

第15号

高浜かわら版

社会福祉法人 昭徳会 高浜四施設広報紙 高浜かわら版編集委員会



「愛・地球博」グローバル・ハウスの読売新聞編集センターを訪れた養護老人ホーム高浜安立

目次	表紙	P 1
	音楽療法とは	P 4
	春の訪れ 梅の花	P 6
	完成まであと一歩	P 8
	ステキな投稿・編集後記	P 10

各施設のひな祭会	P 2, 3
バレンタイン♡	P 5
新設！いこいの宿紹介	P 7
栄養だより	P 9

ひなまつり

♪お内裏様とお雛様♪ ♪二人ならんですまし顔♪
各施設オリジナルのひなまつり会が行われました。

養護老人ホーム高浜安立

笑いの絶えないお内裏様とお雛様



「今年のひな人形はいつもと違うなあ」
そうです、

今年のおひな人形は、利用者さんのアイデアで背景が手作りの和室になっていて、一風変わったひな人形

が日本文化を物語るように儼かなひな飾りになっているのです。

迎えたひなまつり会では、とにかく笑いの絶えないお内裏様とお雛様が顔を揃えました。

ゲームでは、人間雑に扮した利用者さんが、小麦粉の中に顔を入れ隠れた鮎を探しながら化粧(小麦粉)をし、観客にポーズをとってからパトントッチ



鮎はどこだ？顔一面が真っ白になるまで探します

します。たくさん笑った後は、まだ化粧(小麦粉)の残った顔で雛あられをおちよば口で食べる人間雑たち。舞台上のおひな人形も目を細めて見ていたでしょう。

我がホームの利用者さんの心の年齢はとて若いです。



きれい(?)にお化粧した、お内裏様とお雛様

授産所高浜安立

ひなまつり

演芸大会開催!

三日午後、当所の食堂で恒例の「ひなまつり演芸大会」を開催しました。全員で「うれしいひなまつり」の歌を元気一杯に歌ってから、出演者の登場職員手製の特設ステージで、出演者達は日頃鍛えた歌や踊り、ものまねなどの「芸」を次々と披露しました。

出演者の中には「お休みの日にカラオケで練習してきたの」という人もい

ました。また、衣装・ちゃんまげのかつらなども完璧にそろえて「マツケンサンバII」を披露した人もいました。緊張のあまり歌えず、曲に合わせてひたすらスキップをしながら踊っていたが、金色の派手な衣装と勢いのある踊りに会場は拍手喝采と笑いの渦に包まれました。

「去年から考えていたのに、みんなの前に出たら、頭が真っ白になっちゃった」と、歌詞を忘れてしまうハプニングや、音響の大きな音にびっくりしてテーブルの下に潜り込んでしまう利用者もいましたが、今年も大歓声のなか、楽しい「演芸大会」が無事に幕を閉じました。



大好きなキンキキッズの歌を熱唱

特別養護老人ホーム高浜安立荘

私たちのひなまつり

グループケアのひとつのなかでは、三月二日に一日早くひなまつりを行いました。普段は健康上の事もあってベッドで過ごしてみえる方たちも、この日は女性の方はうっすら化粧をし、ひな人形をバックに、ひとりひとり記念写真を撮りました。

その後、皆さんでテーブルを囲んで職員と一緒に「ひなまつり」の歌を歌いましたが、昔を思い出して懐かしそ

うに口ずさんでみえる方もおり、皆さんの表情や様子から楽しさやうれしさがうかがう事ができました。

歌ったあとは、ひな飾りにもお供えをし、皆さんが大好きな和菓子と飲み物でささやかにひなまつりを祝いました。



雛祭り、起源は平安時代

三月三日の雛祭りが今日のような形式になったのは江戸時代の初め頃です。

五節句の一つとして女の子の節句となり、雛も十五体揃え、婚礼の調度を模して豪華なものとなりました。桃の花を供え、白酒を飲むのがお決まりです。

雛祭りの起源は遠く平安時代にさかのぼり、小さな美しい男女の人形を持って遊ぶ「ひいなあそび」や紙で人の形を作り、この「ひとがた」

に触れ、自分の身の汚れを移し海や川に流す習慣がありました。この二つが結びついて、雛人形、雛祭りと考えられています。

「三月三日」は〇〇の日

- ①耳の日
 - ②平和の日
 - ③金魚の日
- 由来を知っていますか？
答えは最終ページです。



ケアハウス高浜安立



甘酒・ぜんざいに長蛇の列

「甘酒・ぜんざい」作りで実力発揮

三月三日、ケアハウスでは「春まつり」を開催しました。

当日の午前中に入居者十三名が集まり、春まつりのための甘酒とぜんざいを手作りしました。

「入居者と作るにはまずは自分が作り方を覚えなければ」と職員が前日まで必死になって作り方を調べていたのですが、それも殆ど無駄に終わってしまいました。

エプロン姿の入居者は手際もよく、作業をしながら「昔はよく作ったものだ」「もう少し水を足してもいいかも」と会話を弾ませながら、楽しく作業を進めていました。

「春祭り」は露店形式で行ったのですが、一番人気は勿論、「甘酒・ぜんざい」で長蛇の列でした。(実際に作った入居者は「少し水が多かったから...」など言っていました。)その他、「写真撮影」「雛あられすくいどり」「雛人形手作り」「輪投げ」などのブースを設け、入居者は限られた時間の中で好きな所を自由にまわっていました。

やっぱり入居者の手作り行事は最高です。

大きな鍋でぜんざい作り
～まもなく白玉が入ります～

授産所高浜安立

「音楽療法」で歌って

踊って楽しい時間

当所では一月から、高浜市福祉課の紹介で音楽療法士を目指す学生のボランティアを受け入れることになりました。

月一回のクラブ活動の時間を利用し



「大きな古時計」の歌に合わせて簡単な踊り

利用者も始めは照れながら参加していましたが、学生の巧みなリードで自然と音楽の輪に溶け込み、穏やかな表情を浮かべていました。

音楽療法が終わった後、どの利用者からも「色々な楽器が触れていい!」「歌が楽しいね」と声があり、みんな次回の開催を楽しみにしています。

て、学生が事前に計画した一時間程度の音楽療法プログラムを実施しています。

二月の音楽療法プログラムは自己紹介の歌から始まり、鈴・カスタネット

などの小さな楽器を利用者が自由に演奏したり、「大きな古時計」の歌にあわせて簡単な振り付けで体を動かしたりチェロの生演奏に合わせて合唱したりと、利用者全員が参加できる内容でした。

音楽療法とは

音楽が心や体に多くの影響を与える効果を、相手のニーズに合わせて計画的に利用しようと考えられたのが「音楽療法」の始まりです。

音楽療法は音楽を聴くだけではなく、歌唱・楽器演奏・ダンス・即興演奏・作詞・作曲・ディスカッションなどさまざまな形態があります。

音楽療法では対象者が創作や演奏する音楽を音楽の技術の有無で判断することをしません。対象者自身の表現を最も大切に、音楽が最も有効に働くよう手助けするのが目的です。

現在、音楽療法は単に体の健康だけではなく、心の健康や人とのつながりなど、社会的に広い意味で健康を増進させるために、医療、福祉、教育などのさまざまな分野で取り入れられるようになっていきます。

特別養護老人ホーム高浜安立荘

手芸クラブ：八十の手習い

昨年八月末からクラブ活動を始めました。内容としては、月・水・金曜日の午前に手芸クラブ、月曜の午後及び木曜日の午前に歌声クラブ等です。写真では三名の女性が刺し子に取り組んでみえますが、そのほかにも水彩画を描かれる方や、年末には何人かの利用者が聖染めの年賀状作りにも挑戦しました。

また、歌声クラブでは四季折々の歌や、歌われた時代背景を思い出しながら、皆で一緒に歌っています。



ひと針ひと針心をこめて縫っています

手作りチョコ

バレンタインデーにチョコレートを渡すのは日本だけの風習です。一九五八年に東京都内のデパートでバレンタインセールでチョコレート業者が行ったキャンペーンが始まりました。今では、バレンタインデーといえどチョコレートという感じになっていますね。ちなみに、欧米ではカードや花束を渡すそうです。読者の皆さんは何をプレゼントしましたか。

養護老人ホーム高浜安立

今年も作りました愛のチョコ

二月十四日、今年もバレンタインデーにちなみ、利用者さんと手作りチョコを楽しみました。昨年はトリュフを作りましたが、「今年は何変わったものがないなあ」という利用者さんからの意見で、チョコレートフォンデュを作ることにしました。牛乳と生クリームをコンロで煮立て、その中に細かくしたチョコレートを入れ、滑らかになったらチョコレートのフォンデュの出来上がりです。



心♡を込めてチョコレートフォンデュを作っています

次に、果物（いちご・バナナ）とマシュマロを出来上がったチョコレートの中に入れ、最後にチョコレートのスプ

レーとナッツで彩りをして完成です。「なかなかシャレとるなあ」「なんだか食べるのがもったいないなあ」といろいろ意見が飛び交っていました。

ケアハウス高浜安立

9年目にして初挑戦のバレンタインデー

二月十四日、開所以来、初めてチョコレート作りをしました。チョコレート作り自体、初めて経験するという入居者も数名参加しており、お互いに教えあう姿も見られました。特に女性入居者は、「上手にできたら○○さんにあげよう」と会話を弾ませながら、作業を楽しんでいました。

作業から一時間後、可愛いハートのチョコレートがたくさん完成しました。



このチョコレートは、誰のお腹に入ったのでしょうか…

バレンタインの由来

聖バレンタインの日

バレンタインデーは、正式には「聖バレンタインの日 (Saint Valentin's Day)」つまり、キリスト教司祭の聖バレンタイン司祭の日です。そこには悲しい物語がありました。

紀元三世紀、当時のローマ帝国皇帝クラディウス二世は、兵士が結婚して家族ができると家族を思い戦意が落ちるとして、兵士の結婚を禁止

しました。当時、まだ迫害を受けていたキリスト教のバレンタイン司祭が、かわいそうな兵士を見かねて密かに兵士たちの結婚を手助けしました。

そのことが皇帝の耳に入り、バレンタイン司祭は投獄され、紀元二七七年二月十四日に処刑されました。この日がバレンタインデーとなりました。

春の訪れ、梅の花

ケアハウス高浜安立

佐布里の梅、満開まであと一息

二月二十八日、知多市の佐布里梅林の梅まつりに出かけました。昨年の梅は満開まで程遠く、残念な思いをしたので、「今年こそは…」と日程を遅めに設定したにも拘わらず、やっぱり満開の梅を見ることが出来ませんでした。

しかし、入居者の心は満開です。出発三十分前から玄関前に集合し、買い物の話題で持ちきりでした。(目的は、梅を見ることなのですが…)

現地に到着後、自由に梅林を歩き、満開に近い木を見つけては記念撮影をしました。少し肌寒い陽気だったので、集合時間前に全員集合してしまい、急速「おかし屋長心」で買い物をするようになりました。

着いたとたんに店内試食コーナーへまっしぐら。お土産をたくさん買って帰ってきました。目的が「梅」か「買い物」かは謎ですが、楽しかったことは確かです。



梅の花を囲んで思わず笑顔

養護老人ホーム「デイサービスセンター」花より団子(おかし)?

温かい日が少しずつ増え、梅の花が咲き始めてきたので、知多市の佐布里の梅林へ梅の花を見に出かけました。昨年こそへ行かれた利用者さんからの「寒い」「歩きたくない」などの声を参考に、梅見は車窓から眺め、帰りがけに利用者さんの好きな、おかしのお店へ立ち寄りしました。

高浜安立荘「デイサービスセンター」

春の足音がそろそろまで…

三月九日、日に日に春めいてくる中、気候に誘われて「デイサービス利用者」と職員で知多市にある佐布里の梅林に出かけました。今回の外出は、場所や内容など利用者から希望を募りグループ毎に三カ所に分かれて計画をたてました。

当日は、天候にも恵まれたためか近隣からも多くの方が見学に訪れており、にぎわっていました。梅の花も満開で白から赤に変るピンク系のものもあり、色鮮やかに咲き誇る中、

梅の花は四分咲きて「まだ少ししか咲いていないねえ」と残念な声がか聞こえましたが、おかしのお店に着くと梅の花のことは忘れたのか、「おいしそうだけど硬いかな」「試食があるから食べてみよう」とおかしの話ばかりしていました。

帰りの車内で利用者さんが「やっぱり花より団子だね」と言うのと車内中大爆笑になりました。とても楽しい外出行事となりました。

散歩を楽しみながら、春がすぐそこまで来ている事を肌で感じとることができました。

また、佐布里に着くまでの間、利用者の方たちは途中にある梅畑を見ながら「昔は梅干を漬けていたよね」と話しが弾み、車中でも思い出話に花が咲きました。

帰りには、お土産で梅干を購入した方もみえましたが、梅クッキーも売っており、物珍しいねと帰路に着きました。



「このおかしおいしいわねえ」試食中の利用者さん

特別養護老人ホーム高浜安立荘

「いこいの宿 高浜安立」 開所間近か：

現在、社会福祉法人昭徳会では、平成十七年五月の開所を目指し、新たな施設の整備を進めています。それが、単独型小規模生活単位型短期入所生活介護事業所「いこいの宿 高浜安立」です。「短期入所生活介護」とは、いわゆるショートステイのことで、在宅生活を送ってみえる高齢者の方が一泊以上の期間を施設で過ごしていただく

サービスのことで

現在ショートステイの方は、特別養護老人ホーム高浜安立荘の併設事業（定員20名）としてご利用いただいております。

この高浜安立荘とは別の敷地・建物で、同じ芳川町内に定員20名の新たな施設が誕生いたします。これが「いこいの宿 高浜安立」です。

「いこいの宿 高浜安立」完成予想図



また、「小規模生活単位型」とは、いわゆる個室ユニット型の施設のことです。ご利用される皆様には、ゆったりとした個室と気軽に利用していただけるキッチンや食堂などの共有スペースを設けております。

全国的には珍しい単独型のショートステイですが、地域の皆様を始め、ご家族、ご利用者の方々にとって利用しやすい施設となれるよう万全を期しておりますので、ご利用ご期待ください。

養護老人ホーム高浜安立

児童のパワーで若返り

高浜市立翼小学校の三年生が、総合学習の時間に「福祉みんなしあわせ」をテーマに、「お年寄りに対する理解を深め、共に生活する上で大切な事を考える」を目的に当施設の利用者さんと二月に三回、交流をしました。

実際の交流前に、当施設の概要と利用者さんとの交流方法を勉強し、それをもとに児童一人ひとりが交流内容を考え当日を迎えました。

学級ごとにそれぞれ特徴があり、また全児童がとても元気で明るいことが印象的でした。ホームの利用者さんも児童たちと一緒に笑顔をあふれ、楽しい時間が過ごせたようです。



あやとりで四苦八苦する利用者さんに、優しく教える児童

「きよしのズンドコ節」では、リズムに合わせジャンケンをするという難しいゲームだったので、みなさんとても楽しそうでした。

また、グループごとにトランプ・お手玉・かるた取り・ビンゴゲーム等を行い、集会室は大変な賑わいでした。

あちらこちらで「次はおじいちゃん番だよ」「お手玉上手ですね、私も教えて」と児童たちとの会話も弾み、児童達も利用者さんにとっても、大変良い刺激になった交流でした。

授産所高浜安立

中庸スプリング(株)、 表彰される

全国の約千四百の授産施設が加盟している全国社会就労センター協議会全国社会福祉協議会内に設置では、授産施設に一定規模で永年にわたり仕事を発注している企業・団体に対して、感謝の念を込めて表彰をしています。

当所の前身である高浜市福祉作業所時代からたくさんの作業をいただいている中庸スプリング株式会社を推薦したところ、利用者の社会自立や工賃への反映等の功績が認められ、



中庸スプリングの作業を見学中

協力企業として全国三十の企業・団体とともに表彰されました。

表彰式は二月二十四日に東京で行われ、ご多忙のなか中庸スプリングの林代表取締役社長が出席され、感謝状が授与されました。また、今月七日には施設や利用者への理解を一層深めようと、当所にお越しくださり利用者の作業等を見学されました。

中庸スプリングの作業は、リング並べとゴムシートの組み付けですが、しゅうがいの重い利用者も取り組むことができるリング並べは当所にとってなくてはならない作業となっています。このように、企業の協力で授産所が支えられています。

ケアハウス高浜安立

十カ月の大作、完成まであと一歩

六月から作っている共同作品「葛飾北斎作・富嶽三十六景・神奈川沖浪裏」の絵が完成に近づいています。ケアハウスの作品は、「絵」といっても「貼り絵」、それも大豆とマカロニを主な材料として作っている。風変わった「絵」です。時間をかけているだけあって、去年にも増して素晴らしい出来栄です。



額縁づくりに精を出す入居者

高浜市在宅介護支援センター

相談協力員との 研修会開催

二月十五日、いきいき広場ホールにて在宅介護支援センター職員関係者と相談協力員（民生委員）との研修会及び懇談会が開催されました。今回は、十六名の相談協力員の方が改選されたということで、改めて支援センター業務を知っていただくためにパワーポイントを使って研修会を行いました。

懇談会の中では、主に認知症（痴呆症）の方への対応についての質問がありました。在宅介護で困ったことがあればいつでもご相談ください。



パワーポイントを使っている研修会の様子

現在は額縁作りに取り掛かっていますが、思い入れが強く、主な材料であるマカロニの仕分け（大きさが微妙に違うので）から始めるというこだわりようです。

大豆の仕分け、色付け、ひとつひとつが細かい作業ですが、参加者は上手に役割分担しながら作業を進めてきました。一カ月後、どんな大作ができるか楽しみです。

○小豆に含まれる健康成分○

アントシアニン	抗酸化作用、視力回復
カリウム	利尿作用、高血圧
ナイアシン	肌荒れ、精神安定
パントテン酸	疲労回復、毛髪
ビタミンB1	老化、肌荒れ、脚気
ビタミンB6	口内炎、貧血
モリブデン	疲労回復、貧血
葉酸	口内炎、貧血
ポリフェノール	抗酸化作用

その他、溶血作用も効能の一つで、血のかたまりを溶かすため、昔の人は、産後の女性に、お産でできた血栓が体内をめぐって心臓や脳でつまらないように「小豆がゆ」を食べさせたものです。

このため、小豆は古代より薬として利用されてきました。

このように、栄養バランスに優れている小豆にはさまざまな効能があり、毎日の元氣と健康に役立ちます。

●おはぎとぼたもち
お彼岸と言えは「おはぎ」を思い浮かべる人が多いと思います。おはぎとぼたもちの違いは「大きさ?」「こしあんか粒あん?」「米粒の形がある、なし?」。

実は同じもので、違うのは食べる時期だけです。「牡丹餅」と「お萩」と書けばピンとくるかも。「牡丹の花」と「萩の花」の咲く季節に由来があり、豊かな四季を持つ日本の文化ならではのです。しかし昨今は、年中おはぎと通す店も多いようです。

●なぜお彼岸におはぎやぼたもちを頂くのでしょうか?
小豆の赤色は、災難が身にふりかからないようにするまじない効果や、けがれを払う霊力があるとされた魔よけ効果があり、小豆を食べることにより身を守ったと言われます。また、邪気をはらう信仰が先祖の供養と結びついたと言われ、春には収穫をもたらす山の神を迎えるために「ぼたもち」を供え、秋には収穫に感謝して「おはぎ」を作ったと言われています。

栄養だより

体においしい小豆の話

小豆は他の豆より早く柔らかく煮えます。小豆には、良質たんぱく質、ビタミンやカルシウム、リン、鉄、食物繊維まで幅広く含まれています。皮にもサポニンという成分が含まれ、せきを鎮めたり、痰をとる作用があります。また、二日酔い、利尿作用によるむくみ防止、便秘予防、母乳の分泌促進などの効果もあります。

★ふっくら小豆あんの炊き方★

◆材料◆

- ◎小豆1袋(250g入)
- ◎砂糖350g
- ◎塩 少々(多すぎず少なすぎず)

①洗った小豆を入れる



②煮立ったらザルにあげ、水を入れ火にかける。

強火



③フタをして中火で煮る。
・さし水(2回)
・アク取り

POINT!

柔らかくなったら火を止め、フタをし15分ほど蒸らす。

④蒸しあがり

- ・粒あんならつぶす。こしあんなら、つぶして水をはり絞る。

砂糖(2~3回)



⑤木ベラでかき混ぜながら水分をとばし煮込む。
⑥塩を加え5分ほどで出来上がり☆

三月三日は〇〇日
(三ページの答え)

① 耳の日

3(ミ)3(ミ)のゴロ合わせ。耳への関心を高め、聴覚障害の予防・治療を徹底するために、一九五六年に制定。

② 平和の日

一九八四年の国際ペンクラブ東京大会において、日本ペンクラブの発案により設けられ、翌年から実施。

③ 金魚の日

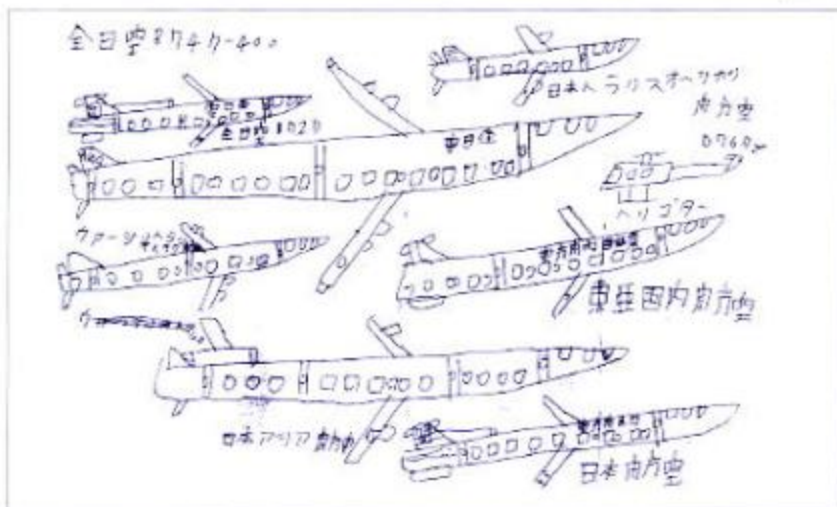
江戸時代、雛祭りの時に金魚と一緒に飾ったこと。また、季節的に金魚飼育を始めるのにふさわしい。

投稿



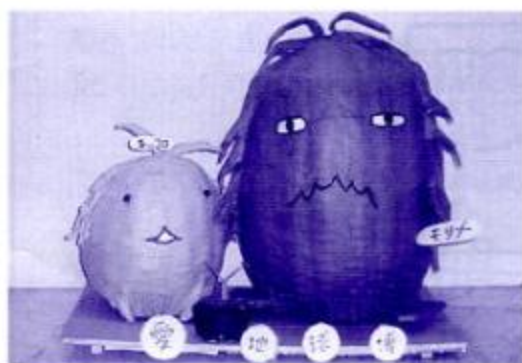
ビーズののれんを製作中
(授産所：川北琴美さん)

イラスト
(授産所：浅沼芳勝さん)



編集後記

気候も三寒四温となり、寒々しかった桜の梢がうっすら淡いピンクに色付き始めました。ほんのついでこのあいだ、お正月を迎えたばかりだと思っていました。早いもので、もう愛知万博(愛・地球博)の開催月です。みなさんは行かれませんか?万博のメインテーマ「自然の叡智」が提案している「自然の知恵を学ぶと同時に、自然を尊重し文明と共存する」ことを念頭におきながら桜を観ると、昨年とは一味違った自然の趣を感じる事が出来るのではないのでしょうか。(桑原)



モリゾーとキッコロ(養護老人ホーム 水木正男 作)

《発行》

☆特別養護老人ホーム高浜安立荘
(併設)

高浜安立荘短期入所生活介護
高浜安立荘デイサービスセンター
高浜安立荘居宅介護支援事業所
高浜市在宅介護支援センター

〒444-1335 高浜市芳川町1-2-73 TEL.(0566-52-5050)
<http://www.syoutokukai.or.jp/takahamaanryuso/>

☆ケアハウス高浜安立

〒444-1335 高浜市芳川1-2-48 TEL.(0566) 52-7311
<http://www.syoutokukai.or.jp/carehouse/>

☆知的障害者通所授産施設 授産所高浜安立

〒444-1313 高浜市向山町6-1-1TEL.(0566) 53-8551
<http://www.syoutokukai.or.jp/jusan/>

☆グループホーム 高浜安立

〒444-1332 高浜市湯山町5-5-15 TEL.(0566) 52-5548
<http://www.syoutokukai.or.jp/gh-takahamaanryu/>

☆養護老人ホーム高浜安立

〒444-1304 高浜市豊田町3-1-15 TEL.(0566) 53-1263
(併設)

デイサービスセンター

<http://www.syoutokukai.or.jp/home/>

☆生活支援ハウス高浜安立

〒444-1304 高浜市豊田町3-1-15 TEL.(0566) 53-6017