



# HONOBONO

鶴足津福祉会報 ほのぼの 2023 7月号 vol.439

## 良好なチームワークのために これだけは避けた「相手にダメージを与える聴き方」

苦しんでいる同僚を元気づけようと悩みを聴いてあげたつもりが、かえって迷惑がられた、という経験はありませんか。良かれと思ってのアドバイスや言葉がコミュニケーション障害を引き起こすこと（ワナ）は多々あります。今号ではアメリカの精神医学博士のジェローム・リスが著書『悩みを聴く技術〈ディープ・リスニング〉入門』（春秋社）のなかから、これだけは避けた「相手にダメージを与える聴き方」を紹介します。思い当たる節はありませんか？

### ①「早すぎるアドバイス」のワナ

—こうしたらいんじゃないかな。

アドバイスが悪いわけではありませんが、早すぎるアドバイスは「もうおしまい」の表示になってしまいます。話し手が悩みを打ち明けるのは多くの場合、解決策を求めているというより、心の重荷を下ろすことで緊張感を解くことなのです。

### ②「自分の話」のワナ

—その気持ちよく分かる。私にも同じことがあったから。私の場合は……。

自分の体験は思っているほど相手のためにはなりません。

### ③「中断、さえぎり」のワナ

—あ、それってこういうことでしょ。

早合点で繰り返しこれをやると相手はうんざりし、「コミュニケーション不成立」に陥ってしまいます。

### ④「重要性の否定」のワナ

—考えすぎ、考えすぎ！もっとポジティブに考えたらどう。

話し手が重要だと思っていることを聴き手が「大げさだ」と否定すれば話はそこで終わってしまいます。

### ⑤「停滞」のワナ

—何度も同じことを言っているような気がするんだけど……。

聴き手にとっては話が停滞して前に進んでいないように思えても、話し手には重要なことを確認している場合があります。

### ⑥「絶え間ない否定」のワナ

—それはどうみてもあなたがおかしいよ。

真実とか正義は一つしかないという考え方にとらわれている人ほど、こういう言葉が出てきがちです。

### ⑦「お説教」のワナ

—それはわがままだよ。もっと大人にならなよ。

モラルを説くことで自分の価値観を相手に押し付けていることになってしまいます。



これを読めばちょっとしたカウンセラーになれるかも

ボランティア活動 ありがとうございます

福岡栄子様 岡下順子様

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

### 行く前からウキウキ

## お買い物レク

身体障害者デイサービスセンター坂出では、コロナ禍のため、長い間自粛していたお買い物レクを行いました。



なにを買おうかな

久しぶりのお買い物レクとあって、行く前から利用者様同士で「何を買おうか」「服が買いたい」「お菓子を買う」などの楽しい会話が聞こえてきました。到着すると笑顔いっぱいでの目的の売り場へ一目散に行っていました。

待ち合わせ場所では、買ったものをお互いに見せ合う光景も。ある利用者様が、焼きたてカレーパンを購入しているのを見て、「自分も」と再度買いに行くなど賑やかでした。

また、水分補給のために独りでフードコートに美味しそうな飲料を買いに行く方も。とても楽しく、たくさんの笑顔を見ることでできた時間になりました。

介護職員 藤本 静江



水分補給も大事です

## 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

### また連れて行ってな

## 外出支援について

5月8日、コロナの5類移行を受けて外出支援を計画しました。5月から6月にかけて8班に分かれ52名の方が近くのショッピングセンターに買い物に出かけました。新緑の風を感じながら3年ぶりの外の景色にマスク越しの会話が弾んでいま



どれにしようかな

した。ショッピングセンターに到着すると生活館から百貨ショップ、そして少し離れた食品館へとショッピングカートのハッピーを押して移動しました。

「大きな店に来てよかった」「品物がいっぱいだなかなか選べなんだ」「レジは自分でせんといかんからできんかったわ」など驚きと喜びの声が聞こえてきました。

楽しい時間を過ごし無事に帰って来られたことに何よりも一安心しました。

「また連れて行ってな」という多くの入所者様の声を聞くことができ、次回は飲食を伴う外出支援を計画、実行できればと願っています。

これからも1日1日を大切に入所者様の笑顔が増える支援を心掛けて行きたいと思っています。 相談員 牧 千代枝



みんなでひとやすみ

## 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

### 夏が来てるんやなあ

#### 滝の壁画

5月に入り、気温が暑かったり寒かったりと安定せず、気温の変化で体調を崩すことが多くなってきました。窓を開けてもぬるい風が入ってきて、もうすぐ夏が来るなあと感じる季節になりました。

コロナウイルスが5類と位置付けられても、まだ外出は思うようにできない状況です。入所者様に少しでも涼しく感じていただけるように、滝の壁画を制作しました。風が入ってくると

実際に滝が流れているかのように葉や水がなびいて「綺麗だね」「夏が来てるんやなあ」など喜びの声をもらえました。

看護職員 池田 恵莉奈



クーラーを使わなくても涼を味わっています

## 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

### 昔の土器や石器がいっぱい

#### 春のレクリエーション行事

新年度に入ったところ、就労継続支援B型の利用者様と香川県埋蔵文化センターへ見学に行きました。香川県内各地の遺跡から出土した土器や石器などが展示されており、利用者様が特に気に入っていたのは、銅鐸（どうたく）と呼ばれる鐘でした。撞いてみると高い音が鳴り響いて皆さん興味津々な様子でした。ほかにも香川県の地図で遺跡の場所を探したり、出土した土器や石器の展示を真剣に見ていました。

見学後はエコランド鶴足津に行き昼食にしました。皆さんうどんや総菜を美味しく召し上がっていました。

今回のレクリエーションでは日頃の作業から離れることでリフレッシュができたと思います。今後も作業に励む利用者様のリフレッシュになるレクリエーション行事を企画していきます。

生活支援員 森本 啓之



いったい何に使ったんだろう

## 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

### ボリューム満点な特別給食

#### デザートバイキング

みとよ荘では毎月特別給食を実施し、その季節に合ったメニューやデザートを提供しています。5月の特別給食では、デザートバイキングを行いました。5種類のなかから好きなケーキやムースを2種類選んでもらいました。厨房イチオシの手作りイチゴムースが人気で、調理員としてとてもうれしく思いました。メインのカレーにはトッピングとしてトンカツとエビフライを乗せました。ボリューム満点な特別給食になり、利用

者様に喜んでいただくことができました。

これからも利用者様に満足していただけるよう色々な美味しいメニューを考えてまいります。

栄養士 横山 美奈



ケーキのいづれもきれいですね

## 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

### 会場に漂う厳かな雰囲気

## お茶会

5月から新型コロナウイルスの感染症法の分類が5類に移行したことに伴い、マスク未着用の方や外食を楽しむ人を見かけることが増えてきました。また当施設の感染状況も落ち着いていることから、6月2日は久しぶりに入居者の皆様を施設の大食堂にお招きし、「お茶会」の行事を行うことにしました。

職員がお茶を振る舞う亭主となり点前座でお茶を点て始めると、入居者の皆様はその所作を静かに見守っていました。職員も会場に漂う厳かな雰囲気を感じ、緊張した様子でお茶の「お運びさん」を務めていました。

お付けした上用饅頭とともにお茶を召し上がった入居者様からは「お点前を見ながら飲むお茶は何十年ぶり」「ぜひまた実施してほしい」と、とても喜んでいただきました。このよ

うな入居者の皆様と集ま  
っての行事も再開してい  
くことができたらと思い  
ます。

介護職員 木谷 良子



ぴーんと張り詰めた空気もいいですね

## 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

### 穏やかで幸せな時間を共に

## スイーツバイキング

少しずつ夏が近づいてきた5月下旬、昨年からの恒例行事となったスイーツバイキングを開催しました。小さなサイズのケーキやシュークリーム、大判焼き等8種類のスイーツを入居者の皆様に選んでいただきました。色とりどりのスイーツに皆様の笑顔が絶えません。

甘いものをあまり召し上がることができない方もいるため、低糖質のスイーツやたこ焼きを用意しました。皆様大変喜んでくださり、私たち職員も穏やかで幸せな時間を共に過ごすことができました。

介護職員 與那覇 まさみ



いろんなのが選べるのは楽しいですね

## 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

### 入浴で季節を感じる

## 5月の風物詩

「風薫る」と称される5月ですが、先頃の日本は真夏日があったかと思えば暖房を入れるほど肌寒い日もあり……季節のいい風を感じる日も少なくなりました。利用者様の体調管理も難しい季節です。

そんななか、当施設には毎年、ショウブの葉がたくさん届きます。5月初旬はマイルドハート西荻恒例の菖蒲湯です。

浴槽いっぱいショウブの葉を浮かべると、利用者様も「あら、いい匂いねえ!」「へえ、菖蒲なの、贅沢ねえ」と手に取り、匂いを楽しんでいます。

普段は「あたしカラスの行水だから」と語る利用者様もいつもより少し長風呂を楽しみ、今年も初夏を感じたひと時でした。

ショウブは青く力強い5月の葉の香り。その匂いをいっぱい嗅ぎ、これからいよいよ本番のごわい季節との勝負にも負けないように!

介護職員 池田 須香子



いい香りが漂ってきます

## 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

### イベント盛りだくさん

## お楽しみ会

コロナ禍で自粛していたボランティア訪問を解禁し、かりん園のゴールデンウィークはイベント盛りだくさんの3日間になりました。

1日目はコーラスボランティア様の訪問があり、美しい歌声を披露してくださいました。利用者様は大喜び、優しい歌声に涙ぐむ姿も見られました。ボランティアの方と一緒に合唱をするなど、楽しい笑顔があふれるひと時を過ごすことができました。



綺麗なハーモニーにうっとり

2日目はかりん園の恒例行事になっている、ヒマワリの種植えを行いました。「大きくなあれ、大きくなあれ」と願いを込めて…。植えた5日後には、可愛い芽が出ていました。これからの成長が楽しみです。

3日目には手品ボランティア様の訪問があり、とても素敵な手品を見せてくださいました。皆さん、鮮やかな衣装に身を包み、タネも仕掛けもわからない手品ばかりです。手品をこんなに近くで見ることはないので、利用者様も職員も「わ～！すごい！」の大歓声と大興奮で、とても楽しい時間を過ごすことができました。また、ボランティアの方からも、コロナ禍で思うように活動できなかったのが、披露できて良かったとの声が聞かれました。

約3年にわたり、地域との交流が難しい状況でしたが、少しずつ緩和され地域の方たちと関わる事ができて良かったです。これからもボランティアの皆様と楽しく過ごせられる時間を設けていきたいと思ひます。

生活支援員 伊藤 由紀



なんだ今の？

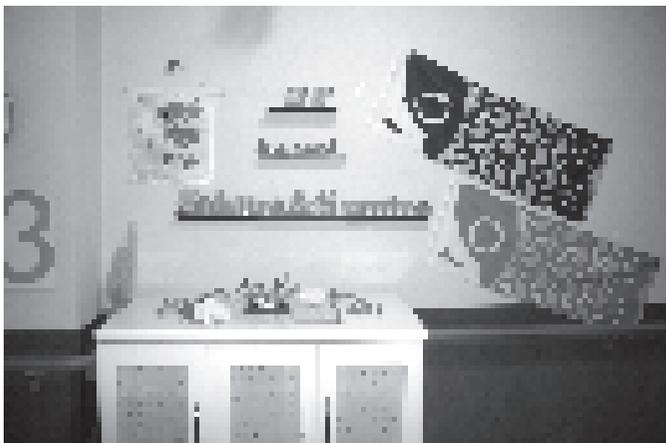
## 特別養護老人ホーム **今津荘**

〒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

### ちっちゃいのは子どもなんやで

## こどもの日と特別海外実習生

フロアーに今年も鯉のぼりを飾りました。昨年11月にミャンマーから来た介護技能実習生の皆さんには初めてのことで



ミャンマーからの介護技能実習生「こ、これはなんですか？」

す。利用者様とも慣れ親しめるようになり着々と介護技術も身に付けています。

飾りつけの際「これは何のためにしていますか？」と興味もある様子だったので、日本の風習を利用者様とのコミュニケーションを通して知ってもらおうと直接、利用者様に教えていただくことにしました。「大きい鯉はお父さんで赤いのはお母さん、ちっちゃいのは子どもなんやで」と利用者様も笑顔で答えていました。

日々のコミュニケーションも大切ですが、日本の年中行事を通じてさらに利用者様との親交を職員一同、海外実習生とともに深めていきたいと思ひます。 介護職員 吉田 勝利



## 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

### 折り紙アヤメのカレンダー作り

## 創作教室

創作教室では折り紙でアヤメのカレンダーを作りました。利用者様にアヤメの折り方を教えていただきました。分からない所を利用者様同士で教えあっている姿もみられました。

折り紙を折ったり貼ったりする細かい作業は手の訓練にもなっています。終わった後は、作品を居室に持って帰って飾って

います。参加した利用者様からは「今日の創作教室は楽しかったわ」などの声が聞かれました。 介護職員 坂本 直哉



どうです、なかなかでしょ

## 障害福祉サービス事業所 さかいで 障害児通所支援事業所

〒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

### 久しぶりの地域散策

## 瀬戸大橋記念公園

新型コロナウイルス感染症が令和5年5月8日より5類感染症に移行されたことを受け、放課後等デイサービスさかいででは地域散策の行事を再開することにしました。

久しぶりの外出行事をととても楽しみにしていた利用者様ばかりです。予定の数日前から「あと何日かな」と当日までの日にちを数えていました。また、当日の天気予報は雨だったため、てるてる坊主を作って雨が降らないことを祈りました。

さあ、当日です。大きな遊具の中を探索したり、芝生広場で鬼ごっこをするなど、元気いっぱいな姿がありました。展望台

に上がると望遠鏡を覗き込み、「船が見えたよ」「絶景だね」と瀬戸内海を眺めながら嬉しそうに話す声も聞こえてきました。

残念ながら天気はあいにくの小雨模様でしたが、ご利用者の元気や笑顔がより一層輝いた一日となりました。

児童指導員 谷 文音



おーい、おもしろいぞー!

## 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

### 昼食はコンビニで選びました

## 食べたいものを食べよう

コロナ禍で外出ができない日々がやっと落ち着きだしたころ、利用者様に「どこか遊びに行きたいね。出かけるならお昼ご飯も一緒に食べたいね。何食べたい?」と話しかけたところ、「カルボナーラ!」「唐揚げ弁当!」「アイスクリームとコーラ!」と答えてくれました。そんな何気ない会話のなかで、入所している利用者様には、「自分で食べたいものを選んで食べる」という当たり前のことがなかなかできないのだと気付かされました。

「食べたいものを買に行こう!」と外出を計画し、近くのコンビニエンスストアに出かけました。じっくり時間をかけて食

べたいものを選び、支払いも利用者自身で行いました。その後、高瀬荘まで帰り、ランチを楽しみました。普段の給食とは違う昼食の時間をとても喜んでいました。自分で選択できる機会を増やし、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 中田 純子



今日はいつもとは違う昼食です

## 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

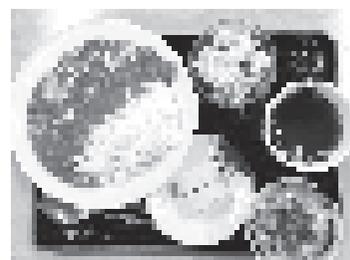
〒769-0224 香川県綾歌郡宇多津町平山2628番地718  
Tel. & Fax. 0877-41-0873  
E-mail ecoland@utazufukushikai.or.jp

笑顔で美味しくいただきました！

### お楽しみ夕食

5月4日、グループホームでは世話人と生活支援員が心を込めて、利用者様が一番大好きな“カレーライス”を振る舞いまし

た。スパイスの効いたカレーの美味しそうなにおいがしてくると、皆さん食欲をそそられた様子で、「今晚カレー?やった!!」という声があがっていました。そして、“お楽しみ”としてデザートにアイスクリームを加



これはそそられます

えて提供すると、さらに笑顔に。満足感あふれる特別な夕食になったようです。次はどんなお楽しみを提供させていただこうか。私たち職員も楽しんでます。生活支援員 古川 千夏

## 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

皆で作れたね

### 調理実習

5月18日、第2活動室で今年度1回目の調理実習が行われました。今回は「あんかけ焼きそば、餃子、中華風卵スープ、牛乳プリン」。

まず、スープ・プリン班、あんかけ焼きそば班、餃子班の3班に分かれ、各班作業に移り、予定時間の12時を目指して一所懸命に作りました。切ったり、混ぜたり、包んだり、焼いたり、盛り付けをしたりと大忙しです。ですが、調理が終わり配膳をすると、そんな疲れも忘れ、皆さん笑顔で召し上がっていました。

午後の振り返りでは、「おいしかった」「みんながちゃんと役割を担っていた」「怪我なくできた」など様々な意見が出ました。そのなかで新たな課題も見つかりましたが、「またやりたい」という声が多く、次回以降も利用者様と一緒に作りたいものを決め、より良い調理実習を計画していきたいです。

生活支援員 三浦 麗菜



作るのも食べるのも楽しいよ

## 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

季節を感じるレクリエーション

### 「こどもの日&母の日」を祝う

新館2階では、今年度の事業計画で2カ月に一度、季節に合ったレクリエーションを実施する計画を立てています。

今年度、1回目が「子供の日&母の日」のイベントとして手作りパフェを作るレクリエーションを開催しました。その日のために、事前に入居者様と職員でフロア内の飾り作りをし、協力しながら一緒に準備を進めました。

当日、入居者様の髪をセットし、胸には手造りの花のブローチをつけていただきました。

さらにパフェ作りでは、土台のスポンジからフルーツ、アイスクリーム、カラフルなトッピングまでたくさんの食材を用意しました。そのなかから入居者様が自由に選び、自分好みのパフェを作っていただきました。トッピングを選んだり、具

材をお皿に丁寧に盛りつけたりする皆様の姿は真剣そのもの。おかわりのリクエストも多く聞かれ「もう一個いい?」「おいしいねえ」と楽しんでいました。

母の日当日には、カーネーションとともに記念写真を撮りました。生花を見て「綺麗ね」「良い香り」と笑顔いっぱいでした。

今後、季節に合わせたレクリエーションを実施し、皆様にとって良い思い出がさらに増えるよう職員一同頑張っていきたいと思ひます。介護職員 寺門 一佳



どうです。おいしそうでしょ

## 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

### 好天に恵まれて

## 集いの丘公園へ散策

5月8日と15日に善通寺五岳の里市民集いの丘公園に散策に行きました。

2日とも快晴。楽しみにしていた久しぶりの外出に皆さん朝から笑顔。到着すると花や緑に囲まれた広い園内を見てさらに笑顔全開！お散歩中も花畑の中に小さな虫たちを見つけて、声をあげたり笑ったりでスタッフの私たちも元気をいただきま

した。「外で食べるのもいいなあ」と木陰でのんびりおやつタイムにしました。今後も利用者様が日々の生活のなかで楽しみを持って生活していただけるように外出ができればいいなあと思いました。

介護職員 森池 加代子



花に囲まれてのんびりとした時間を過ごしました

## 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

### 一緒に口ずさんで

## オペラコンサート

マイルドハート丸亀では、5月13日、4年ぶりとなる「オペラコンサート」を開催しました。ソプラノ歌手の平岩はるなさんとピアニストの牛窪涼子さんが素敵な歌声と演奏を披露しました。感動して一緒に口ずさむ利用者様もいるなど楽しいひと時を過ごすことができました。

今後も利用者様に喜んでいただけるような行事を積極的に開催していきたいと思えます。

介護職員 河野 美保



ああ懐かしい歌。日本の歌はいいね

## 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

### ゆっくりと和やかな時間

## お茶会

緑が美しく爽やかな季節となりました。5月14日、土器川タウンではお茶会を開催し、利用者様に抹茶とロールケーキを

召し上がっていただきました。皆様、「久々に抹茶飲んですごく季節感あった」「ロールケーキが甘くて抹茶と合いととても良かった」など会話を楽しみながら、ゆっくりと和やかな時間を過ごしていました。今後も職員一丸となって、利用者様に楽しみ喜んでいただけるよう行事を盛り上げていきたいと思えます。

生活支援員 星野 祐弥



抹茶に洋菓子も悪くありませんよ

## 編集後記

日本では縄文時代にあたる1万6000年前から6000年前にかけて、地球規模の温暖化によって海面が今よりも120メートルほど上昇し、海が内陸まで入り込んでいました。太陽の周りを回る公転の軌道の変化で、南極と北極の太陽光を浴びる量が増えたのが原因だそうです。今のゲリラ豪雨や洪水も温暖化が原因ですが、温暖化の衝撃とはすごいものです。

鶴足津福祉会本部『ほのぼの』編集局

## ほのぼの2023年7月号 vol.439

令和5年7月発行

発行人 小松 守

発行 社会福祉法人 鶴足津福祉会

〒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