



# 大規模修繕

生活相談員 宮田 朋隆

富士見園の建物は昭和五十六年に建設され、今年の三月で四十三年経過し、至る所に修繕の必要性が出て来た為、去年の十月から今年の二月まで大規模修繕を行いました。

工事期間中は雨漏りや、廊下が通行止めになったり、集会所・食堂・厨房が使用できなくなったりと色々ありましたが、工事業者と連携をとり、職員・入居者の協力を得て無事に終えることができました。

キレイになった富士見園をこれからも維持していけるようみんなで協力していきたいと思っております。



### 浴室改修



### 食堂改修



他には、

- ・廊下にエアコン設置
- ・ナースコール交換
- ・消防設備交換
- ・厨房機器交換
- ・照明 LED 交換等々を行いました。



### 屋根材の交換

## 養護老人ホーム富士見園

# 節分

支援員 長瀬 裕子

今年も節分行事を計画しておりましたが、大規模修繕の影響で急遽、停電・断水の日程が節分の日に重なってしまい、なくな中中止となつてしまいました。前もつて準備していた羊羹を皆さんには召し上がってもらいました。

節分が行えず、残念ではありましたが、食堂や浴室等がキレイになり、気持ちよく過ごせるので良かったです。来年は今年のように分も含め、鬼退治をしようと思つております。



今年も福がたくさん訪れますようお祈り致します。



# 焼き芋

栄養士 星 麻実子

冬の季節。おやつの中でも、焼き芋は大人気です。

富士見園では十一月から二月に、月一回〜二回召し上がっていただきます。地元の納入業者がその時期に美味しい品種を選び、納品していただきます。

その選び抜かれたおいしいお芋を焼き芋マイスターとなった職員がガスを巧みにコントロールして毎回焼き上げます。(職員がマイスターとなるまでの道のりについては次の機会に・・・)

富士見園の焼き芋の歴史は、本格的な石焼き芋から始まりました。ドラム缶の中で実際に石を焼いて振舞っていました。もう二十年ぐらい前になります。時代の流れと共に、焼き芋の焼き方は変化しますが、入居者の皆様に喜んで頂けるよう考え行動する精神は、変わらず大切に、受け継いでいきたいと思っております。



# ジャッパセンター しまむら ひかわ店 臨時開店!

相談員 渡部 隼

昨年十一月十六日と少し前のことですが、しまむらひかわ店が臨時開店しました。コロナ禍が明けたとはいえ、買い物に行くことが難しい状況が続いていましたので、各所のご協力を得ながら実現に至りました。

当日は、大盛況。売り切れ続出で、途中に商品を追加してもらう事態となりました。商品が無くなるくらい、参加された皆様ご自身の目で選び、買い物を楽しんでもらう事ができたようです。ご家族と一緒に買い物ができ、久しぶりの機会を喜んでくれるようでした。「またやっつてね」「今度は夏も」等の声がありましたので、次回の開催と共に今後皆様のご喜びに繋がる機会を作り続けていこうと使命感を再確認した一日となりました。



## 特別養護老人ホームひかわ



同で大人数での豆まきでしたが、今年は新型コロナウイルス等の感染対策もあり一つのユニットだけの開催となりました。



介護職員

小室 幸代

二月四日の日

曜日に、一日遅

れの「節分」とし

て豆まきを行ひ

ました。例年は

隣のユニットと合

を

を出す機会は、

なかなかありま

せん。「鬼はく、

外す！」と気合

の入った声が聞か

れたり、鬼を見て

笑顔が見られた

り

と反応は様々でし

た。まだまだ

だ不自由な生活の中、少しでも

楽しんでいただけたよう

で良かったです。今年一年も、無病息災

で楽しく過ごせ

ますようお願い

致します。



# 便秘はしらっ!

日頃から悩んでいる方はいませんか?今回は、お腹のマッサージと排便を目指す運動方法をご紹介します。

① スムーズな排便を促す為に運動前にコップ一杯の水(常温か白湯がお勧め)を飲んでおきます。\*運動時は呼吸を止めず大きく呼吸しながら行いましょう。

② 「骨盤回旋運動」上向きに寝て両膝を九十度程度に曲げる。膝を左右に倒れる範囲で倒す運動を五く十往復行います。

③ 「お腹のマッサージ」上向きに寝て両膝を曲げた姿勢で、へその下から「の」の字をおなかに描くイメージでマッサージします。おなかをさする程度の力加減です。呼吸を止めずに、三く五分間行います。

便秘の原因は様々ありますが、食事で栄養を摂りつつ、適切な水分摂取や運動を心がけましょう。

## ウェルネス 通信



# 毎月恒例カレンダーづくり

デイサービスでは、毎月カレンダーづくりを行っています。その月ごとに「花・食べ物・動物」など季節を感じる題材で、それぞれレイアウトを考えていただき、作る楽しみを感じられると好評です。最近では、立体飾りなので個性が際立ち素敵なものが、たくさん完成しています。

デイサービス相談員 加藤 文祥



## 在宅介護支援センター

### さいたま市の難読地名と由来

ケアマネジャー 小野瀬麻央  
 普段何気なく読んでいる地名ですが、さいたま市には難読地名が多数あります。私のお薦めの地名を集めてみました。

① 新開(びらき(桜区)天翔十八年岩槻城落城の際、その旗本が土着して一村を開いたのが由来。

② 道祖土(さいど(緑区)旅の安全を祈る塞の神説と太田氏の家臣・道祖土氏からの説。

③ 水判土(みずはた(西区)水畑の意味。低地に位置する肥沃な場所であったことが由来)

④ 西遊馬(にしあすま(西区)古代の牧からの説と荒川沿岸の低湿の狭間だったという説)

⑤ 円阿弥(えんなみ(中央区)太田氏の家臣で書記役の円阿弥の居住地だったことから)

おまけですが、プラザ(西区)さいたま市唯一のカタカナの地名。開発時に民間会社がつけた名前がそのまま地名となりました。由来を一緒に覚えておくともっと埼玉愛が深まるかも…



## シニアサポートセンター

### 春はチャレンジの季節

看護師 小野田舜姫  
 先日、友人から「来年、一緒に第九を歌わない？」と誘われました。

さいたま市合唱浦和の会の主催で百名の参加者を募集しているとのこと。

第九といえどドイツ語。そういういえば、昔、看護学校の授業でドイツ語を勉強したことがありません。(今の医療ではほとんど使われなくなりましたが)その方曰く、オーケストラと共に歌うのは格別に爽快なのだとか。自信はありませんが、春なので新しいことにチャレンジしてみようと思います。

皆さんは、新たに始めたいことや、挑戦したいことはありますか？少し勇気は必要ですが、新しい自分に出会えるかも知れません。



# 駄菓子屋開催!



介護職 宇山 喜代美  
 「わあ!懐かしい!」そんな声と共に一斉に集まる入居者の皆様。待ちに待った「駄菓子屋」開催です。  
 カルメ焼き、綿菓子、都こんぶ・・・。入居者のリクエストに応えられるよう、たくさんの種類を用意しました。  
 画用紙で作った買い物カゴを一人一個、好きなお菓子を三種類購入してもらいます。お支払いは三恵苑特製の紙幣で。  
 紙幣に印刷された皆川苑長の笑顔も大好評で、いつも見ないような笑顔あふれる時間になりました。  
 入居者の皆様が懐かしいと思う駄菓子を探すのは難しい時代になりましたが、今後も喜んでもらえるような「駄菓子屋」を続けていきたいと思えます。

特別養護老人ホーム三恵苑

# ひなまつり



## 今日は楽しいひなまつり

介護職 佐藤 貴子

桃の花が咲く時期になると毎年、三恵苑では気品あるお顔をされたお内裏様、お雛様の立派なひな壇が飾られます。  
 今年も三月三日に職員によるひなまつりの行事を行いました。

ひなまつりにちなんだクイズや歌に合わせての体操、職員の名(迷?)演技による山口県岩国市に伝わるお雛様の昔話の読み聞かせを行いました。

練習の甲斐あって聞いてくださった皆様はうなずきながら真剣に耳を傾けてくださいました!

締めには美味しいおやつと甘酒を召し上がっていただき、職員共々、暖かい春を感じる笑顔に包まれた楽しい一日になりました。



令和六年四月一日  
 三恵会だより 第九十号  
 社会福祉法人 三恵会