングして豪華にします。甘いものを好きな方が多いので、その日は笑顔があちこちで溢れます。

そのいろいろな笑顔を写真に撮り、お渡しすると本人もまた笑顔になり、いい笑顔の写真が撮れた時はご家族の方がそれ以上に喜んで、もっと笑顔に。

笑顔・笑顔の連鎖がおきます。利用者の皆さんの笑顔を見るために、日々介護・介助に職員一同努力してまいります。

マイルドハート西荻 介護職員 寶田 秀一

## ケアハウスマイルドハート 21

〒769-0205 香川県綾歌郡宇多津町浜五番丁 53 番地 9  
Tel. 0877-49-9111 Fax. 0877-49-9113  
E-mail mild21@utazufukushikai.or.jp

### 創意工夫を凝らして

## お花見弁当

暖かな春の陽気が訪れてきた4月、マイルドハート21では、毎年恒例のお花見御膳を入居者の皆様に提供しました。昨年は県内の割烹料理屋による仕出し弁当をお配りしましたが、今年は職員の手作り要素を多く取り入れたお弁当を作ることになりました。近隣のパッケージ用品店で弁当の容器を購入し、職員が手作りした天ぷらやちらし寿司など、お花見の雰囲気にこだわったメニューの一つ一つを容器に詰めていく作業や、お品書きのデザインを考えていく作業は思っていたよりも大変でしたが、何とか予定の時間に入居者様全員分のお弁当が完成しました。

入居者の皆様からは「とても美味しかった」「春らしくて華やか」「お品書きも記念に取っておきます」などの感想をいただき、たくさんの笑顔を見ることができました。これからも創意工夫を凝らしながら、季節に応じた行事を実施していきたいと思えます。  
介護職員 中井 ちや子



上品なお弁当ですね。お品書きのデザインも素敵です

## 障害福祉サービス事業所 かりん園

〒766-0023 香川県仲多度郡まんのう町吉野 4300 番地 22  
Tel. 0877-79-1230 Fax. 0877-79-1231  
E-mail karin@utazufukushikai.or.jp

### 「成年後見制度」の研修会も

## 家族懇談会

コロナ禍で自粛していた家族懇談会を約3年ぶりに開催し、たくさんのご家族様が参加しました。様々な行事が中止や規模を縮小したりしましたが、施設内で行った活動などの写真をフォトムービーにし、上映しました。作業や活動に取り組む真剣な表情や行事の時の楽しそうな笑顔など、家庭とはまた違った一面が見えたのではないのでしょうか。

また、外部講師を招いて「成年後見制度」についての研修会も行いました。制度内容の基本に関する丁寧な説明に、将来的な選択のひとつとしてご家族様も熱心に耳を傾けていました。職員も制度について知識を深め、より良い対応ができる

ように努めていきたいと思えます。

これからもご家族様からいただいた意見を取り入れ、情報交換をしながら、より満足していただけるサービスを提供していきたいと思えます。  
主任生活支援員 佐伯 智美



講師の説明に熱心に耳を傾けていました

## 障害福祉サービス事業所 エコランド鶴足津 障害者共同生活援助 グループホーム鶴足津

〒769-0224 香川県綾歌郡宇多津町平山 2628 番地 718  
Tel. & Fax. 0877-41-0873  
E-mail ecoland@utazufukushikai.or.jp

### 新しい職場で利用者様と共に

## 原点復帰

この4月からエコランド鶴足津に配属となり、新しい職場環境と利用者様に囲まれ、緊張と期待に胸を弾ませながら、日々業務にあたっています。

さかのぼること18年、新社会人として右も左もわからない私を導いてくださった上司や諸先輩方には感謝しかありません。当法人の理念「支え合い、共に生きる」ということが、経験を重ね、ようやく理解できるようになったと実感しています。

原点に立ち戻り、エコランド鶴足津の発展に尽力できればと考えています。まだまだ未熟者です。皆様のご指導とともに成長していきたい、これからもどうぞよろしくお願い致します。

職業指導員 大畑 智裕



## 特別養護老人ホーム 寿楽荘

〒769-0210 香川県綾歌郡宇多津町170番地1  
Tel. 0877-49-3388 Fax. 0877-49-3389  
E-mail jurakuso@utazufukushikai.or.jp

### フロア内の壁画装飾

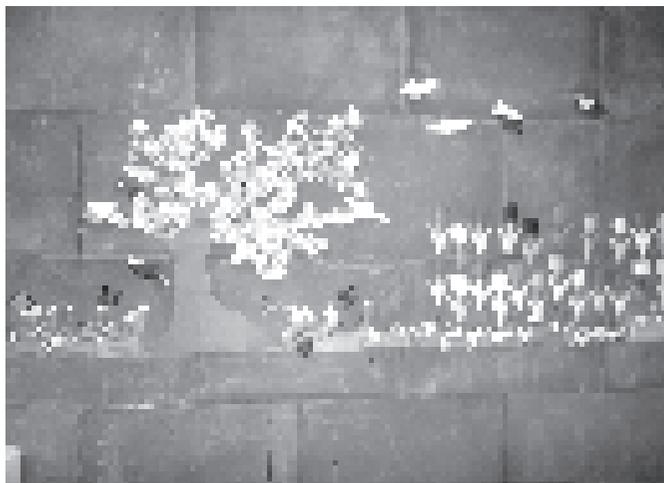
## 花飾り

日差しが温かく心地よい季節になりました。施設内においても春の陽気を感じることができるよう、フロア内の壁画装飾を行いました。折り紙で作成した蝶々と春に咲く花とで飾り付けをし、一気に春らしい雰囲気になりました。お花を貼ることで指先の運動にもなり、会話も弾みました。

これからも利用者様と楽しめる企画を考えていきたいと思

います。

介護職員 ダヤデム



フロア内に広い庭が出来たようです

## サービス付き高齢者向け住宅 アゼリア今津

〒763-0055 香川県丸亀市新田町172番地1  
Tel. & Fax. 0877-85-8383  
E-mail az-imazu@utazufukushikai.or.jp

### 丸亀城から陸上競技場周辺を

## お花見ドライブ



ドライブはやっぱり楽しい

4月2日、丸亀城から陸上競技場周辺をドライブし街並みや桜を見て楽しみました。今年は開花が早かったので花が散らないかと心配しましたが、なんとか見ることができました。利用者の皆様も久々の外出に気分転換ができたと喜んでいました。今年はドライブ中心でしたが、来年は満開の桜の下を散歩できたらいいなと思います。

介護職員  
青木 絵梨



久々の外出で気分上々

## 障害者支援施設 高瀬荘

〒767-0021 香川県三豊市高瀬町佐股乙425番地3  
Tel. 0875-74-7811 Fax. 0875-74-7818  
E-mail soyokaze4060@utazufukushikai.or.jp

### 盛り上がりました

## ピンゴルフ大会

活動1班で、初めてピンゴルフを行いました。5～40点までの点数を書いた箱を5つ並べて、その中にボールを2回投げ入れ、合計点数を競い合いました。「負けないぞ!」という気持ちと表情でボールを投げたり、「頑張れ!」と応援したりで盛り上がりました。利用者様は「百点を超えたよ。私の勝ち。もう一回投げても良いかなあ。次は、もっと得点を出したい」などと楽しんでいました。参加した利用者様には、折り紙で作った手

作りのメダルをプレゼントしました。

これからも、利用者様が楽しく生活できるような活動を計画していきたいと思います。

生活支援員 川崎 拓也



箱の中にボールが入るかなあ



メダルもらって嬉しいなあ

## 養護老人ホーム 土器川荘

〒763-0092 香川県丸亀市川西町南207番地3  
Tel. 0877-58-6210 Fax. 0877-58-6211  
E-mail dokisou@utazufukushikai.or.jp

### 土器川の河川敷ヘイタドリを採りに 生きがいクラブ

土器川荘では、生きがいクラブ活動として土器川の河川敷へ、春の山菜で昔から体に良いとされているイタドリを採りに行きました。入所者様の積極的な参加もあり、たくさんのイタドリが採れました。採ったイタドリは施設に持ち帰り皮を剥きました。調理したイタドリは後日、煮物として昼食に提供され、入所者様は季節を感じる料理に舌鼓を打っていました。

これからも入所者の皆様に喜んでいただけるようなレクリエーションや行事などを考えていきたいです。

生活支援員 飯川 麻里



久々のイタドリの皮剥きは楽しいですね

## サービス付き高齢者向け住宅 アゼリア木太

〒760-0080 香川県高松市木太町3429番地8  
Tel. 087-899-2125 Fax. 087-899-2126  
E-mail az-kita@utazufukushikai.or.jp

### 春の陽気に誘われて お花見

ここ数年、コロナ禍で不安の日々が続いていましたが、ようやく普段の生活が戻りつつあります。近くの公園のサクラの花が見事に咲き、いつもはあまりお散歩に参加しない方も、春の陽気に誘われて、とても和やかな時間を過ごすことができました。例年よりも早く咲き誇ったサクラは美しく、仲良しになったお友達との交流もでき素敵な日となりました。



天気にも恵まれ、良い交流ができました

看護職員 和泉 聖子

## 障害福祉サービス事業所 障害児通所支援事業所 さかいで

〒762-0003 香川県坂出市久米町一丁目518番地1  
Tel. 0877-46-3088 Fax. 0877-46-3088  
E-mail sakaide@utazufukushikai.or.jp

### ささやかですが 地域奉仕活動

障害福祉サービス事業所さかいでは、月に一度地域奉仕活動を実施しています。「地元に着してこの地域に奉仕できたら」という思いで始めた活動も9年目になりました。

4月13日、利用者様10名が地域奉仕活動として道端のゴミ拾いに取り組みました。手袋を装着し、ごみ袋を持って出発します。今回は歩いて10分ほどの東大浜公園を目標に出かけました。ゆっくり歩きながら熱心にゴミを探し、「あ、あった」とゴミを見つけるとすぐに拾い分別します。公園到着後は木陰でひと休み。袋に集まったゴミを見て、「今日はけっこうあったな」「今日は缶が多かったな」と満足そうでした。

この活動をしながら近所の方とあいさつを交わし、庭仕事を

している方から「ゴミ拾いをしよんやな。ありがとう」と声をかけられることもあり、地域の皆様との関わりのひとつにもなっています。これからも地域奉仕活動を続けることで、地域に根差した事業所でありたいと考えます。

生活支援員 秋山 知子



黙々とゴミを拾い地域社会の美化に貢献しています

## ケアハウスマイルドハート 丸亀

〒763-0051 香川県丸亀市今津町219番地2  
Tel. 0877-21-5200 Fax. 0877-21-5282  
E-mail mildma@utazufukushikai.or.jp

### 葉ザクラでも笑顔満開

## お花見

暖かくなり、過ごしやすい春になりました。昨年まではコロナ禍で外出制限があり外に出る機会も減っていましたが、今年に入り制限が緩和されるなど、少しずつ以前のような生活が戻りつつあります。

そんななか、デイサービスセンター丸亀ではお花見行事を行いました。桃陵公園へ外出し、お花見弁当を食べました。利用者様からは「久しぶりに外に出て気持ちがいい!」「日頃食べられない刺身などを食べられてよかった!」など様々な声が聞かれました。今年はサクラの開花が早く、葉ザクラになっていた日もありましたが、来年は多くの利用者様に満開のサクラを見てもらえると嬉しいです。今後



も皆様に喜んでいただける行事を考えていきたいと思います。  
生活相談員 永井 亜衣美



天気にも恵まれた外出は自然に笑顔になりますね

## 特別養護老人ホーム 今津荘

〒763-0051 香川県丸亀市今津町186番地1  
Tel. 0877-58-2611 Fax. 0877-21-2007  
E-mail imazuso@utazufukushikai.or.jp

### 利用者様の新たな一面

## 押し寿司作り

4月の行事として今津荘では、各ユニットでサワラの押し寿司を作りました。

「完成が楽しみやなあ」と利用者様同士で話をしながら、うちわで扇いで酢飯を冷やしたり、具材を乗せたりしました。

職員が利用者様からお寿司の作り方を教わるなど利用者様の新たな一面を見ることができました。

寿司作りの思い出話に花が咲き、楽しいひと時になりました

た。今後も入居者様にとって居心地の良い環境作りに努めたいと思います。  
介護職員 丸岡 陽介



これでどや

## 編集後記

通常の地震は陸と海の二つのプレートの軋轢によるものですが、5月5日に石川県珠洲市で発生した震度6強の地震は地中深くからしみ出した水（流体）が地盤に影響を与えて引き起こしたそうです。そうなる、日本には無数の潜在震源が存在していることになります。ますます災害への備えが重要になってきますね。

鵜足津福祉会本部『ほのぼの』編集局

## ほのぼの2023年6月号 vol.438

令和5年6月発行

発行人 小松 守

発行 社会福祉法人 鵜足津福祉会

〒769-0205

香川県綾歌郡宇多津町浜五番丁53番地11

Tel. 0877-49-4172 Fax. 0877-49-4108

URL <https://www.utazufukushikai.or.jp/>

E-mail honbu@utazufukushikai.or.jp

印刷 株式会社 芝ワーク