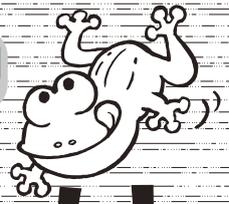


# かじかのさとだより

第31号



発行/〒889-2401 南那珂郡北郷町大字大藤甲3186番地1/TEL0987(55)3738 FAX0987(55)3739  
社会福祉法人 愛泉会 特別養護老人ホーム 河鹿の里

## 100歳 特集!!

北郷町には、百歳以上の方が六名いらっしゃいます。そのうち四名の方が河鹿の里で生活されています。

今回、敬老の日を迎え、平成二十年度版河鹿の里長寿者番付を作成しました。その結果平均年齢は：男性八十一・九歳、女性八十七・三歳で、全体では八十八・七歳と全国平均を六歳も上回っています。利用者の方々のご長寿パワーには私達職員も圧倒され、また、他の利用者の皆様の励みにもなっているのではないのでしょうか。

しかしながらこれまでのご苦労は、私達には想像もできないほどの大変な時代を乗り越えてこられ、現在の生活があるのだと思います。

職員一同、利用者の方々がこれからも元気で長生きできますよう心からお祈りいたします。

「めざせ長寿日本一!!」

明治四十年三月十日生まれで百一歳になられました。

家族より一言  
百歳すぎてお祝いでできることを家族全員喜んでます。  
元気な姿で毎年お祝いできる様これからも頑張つて長生きして下さい。  
〈息子夫婦より〉



大和 コヨ様

それでは河鹿の里長寿百歳の皆様方を御紹介し、あわせて御家族からのメッセージを披露したいと思います。



久島 マサエ様

明治四十年九月五日生まれで百一歳になられました。

明治四十年三月十四日生まれで百一歳になられました。

家族より一言  
母は、河鹿の里に入所するまでは強く、たくましく、がむしゃらに働いていました。が、今が一番本人にとっては幸せなのではないかと感じます。  
これからは元気に過ごしてくださいね。  
〈娘より〉



福岡 ウラ様

### 主な内容

- 1面→100歳特集
- 2面→行事紹介など
- 3面→父・母まなざし
- 4面→研修、お知らせ

明治四十一年七月四日生まれで百歳になられました。

家族より一言  
おばあちゃん、いつまでも長生きして下さいね。  
〈娘より〉



後藤 ヒトエ様

うちの母は、五男三女の子供達を皆健康に育ててくれました。父が五十二歳で他界し父の分まで長生きして、これからは元気で長生きして下さい。

〈息子より〉

※ 写真、名前の掲載はご家族、ご本人の承諾を得ています。

# グルメツアー



毎回、場所を変えて楽しんで頂いているグルメツアーですが、今回は、日南海岸を一望出来る高台にある「えぶろん亭」に行ってきました。

太陽の日ざしを浴び、海の潮の香りを満喫しながら絶好のロケーションの中で頂く、車エビフライやマグロ丼など、大変美味しく新鮮な海の幸には、大満足のご様子でした。往復の車中では、名ガイドの案内や歌で大いに盛り上がり笑顔が一杯あふれていました。皆様、異口同音に「又、参加したい」との感想がきかれました。

# 有川れいしヨリ

東京で活動されている、歌手の有川れい様が、八月九日施設訪問され、歌謡ショーを披露して下さいました。東京

生まれの有川様は中学時代でお母様の実家、北郷町で過ごされている事もあり、北郷への思いを強く抱かれ、歌やお話の途中で、涙ぐまれる場面に心暖まる思いでした。利用者の皆様も歌手、有川れい様の素敵な歌声にうっとりときき入っていらつしやいました。又、「リンゴの歌」や「故郷」を全員と一緒に唄い、利用者様の表情も生き生きと輝いていました。この度は誠にありがとうございました。



# 先生方との交流

夏休みを利用され、公立小学校の先生方三名が研修の為に園されました。

レクリエーション活動では、利用者の皆様と一緒に風船パレーを行い、風船が目の前に飛んで来ると一生懸命に手を伸ばし、風船を打ち返す活気あふれるパワーに圧倒された様子でした。短い時間ではありましたが楽しいひとときを過ごされました。



# 大相撲優勝予想

利用者の皆様が大好きな大相撲を、更に楽しんで頂きたいとの思いから優勝力士の予想を企画しました。

人気力士は、やはり横綱の二人でしたが、途中休場となった朝青龍を予想した方は、とても残念そうでした。みごとの中された方には、心ばかりの景品をさし上げ、大変喜んで頂きました。もうすぐ九州場所が始まりますので、より多くの皆様に参加して頂き楽しみを持って相撲観戦をして頂けたらと思います。



# 頑張っています



土屋 ミツオ様

# 四点杖歩行訓練

何にでも熱心に取り組まれる土屋様は、「四点杖」を使用し、園内を一周歩行訓練に励まれています。最初は慣れない杖に戸惑われていましたが、今では上手に使いこなされています。スタッフと共に歌を口づさみながらの訓練は楽しい一時でもあります。これからも頑張ってください。



渡辺 正子様

毎日、廊下廻りを頑張っています。廊下廻りを頑張っています。昼食、夕食前に自主的に園内を一周され、スタッフの励ましの言葉に笑顔で応えてくださり、意欲满满です。これからも日課として続けて頂きたいと思っております。皆で応援しています。



黒木 芳子様

毎日の歩行訓練の声かけに最初は、足が痛い不安な表情を見せられますが、スタッフとの会話を笑顔で歩行器を使用し、スムーズに歩行され頑張っています。

# コスモスの花

家族会の皆様が、夏の奉仕作業で、園のベランダにコスモスの種を植えて下さいました。今では、きれいな花が咲き誇り満開の季節を迎えています。利用者様の目にもとまり秋の季節を感じられている様です。ありがとうございます。



# 父母のまなざし



幾嶋 孝雄様



## 「私の両親」

父は、日南でも数名しか持っていない車の免許を取った事、その免許に関する多くの賞、賞状を持っている事が自慢です。又、退職後、交通指導員として近くの小学校の通学路に、毎日休むことなく立って子供達とは顔なじみでした。よく頑張ったなあと思いました。

母が認知症になり、家での二人の生活は大変でした。母の病気が理解できない時もあり大きな声を出して母が、叱られていると勘違いしたこともあり私も父も苦労しました。

母は、四回骨折をして入院の繰返して、父は家に一人で居ましたが腰の調子が悪くなり車椅子の生活に変わりました。日南の施設にも入所したことがあります。なかなか慣れませんでした。夫婦バラバラでしたが、お互いの事を私に尋ねて心配していました。

二年前「母の入所が出来ません。」と電話があった時は、本当に嬉しかったです。それからの母は、寝たきりから起きて食事を取ることができ、見た目にもかわいく、明るくなりました。

それから数カ月後、父も入所出来、やつと夫婦、同じ屋根の下で暮らしました。

昨年母は亡くなりましたが施設の皆様のお陰で楽しく、ゆったりとした毎日が送れたことを感謝しております。父は、元気で、習字、絵、行事など、充実した毎日です。わがままも言いますが、どうぞこれからもよろしくお願ひします。

原井加代子（娘）

## スタッフより一言

クラブ活動や行事を楽しみにされている幾嶋さん。クラブ活動は、音楽、絵画、書道と幅広く活動され、書道については、河鹿の里へ入所されるまで筆を持った事がないと話されますが、毎日熱心に練習され、今では、あらゆる行事のプログラムなど書いて頂く程の腕前になり感心しています。これからも元気で充実した園生活を送って頂きたいと思ひます。



主屋 安子様



## 「私の母」

私の母は、北郷から南郷の大島へ嫁ぎました。それ迄は、海をあまり見る事の無い生活から、漁師の家で祖母に

父の兄弟等、大家族の生活が始まったそうです。それから、私の幼い時に油津の方へ引っ越して、父と母と姉に妹と、私の五大家族での生活になりました。母は、伊勢海老漁をしておりましたので、夜の十二時から漁に出て行き、あまり寝る間も無かったと思います。運動会の時期が一番忙しいのに、私達に弁当を作ってくれて昼の時だけは来てくれましたが、食べ終わると一目散に帰って行き、又伊勢海老漁に出てました。だから私達は、母に運動会の競技を見てもらえませんでした。何歳の時か忘れましたが、母に「運動会を見て行って。帰らないで。」と、困らせた事がありました。母は、仕事中の怪我で片目を失明をしましたが、それでも、いつも元気で風邪ひとつ引かないで漁に出てました。そんな母も、今迄の苦労が出たのか腰が曲がり、歳よりも老けて見られる様になりました。そして、六年位前に異変に気づいて病院に行った時には脳梗塞で、この先自分で何も出来なくなるとの事でした。それから、デイサービス、

ショートステイ等を利用させてもらい自宅には居ましたが腰の圧迫骨折をしてからは、自宅での生活は無理で河鹿の里に入所させて頂きました。スタッフの皆様によくお世話をして頂き有り難く思っています。家族の者も皆感謝しております。今では、会いに行っても誰だかわからず、会話も出来ない状態なので、母ももっとおしゃべりがしたかったと思つてますが、漁師を辞め、船を手放す前に父と母、姉と私で船に乗り、大島へ渡り楽しい一日が過ごせました。母にも良い思い出になつてくれたと思つております。

土屋美智子（娘）

## スタッフより一言

スタッフの挨拶の声掛けに言葉数は少ないですが視線を向け返答して下さいます。笑顔が見られないのが少し寂しい気がします。

これから寒くなってきましたが、体調を崩されないように過ごして頂きたいと思ひます。



# デイサービス 百歳祝賀会



川添 八千代様



デイサービス御利用の川添八千代様は、明治四十一年九月二十八日に誕生され、この度めでたく紀寿を迎えられました。ご利用日の九月二十六日にデイサービスにて御家族を交えてお祝いをしました。北郷町の倉岡町長、施設長より祝辞を頂き、ご本人様も感激されておられました。アトラクションでは、友人の梶本様ご夫婦が尺八と歌を披露されました。その他ボランティアの方々の三

味線、花柳流北郷同好会の舞、施設長、職員による祝いの歌などにぎやかに行われました。ご本人様の歌披露もあり、出席された方からは、「私達も百歳にあやかっつて元気をいただきました」と言う声がありました。これからもお元気で益々のご長寿を願っております。

## 車椅子寄贈



十月七日に鬼束幸良様より、車椅子十一台を寄贈していただきました。食堂ホールにて贈呈式を行い、利用者代表の幾嶋孝雄さんがお礼の言葉をのべられました。心より感謝申し上げます。心より感謝申し上げます。



## 家族会研修旅行に参加して

看護師 村上 淳子

時津湾、長与湾を望む風光明媚な環境「よう、いらっしゃったー」田中正彦理事長

の笑顔の出迎えをうけました。前庭では、運動会、広々とした居室には秋の日差しが差し込み、とても明るく、質疑の時間には、厳選された食材を使った食事提供・歯科医師会と連携し口腔ケアの徹底・様々な取り組みを交えながら丁寧に対応して頂きました。夜はホテル清風にて、家族会の皆様と宴を囲み、宮崎弁で「時津荘はいかつた「露天風呂からの夜景も絶品じゃー」と会話が弾み、とても楽しい一時を過ごす事が出来ました。河鹿の里の利用者様がより良い生活を送れる様、環境空間を整え笑顔で過ごして頂く為に今回学んだ事を取り入れ、より良いサービスを提供出来る様、精進致します。今回、この様な機会を与えて下さった時津荘の関係者の皆様に、感謝しお礼を申し上げます。

## 玄関前で施設の皆様と



## カウンセリング研修に参加して

相談員 清 公靖

研修内容としてはロールプレイングが多く、コミュニケーションの難しさを改めて痛感しました。ふだん利用者の皆様とお話をしたり、相談を受けたりしますが、今回の研修を受けて今迄の自分の対応に疑問を感じる所もありました。

コミュニケーションを図る上での留意点である、同じ目線で目を見て笑顔で話す、相手の置かれた状況を良く理解する、話を傾聴し、聞き上手になる、状況に応じた対応を行う等、利用者の皆様が相談しやすい環境作りへの配慮も行いながら、研修で学んだ事を念頭に置き、利用者様の快適な生活の援助をしていきます。



## お食事アドバイス

栄養士 長岡 知子

毎日のお食事は・・・高齢になると体を動かす量が減少してくる為、あまり空腹感を感じなくなります。

そのため食事の量が減少しやすくなります。十分に注意が必要です。

食べる量の少ない人は御飯を後まわしにしておかずから食べてみましょう。

食べて悪いものはないのです、他の世代と同じ食品を使つて食べやすくおいしく召し上がって下さい。

たまには近所の方と持ち寄り食べる機会をつくらせてデイサービスを利用しても食欲増進につながると思います。

食欲の秋です。おいしく、たくさん召し上がって下さい。

## バランスのよい食事を!!



## 編集後記

地球温暖化でしょうか。いつまでも暑い日が続いていますが、最近になって、ようやく朝夕、秋の気配を感じられる季節になりました。この時期は体調を崩しやすい為、皆様、体には充分気をつけて頂きたいと思っております。