

主権  
在客

## ようざん通信 / 7月号

## 特別養護老人ホームアンダンテがオープンしました



社会福祉法人ようざん会地域密着型特別養護老人ホーム アンダンテの小林です。このたび7月1日より開設の運びとなりました。地域の皆様に親しまれ、ご家族や利用者様に愛される施設を目指し、職員一同張り切っております。どうぞよろしくお願い致します。施設の概要をご紹介します。

- ・鉄筋コンクリート二階建て、上毛三山を望む閑静な住宅街に位置します。
- ・高崎市在住の要介護3から5の方で、日常生活において常時介護が必要な方が対象となります。全室ユニットタイプの個室で、定員29名、3ユニットで構成されています。
- ・食事は当施設の管理栄養士が、旬の食材、栄養のバランスに配慮したお食事を提供します。
- ・入浴は、車椅子使用の方は専用の車椅子にて直接浴槽内にご入浴いただきます。また、座位のとれない寝たきりの方には特殊浴槽にて寝たままのご入浴が可能です。
- ・車椅子は状態に応じて当施設のものをご利用いただけます。
- ・おむつ代は介護費用に含まれていますのでご家族の負担はありません。

寝たきりとなっても住み慣れた地域で暮らしたいという気持ちを尊重し、おひとりおひとりの尊厳に配慮した介護を提供していくよう心掛けていきたいと思っております。料金その他のご相談は、毎日9時から18時まで生活相談員が承ります。お待ちしております。

高崎市八幡町768-1 TEL 027-395-7077 担当 小林 菅沼 砂川

## 地域のいきいきサロンにて

昨年4月から、開催し、一周年を迎える事が出来ました。奇数月は「西ハーモニカ」の演奏に合わせ合唱し、その後、「高崎市歌での体操」や民生委員さんによる認知症予防のゲーム等を行います。偶数月は、ようざんの職員による、体操やゲームをして楽しんでいます。

開催当初より、毎月お手伝いをさせて頂き、今では、20名以上の方が、その日を楽しみに通ってきて下さっています。看護師も同席し血圧測定も毎回行っております。健康相談をしている中で心不全ではないか?とお話させて頂いたから「重篤にならないうちに治療が出来た」と、感謝の言葉を頂いたこともありました。

7月には、長寿会の方と一緒に「ゆうすげ」へのバス旅行も計画しています。これを機会にもっとたくさんの方の参加があれば…と期待しております。参加されている方々が、回を重ねるごとにお元気になられていく姿を見ていると、お手伝いをさせて頂いているこちらも、笑顔にさせて頂けます。(小林)



ふれあい♥いきいき・サロン「春夏秋冬」  
毎月第3火曜日 午後2時～3時30分  
代表 上並榎町第3区長 山中基晴

## ★ デイサービスようざん並榎



30℃を超える真夏日が日に日に多くなり、熱さも増していく一方ですが、皆様いかがお過ごしでしょうか？そんな暑さを吹き飛ばすような食べ物「盛岡冷麺」を利用者様と職員で一緒に食しました！通常の茹で具合ですと硬めで食べられないという状況になりかねないので、長めにやわらかめに茹でて提供させていただきました。また、お茶会を開き利用者様にお茶をたて頂き皆様に飲んで頂き大好評でした！

6月21日は父の日でしたが、今年の父の日は日曜日(デ



サービスが休みの日)でしたので当日に実施する事は出来なかったのですが、21日に一番近い日にいっしょの全男性利用者様に感謝の気持ちをたくさん込めていつでも飾れる綺麗な花と美人職員との記念撮影会を行いました。今月も並榎のデイサービスはイベント盛り沢山の「(食べ物)うまい!(過ぎる時間が)早い!(様々なイベントがあり)楽しい!」の三拍子揃った月となりました!!(大澤)

## ★ グループホームようざん飯塚



梅雨に入り、日々空模様が気になる季節になりました。皆様体調など崩されていませんか？さて、グループホームようざん飯塚では梅雨に負けないぐらい、レクリエーションを充実させ、利用者様には日々楽しんで頂いています。今月も、ドライブ、ランチレクリエーション、創作レクリエーションなど様々な事を企画しました。その中でも今回のお茶会では水無月というお茶菓子を作りました。水無月には意味がありこの半年分の罪や穢れを祓い、残り半年の無病息災を願って頂くお菓子です。程良い甘さがあり抹茶とよく合い美味しく頂き皆さんからも大変好評でした。又、おやつ作りではたこ焼き風デザートを作り、生地はホットケーキミックスを使い、中身はチョコ、バナナ、チーズ、ウィンナーを入れて利用者様には何が入っているのかは、内緒にして食べて頂いた所、あっ!?"バナナが入っていたー!!""チョコが入っていた"と、あちらこちらで声が聞こえました。人は美味



しいものを食べると、「幸せ〜!」と満面の笑みで口にする人がいますが、本当にそのまま、一人一人とても幸せそうな表情、味わっている姿がとても印象的で、おかわりする人が絶えなかったです。

そして、晴れている日には玄関の外へ出て、グループホーム自慢のガーデニングコーナーの花を目で見て、香りを感じ、お茶を飲み、お菓子を食べながら、笑顔の絶えることないひと時を笑いの途切れないぐらい楽しんでます☆

今月も、ランチレクリエーション、おやつレクリエーション、お茶会とイベントが目白押しです。お近くにお越しの際は、是非お立ちより下さい。お待ちしております。これからも暑さに負けないぐらいの笑顔あり、楽しみありのグループホームようざん飯塚を築いていけるよう職員一同努めて参りたいと思います。(・v・)☆(中村)

## ★ 居宅介護支援事業所ようざん栗崎

7月になりました!!田植えも終わり、梅雨もそろそろ明けて『夏本番』になりますね。

今年の夏も異常な暑さに襲われるのでしょうか…。

暑さが続くとやはり心配なのは、熱中症ですね。ニュースでも早い時期から騒がれていますが、お部屋の温度調節や水を

多く摂るなどの対処をしていきたいですね。私たちもご自宅に訪問する際には、皆さんに声をかけ熱中症にならないよう努めていきたいと思ひます。もちろん、訪問する私たちもです!!自宅にいるから安心とは限りません、しっかり水分を摂ってあつーい夏を乗り切りましょう。(田子)

## グループホームようざん倉賀野



暑い日々が続いておりますが皆様いかがお過ごしでしょうか？グループホームようざん倉賀野では七夕の飾り作りを利用者様に手伝って頂き6月に誕生日だった方の誕生日会を行いました。誕生日会では主役以外の方も楽しく盛り上がり職員手作りのケーキを召し上がったリゲームをしたり楽しみました。プレゼントには写真を貼り付けたボードにメッセージを書きお渡ししたところ大変喜んでいただきました。七夕の飾り作りでは皆さん率先して作って下さり、すぐに終わってしまいました(笑)。非常にいいものが出来上がり飾り付けをすると皆様から「キレイだねー」「もう夏になるねー」「これはイネ！」など色々な声

を聞くことができました。皆で協力すればお金を使わなくてもいいものができますね。七夕に限った事ではないですがいつも食器拭きや洗濯物をすすんでやって頂けるので職員共々感謝です。しかも利用者様のほうが上手い!!毎回一緒にやり方を教えて頂きながら行うのですがなかなかうまくできません。毎日が本当に勉強になります。利用者様に「こうにすればいいんだよ」と言われたいようがんばっていきたくです。これから梅雨が明け、ますます暑くなっていきますが利用者様の笑顔が少しでも見れるように職員の皆様頑張りましょう!!(堀口)

## ケアサポートセンターようざん石原

6月末は、梅雨冷えの日もあり、寒暖の差が激しい日々でした。皆様、体調など崩されていませんか？ようざん石原では、そんな梅雨空もなんのその!明るく楽しく過ごしてきました。

ご紹介させて頂きたいのは、19日に行われた“スイーツバイキング”です。職員による手作りスイーツを用意し、利用者様に召し上がって頂くという企画です。今回のメニューは梅ゼリー、チーズケーキ、ところてん、かぼちゃようかんでした。利用者様には“お好みの物をお好きなだけ”というかたちで、食べたい物を選んで頂きながら美味しく楽しい時間の提供となりました。利用者様から多くの笑顔を受けると、スイーツ作りに携わった職員も満足感を得られ、日々の励みにもつながります。利用者様には次回の企画も楽しみにして頂きたいと思います!

梅雨の憂鬱の後には本格的な夏がやって来て、これからは強い陽射しとの戦いです!熱中症になどならないよう十分な水分補給を心掛け、上手に夏の太陽と共存し、利用者様と共に元気に楽しく夏を過ごして行けるよう職員一同努めさせて頂きます!(奈良)



## ナースステーションようざん

夏に近づくにつれて気温が上昇し熱中症のリスクが高まる時期です。熱中症は、太陽が照りつける暑い日だけではなく、身体が暑さに慣れない梅雨明けの時期にも起こります。また、高温多湿の室内で過ごしている時にもみられます。熱中症は、体温の上昇と調整機能のバランスがくずれ、めまい、立ちくらみ、頭痛、嘔気、身体のだるさなどの症状が出現します。熱中症予防のためには、汗で失った水分の補給と体温を下げること

ですが、水分をこまめにとることを心がけてください。また、外出時は涼しい服装で帽子をかぶり無理せず徐々に体を暑さに慣らしていきましょう。室内では、エアコンをかけず閉めきった状況を避け、適宜、室温を測り環境の調整を行ってください。夏の暑さに負けず体調管理ができるようナースステーションがお手伝いさせて頂きます。(戸谷)

## ★ スーパーデイようざん中居



ようざん通信をいつもご愛読なさって下さっている皆様、ありがとうございます。特殊な笑いとヘルシア大好きでお馴染み(?)の行方です。年が明けたと思っていたらもう7月ということで、年頭に掲げた1年で5kgダイエットの目標が達成できていないことに焦りを感じています(笑)。

スーパーデイようざん中居の特色の1つとして調理レクリエーションが盛んなことが挙げられます。じり焼きや焼きうどん、たこ焼きなど様々な料理に挑戦させて頂いています。女性の方ももちろんのこと男性の利用者様も興味を持って参加する姿も見られます。また、誕生日のお祝いのケーキもみんなで作っているので誕生日を迎えたご本人だけでなくみんなで楽しんでお祝いさせて頂いています。次に人気なのはドライブで、職員配置が多いスーパーデイならではの特色で、高崎市内を中心とさせて

頂いていますが、多くの利用者様の笑顔を取っています。

他にも慰問や父の日などのイベント、ゲーム系レクリエーション等々、毎日楽しく過ごさせて頂いています。今回掲載させて頂いた写真(本当はもっとたくさん載せたかった所ではありますが…)は職員と一緒に映っているものを選定させて頂きました。認知症の方にはその方に合ったお薬や環境、体調管理等々、色々なサポートが大切です。中でも一番大切なのは笑顔で寄り添える人間関係かと思っています。ご家族様から「身内だと余計に優しく出来ない」という言葉をよく耳にします。まさにその通りで私達職員も身内なら同じ状況になります。是非、ご家族様の休息、ご本人様との良い関係を維持し続ける為にもスーパーデイようざん中居を活用して下さい。写真の笑顔で待ってます♪(行方)

## ★ デイサービスぽから



こんにちは。毎年のことながら、この梅雨の不快さに閉口しているこの頃ですが、皆さまはおかわりなくお過ごしでしょうか？

先日デイサービスぽからには、この憂鬱さを吹き飛ばすかのように、元気な中学生4名が、やるベンチャー(職場体験)でお手伝いに来てくれました。

男女2名ずつ、男の子はサッカー少年、女の子も運動部という活発な子供達でしたが普段あまり話すことのない年配の

方々に少し緊張気味…!

2日間という短い時間でしたが、生徒さん達の心に何か少しでも残ってくれたら嬉しいと思いました。真剣な子供達の眼差しが、私達職員にもフレッシュな風を吹き込んだようです。そこで、気持ちも新たに職員一人一人、利用者様や仕事に対する想いを漢字一文字で表してもらいました。それぞれの書いた文字を大切に、日々の仕事に活かしていきたいと思えます。(高井)

## グループホームようざん

梅雨の季節も終わり夏の季節がやって来ました。皆様いかがお過ごしでしょうか？さて、グループホームようざんでは、先月に続き、グリーンカーテンとアーチに花を植えて頂きました。朝顔には「連続花火」という名前がついており、「最近はずいぶんハイカラだね〜」「どういう花が咲くか楽しみだよ」と話に花が咲きました。また、プランターに植えたトウモロコシにも花が咲き、「早く食べたい！大好きなんだよ」と待ちきれないご様子です。収穫したら焼きトウモロコシで楽しみましょうね。毎月の食事レクリエーションとして皆様でホットプレートを使ってギョウザの皮でピザとバナナを包んだデザートピザを作りました。簡単なのに大好評でした♪そして毎月定番のうどん打ち。もう、手慣れたものですね。あっという間に出来上がってしまいます。今月のデザートではSweets系男子の職員が利用者様と一緒にオレンジのシフォンケーキを作り、大好評でした。料理は「お母さんらしさ」が感じられますが、お菓子作りは一層の「女性らしさ」が感じられます。いつまでも女性らしくいて頂ける様色々な行事を企画し、皆様と一緒に楽しい思い出を沢山作っていきたいです。(新井)



## スーパーデイようざん



皆さんこんにちは。スーパーデイようざんでは梅雨のじめじめした季節にも負けずに毎日楽しく元気に過ごしています。

そんなスーパーデイようざんは、室内で過ごすことが多い時期ですが、様々なイベントを行いました。何といても日々の感謝の気持ちを素直に伝えられる「父の日」では、私たち職員からささやかですが贈り物をさせていただきました。その他、手作りおやつとノンアルコールビールで乾杯し、誕生日会を行ったり、他事業所もお誘いしてこの時期にピッタリな傘の置物を制作したりと、室内ですが充実した時間を過ごしました。また、天気が



良く散歩にピッタリな時を見つけては「チャンス！」と言わんばかりに外へ出かけて気持ち良く体を動かし、何気ない会話を楽しんでいます。

これから暑い季節になり、脱水症状、熱中症に注意して体調管理をする必要があります。利用者様はもちろんのこと、職員も体調管理には十分に気を付け、安全と笑顔を大切にしてください。これからも過ごしていきたいと思っておりますのでよろしくごお願い致します。(山木)

## 訪問介護ぽから

今年も早くも半ばを過ぎてしまいましたが、お変わりありませんか？四月上旬には春とは思えないほどの曇(みぞれ)が降り「寒い、寒い！」と言っていたり、下旬には「真夏日」の気温になったりと、体が外の気温の変化についていかず、体調が良くなかった方も多かったのではないのでしょうか？

今年の夏も酷暑になりそうですから、前記と同様に室内と室外の気温差に因る体調の変化には、気を付けたいものです。

私達ヘルパーもクールビズの一環として、移動中の水分補給等をし、青のポロシャツではなく夏場は訪問に適した私服で伺う事もあると思いますが、宜しくお願いします。また、利用者様宅へ伺った際は、水分補給の為の声掛けをさせて頂き熱中症予防に気を配り、調理に関しましては食中毒の予防を徹底させて頂きます。これから迎える暑い夏を乗り切りましょう!!(齋藤)



## ★ スーパーデイようざん貝沢



皆さん、こんにちは!!いかがお過ごしでしょうか?こちらスーパーデイようざん貝沢ではドライブで浜川公園まで出掛け、しょうぶの花の前で笑顔の写真を撮りました。その他にも近くのスーパーに行き買い物を楽しんでいらっしゃいました。室内では6月生まれの方の誕生会や女性利用者様を中心に腕を振ったおやつレクリエーションなど、梅雨の嫌な雨にも負けず、楽しく過ごして頂きました。

また、24日にはスーパーデイようざん貝沢で約3年間一緒に過ごしてきた職員の職場異動に伴い、送別会を兼ねたスイーツバイキングを行いました。美味しいスイーツの数々に笑みがこぼれるも、職員とのお別れに涙がこぼれ、全員の記憶に残る感動的なイベントになりました。新しい職員も迎え、新生スーパーデイようざん貝沢として頑張りますのでどうぞ宜しくお願い致します。(赤岩)

## ★ スーパーデイようざん石原



梅雨もいよいよ本番となり、どんよりとした空模様が続いていますが、皆さんいかがお過ごしでしょうか?スーパーデイようざん石原の利用者様は皆さんこの暑さにも負けず毎日元気に過ごされています。

6月のレクリエーションは、何と言っても恒例の『長坂牧場ジェラートツアー』です。晴れ間を縫って鼻高の長坂牧場へ出掛けショーケースの色とりどりのジェラートを前に「どれにしようかしら?」と迷うのも楽しく思い思いに好きなジェラートを選ばれ眺めの良い屋外へ。「こんなに景色の良いところで、ジェラートを食べられるなんて贅沢ねえ」と楽しんでいらっしゃいました。また、2回目となるようざん通貨企画の押し花教室では、前回同様に以前押し花を趣味とされていた

利用者様に先生になっていただき、当日はスーパーデイようざん貝沢とスーパーデイようざん双葉からもご参加をいただき、テーブルに並べられた押し花を思い思いに選ばれ「どこに置いたら綺麗かしら?」と悩まれているところを「こうしたらもっと綺麗よ」と先生のアドバイスで台紙に置かれラミネートをして完成!最後は、出来上がった作品をお互いに見せ合っておられました。皆さんに楽しみ喜んでいただけた様で先生をされたご利用者様もほっとされ喜ばれていました。この時期様々な草花が咲いていますので、たくさん採取して押し花にして次回に備えたいと思いますのでご期待下さい。

これからも、ご利用者様の暑さを吹き飛ばす笑顔がたくさん見られるように職員一同頑張ります!(平山)

## スーパーデイようざん小埜

不安定な天気が続いておりましたが、7月に入りいよいよ本格的な夏が近づいてきました。皆様いかがお過ごしでしょうか。スーパーデイようざん小埜では、暑い夏に涼を求めて、追加利用して下さる利用者様もいらっしゃいます。

外出が自慢であるスーパーデイようざん小埜ですが、今月は気温が高い日や雨が多い日もありましたので、ちょっとドライブは一休みしてレクリエーションやゲームなどを行いました。職員が提案して作ったハンマー投げゲームでは、投げ方にコツが必要であり、利用者様も「難しいね〜」「思ったところに入らない」と言いながら参加されておりました。職員も全員参加して、利用者様と一緒に楽しませていただきました。

また、制作では夏に向けて向日葵の花を作り始めました。女性の方があつという間に向日葵の形を切ってくださいる中、「俺はこんなことやったことないけど、できるかな」と男性の方も手伝っていただきました。スーパーデイようざん小埜のホール内も、向日葵の花でいっぱいになりたいと思います。

そして、6月21日は父の日ということで、男性利用者様に日頃の感謝の気持ちを込めて、ハンカチをプレゼントさせていただきました。「へえ！そんな日があるんか、今日は来て良かったのお」と、とても喜んでくださいました。

これからはもっと暑い日が続くと思いますが、身体を壊さぬよう、利用者様に季節を感じていただけるようなイベントを企画していきたいと思っております。(関口)



## スーパーデイようざん双葉



皆様こんにちは。梅雨入りし、毎日蒸し暑い日が続いていきますね。入梅とは「梅の実が熟する頃に雨期に入る。」ことから名づけられたとの事です。

スーパーデイようざん双葉では、梅シロップ作りを行いました。梅に含まれるクエン酸は疲労回復や血行促進、肩こり、高血圧に良いとされています。利用者様、職員共に梅ジュースを飲んでますます元気にパワーアップしていきたいと思っております。双葉のようざんファームに、じゃがいも・なす・大根・トマト・きゅうりを植えました。利用者様と野菜の様子を見に



行ったり、収穫したり、とれたての新鮮な野菜を味噌汁や漬け物、トマトジャムなどにして、召し上がって頂いております。皆さん「美味しい!」と大好評です。やはりとれたては違いますね。

外出レクリエーションでは浜川公園へ菖蒲の花を見に出かけました。新緑の中の色とりどりの菖蒲の花や池の中の鯉に感激すると共に、のんびりとしたひとときを過ごしました。7月も皆様に楽しんで頂けるレクリエーションを企画しておりますので、どうぞお楽しみに!! (西田)

## ★ スーパーデイようざん栗崎



竹笹の色とりどりの七夕飾りに夏の訪れを感じる季節になりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか？

「スーパーデイようざん栗崎」6月の行事では、利用者様と季節感を楽しむため梅ジュースを作りました。利用者様のご家族から作り方をお聞きし、利用者様と一緒に仕込みをしました。梅には整腸作用があり高血圧防止にも良いようです。「おいしいね。普よく飲んだよ。」と昔を懐かしむ声も聞こえます。

父の日にはビアガーデンを行いました。当日はあいにくの雨でしたが、そんな関係ない！ノンアルコールビールを片手に『乾杯！』と利用者様が威勢の良い声で音頭をとってくださいました(\*^\_^\*)「夢みたい・・・。」と久しぶりのビールに喜びの声をあげてくださる方もいらっしゃいました。

ドライブには紫陽花を見に群馬の森へ出掛けました。綺麗なお花を前に利用者様の笑顔がこぼれます。栗崎アグリファームでは、トマトやなす、きゅうりの収穫をしました。たっぷりの日差しを浴びておいしく育っています。利用者様に収穫をしていただき、お漬物にしたり素揚げにしたりとおやつ時間に召し上がっていただいています。甘いおやつが苦手な方も漬物だとおいしく食べられる方もいらっしゃって、水分がいつもより沢山とれます。トマトも「今年のトマトは皮がうすくて甘いよ。」と大好評です。毎日の収穫を楽しみにしています。

暑い夏、利用者様の体調管理に気をつけながら喜びの顔をたくさん見ることができるよう職員一同ぬくもりのあるケアに努めたいと思います。(情野)

## ★ ケアサポートセンターようざん中居



本格的な夏を前に、木々の緑が色濃くなってまいりました。ケアサポートセンターようざん中居では、天田農園にイチゴ狩りに行ってきました！大きく甘いイチゴを探している姿は皆さまイキイキしていらっしゃいました。職員のためにイチゴを取って下さり「これ甘いから食べてみて」と、とても楽しいひと時でした。また来年も皆でイチゴ狩りに出かけたいと思います。

おやつレクリエーションでは、料理男子が、くずもち作りやフレンチトースト作りなど行いました。味は完成してビックリ皆様笑顔が溢れだすほど美味しいと大好評でした！7月は夏祭り、バーベキューや流しそうめんなど企画も盛りだくさんなので、暑さに負けない楽しいイベントを考えていきたいと思っています。(中山)



## ★ スーパーデイようざん倉賀野



皆さんこんにちは。季節は夏ですね。暑さが、日増しに厳しくなってきましたが、皆さんいかがお過ごしですか？スーパーデイようざん倉賀野は2回目の夏を迎えました。移りゆく季節の中で、改めて私達スタッフ全員日々利用者様の笑顔に支えられていることを実感しています。利用者様との何気ない会話、ホール内での笑い声、利用者様からの「ありがとう」の言葉など、逆に私自身いつも元気を頂いています。ささやかな当たり前の日々感謝しながら、利用者様との今を大切に、職員一同明るく元気に、利用者様と過ごしています。

今月は室内での賑やかなレクリエーション始め、お誕生日会、慰問、ケアサポートセンターようざん倉賀野主催の合同バーベキューがありました。利用者様それぞれ楽しんで頂けたご様子でした。特に、農大二高の応援団の慰問では、高校生から元気をもらったと利用者様が大変喜んでいらっしゃいました。

今後も、利用者様第一に、温かみと笑顔が溢れる事業所作り邁進していきます。体調管理には十分気をつけて、利用者様と共に、暑い夏を乗り切っていきたいです。(高橋)



## ★ スーパーデイようざん飯塚第2

暑い日が続く中、皆様如何お過ごしでしょうか？我がスーパーデイようざん飯塚第二では、そんな熱気をもものともせず陽気な日々を送っています。

日差しが強く外出したくない…。だからこそ明るく元気に!!ということで、気分は南国、合言葉はアロハ、スーパーデイようざん飯塚第2ハワイアンビアガーデンの開店です♪入口は花で色鮮やかに、ホール正面には大きく「アロハ」の文字。お昼はピュッフェ形式で、流水麺、ロコモコ丼等々、様々なお料理を利用者様のお好みに召し上がって頂きました。お昼の後は、ハワイアンと言えばこれ、フラダンス!!レイを首にかけ、ハイビスカスで髪を飾り、この日の為に練習したダンスを皆で踊ります。プロの様には踊れませんが、何よりもまず楽しんで!!明るく賑やかな曲に合わせて、南国気分を楽しむことが出来ました。大成功のうちに幕を閉じたイベント。しかしこの企画は、職員の力だけでは成し得ない物でした。お昼の食材の下準備、ハイビスカスの髪飾り、ホールを彩る花の装飾、どれを取っても利用者様の力なくしては、きっと盛り上がりませんでした。

スーパーデイようざん飯塚第2では、皆で協力して物事を作るよう努めています。月に一度のイベントでも、毎日のレクリエーションでも、利用者様のご協力なくしては成立しません。料理上手な方がいらっしゃれば農作業の得意な方もいらっしゃって、それぞれ補い合って日々を過ごしています。次のイベントでは皆で何を作り上げるのか…。あなたもウチで、一緒にやり遂げませんか？(金森)



## 🌸 デイサービスブランドールようざん



すがすがしい初夏の季節になりましたが皆さんいかがお過ごしでしょうか。さてデイサービスブランドールようざんでは毎年恒例となりました「町探検」で、北小学校の児童の皆さんが来て下さいました。児童の皆さんは「どれくらいの方がここで過ごされているのか」など熱心に質問されていました。利用者様からは「何年生?」「どこから来たの?」など質問され場を和ませて下さいました。また利用者様から児童の皆さんにプレゼントがあり、とてもいい町探検になったと思います。

他には利用者様と職員でババ抜きなどをして過ごしました。



「やり方が分からないよ」と話す利用者様もいらっしゃいましたが職員がやり方を説明させて頂くと「結構簡単なんだね」と笑顔でゲームに参加して下さいました。

普段から「ここは活気があるね」「皆さんとお話しするのが楽しくてデイに行く日が楽しみなんだよ」などお褒めの言葉頂くことも度々あります。そんな活気のあるデイサービスブランドールようざんは、これから色々な企画で利用者様に楽しんで頂き、充実した日々を一緒に過ごしていきたいと思ひます。(飯塚)

## 🌸 ショートステイようざん



夏本番を目前に蒸し暑い日々が続きますね。みなさまいかがお過ごしですか?暑い日々と言えば知らぬ間に汗をたくさんかいたりして水分不足が気になりますね。特に高齢者は体内水分量が成人よりも少なくなりがちで発熱や熱中症などに要注意ですね。そこで積極的に水分摂取ができるようお茶やコーヒーなどの他に、職員お手製のゼリーを提供しております。ちゅるん!とさっぱりして喉越し良く、いつもなら嚥下が困難な利用者の方も喜んで食べて下さいます。味は抹茶、コーヒー、マスカット、グレープ、メロン、オレンジなどで、とても好評です。提供するたび「おかわりっ!」の声が多く聞かれ、あっという間になくなってしまいます。

6月8日、天気の良い日に群馬の森へ行き散策レクリエーションをしました。たくさん歩いて、中にはちょっと日焼けした方もいらっしゃいましたが、「緑がキレイだった」「疲れ

たけどたくさん歩いて気持ち良かった」「また行こうね!」とみなさん笑顔で話して下さいました。

また外でのおやつレクリエーションで、テーブルを外に出してみんなで出来たてのたこ焼きを食べました。「美味しくてつい沢山食べちゃったよ」「出来たてはうんまいやね」と普段食欲のない利用者様もたくさん召し上がったようです。

6月13日に行ったスタジオようざんでは、まず利用者さまに選んでいただいた着物で着付けをしてお化粧をしました。そしていつもよりさらに美しくなったお姿で写真を撮影させて頂きました。少し恥ずかしそうでしたが出来上がった写真を見て「どうかしら?」と「綺麗にしてくれて嬉しいわ」「うちのもんに見せなきゃだわね」と笑顔をみせて下さいました。これからも利用者様に笑顔で過ごして頂けるよう職員一同で楽しい企画を提供させていただきます。(須賀)

## ショートステイようざん並榎

雨に濡れた紫陽花の青がひときわ美しい今日この頃、皆様いかがお過ごしでしょうか。申し遅れました、今年1月からショートステイようざん並榎で働かせて頂いています岡本と申します。ようざん通信デビューさせていただき緊張のあまり何を書いてよいのか頭の中が真っ白です(・汗)介護の仕事に携わりもうすぐ5か月になります。最初は右も左もわからずオロオロするばかりで、利用者様や先輩方にはご迷惑をおかけしながらも日々勉強させていただいています。介護の仕事は学ばば学ぶほど奥が深く知れば知るほど大変な仕事だと感じています。利用者様やそのご家族の方々に笑顔がいっぱいあふれるような毎日を送っていただけるよう頑張っていきたいと思っていますのでこれからも宜しくお願い致します。さて、ショートステイようざん並榎ではパンの販売やおやつレク、職員による慰問を行いました。普段は食の細い利用者様も「おいしいねえ〜」とバクリバクリ。なかには何個もおかわりする方もいらっやって大変好評でした。面会にいらっやったご家族様もとても喜んでいらっやいました。職員で歌を披露させて頂いたところ、皆様からの拍手喝采!!「とっても良かった」「またやってくれ」等とても喜んでいただけました。6月はフォトコンテストの時期でもあり利用者様の日常を撮らせていただいた写真の数々はどれをとっても良い物ばかりでした。ホッと癒されてしまうものや、日々の疲れを吹き飛ばしてしまうような素敵な笑顔、ほのぼのとしていて心温まるものなど、いろいろな表情が写真におさまっていました。人生の大先輩に大変失礼ですがとてもかわいらしくて普段接している時にもキュッとハグをしてしまいたくなるような瞬間もあるくらい利用者様には活力を頂いている気がします。最後になりますが、本格的な夏を控えしっかり水分補給をして体調を崩されませんように皆様もお過ごしください。(岡本)



## ケアサポートセンターようざん



梅雨になり蒸し暑い季節になりましたが、みなさんいかがお過ごしでしょうか。

ケアサポートセンターようざんでは季節を感じて頂こうと浜川公園にでかけました。公園に紫陽花や菖蒲が咲いており、きれいな花とともに利用者様の笑顔も見ることができました。

次に全国ご当地料理食べつくしツアー-inようざんの報告を致します。北海道から始まり、東北、関東、北陸地方を食べつくし、中部、近畿地方に進出しました。三重県は「じゃんじゃん焼き」、愛知県は「ナポリタン」、滋賀県は「サバそうめん」、奈良県は「鳥皮豆乳スープ」をつくり、利用者様に美味しく食べて頂きました。ご当地の食事を食べることで、その場で旅行気分

を少しでも味わっていただけるのではないかと考えております。職員もこの県にはこんな食べ物があるんだ!という発見があり、それを利用者様と感じ、楽しみながら行っています。

最後に利用者様の誕生日会について報告致します。この日は利用者様のためにケーキを手作りし、誕生日をお祝いしました。飾り付けも工夫し目でも楽しんで頂ける工夫をしました。ケーキをご覧になったご本人様の最上級の笑顔で誕生日会は大成功に終わりました。これからも利用者様の笑顔を引き出すことができるイベントを実行できるよう、職員一同で努力していきたいと思っております。どうぞよろしくお願い致します。(島田)

## ケアサポートセンターようざん栗崎



暑い日が続いておりますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？ケアサポートセンターようざん栗崎では、お天気の良い日にはドライブや外気浴・散歩にも出掛けております。車中でも会話がはずみ、皆様の笑顔がなお一層増えました。6月は雨の日も多くあり梅雨のジトジトに負けないように、室内レクリエーションでボウリング大会やビーチボールホッケーなどのゲームを積極的に行っており、普段は消極的な利用者様も活動的になり楽しんで参加して頂けました。



おやつ作りも皆さんと一緒に『冷やしぜんざい』・『初夏のひんやりデザート』・『焼きおにぎり』を作りました。「おいしいよ〜」「食べるかい？」と笑顔を見せて下さいました。



母の日に引き続き、父の日には男性利用者様に職員が描いた似顔絵をプレゼントさせて頂きました。気持ちを込めて描いた、お一人お一人の似顔絵に大変喜んでいただき、私達も、とても嬉しかったです。



ご家族の皆様日々の介護、本当にお疲れさまです。利用者様が穏やかで、素敵なお顔をを見せて下さるのは、ご家族様が一生懸命介護をされていらっしゃるからだいつも思っています。私たちは、ご家族様がようざん栗崎を利用して良かったと安心して頂けるよう支援していきます。(横山)

## ナーシングホームようざん

梅雨の時期、じめじめと蒸し暑い日が続いておりますが、みな様いかがお過ごしでしょうか？ナーシングホームようざんでは、先日2日間に渡り『かき氷大会』を行いました。日々の暑さが増していく中、利用者様もご家族様も何より職員がかき氷のポスターを見て、大変心待ちにしていました。利用者様の目の前で氷を削り、シロップとトッピングを選んでいただきます。「どれにしようかな・・・」「イチゴにしようかな〜」「たくさんあって選べないなあ〜」「全部いい!!」赤・青・緑でレインボーカラーのカラフルで贅沢なかき氷など、利用者様のオリジナルかき氷の出来上がりです♪利用者様もご家族様も職員も「美味しい♪美味しい♪」と大盛況の『かき氷大会』となりました!



またナーシングホームようざんでは、ミニ菜園でナス・ミニトマト・きゅうり・大葉を栽培しています。先日、初物のきゅうりとナスが実り、利用者様と収穫しました。今、それぞれの苗木に野菜が実っており、これからの収穫がますます楽しみです!これから梅雨が明け、より一層暑さが増していきますが、利用者様と共に楽しく暑い夏を乗り切っていきたいと思えます。(小野関)



## ケアサポートセンターようざん貝沢



季節は夏となりましたが、皆さま元気にお過ごしでしょうか？  
思えば介護未経験の私は3年前の7月に期待と不安を胸に  
ようざんへ入職し、長いような短いようなあっという間に介護  
福祉士の勉強が始まる年となりました、新入職員を教育する  
立場にもなり「私もこんな頃があったんだな」と懐かしく思い  
返したり、社会人として責任感を持つ事の大切さを実感し、毎日  
充実した日々を送っています。

さて、6月のようざん貝沢では春に植えた小さな野菜の苗が  
スクスク成長し、今では立派なナスやキュウリが収穫出来る様に

なってきました。利用者様との日々の手入れの賜物だと思って  
います。室内には折紙のアサガオを飾り、これから本番となる  
夏らしい季節感を出しました。それから先月の母の日に引き  
続き、父の日にはアジサイの壁掛けをプレゼントさせて頂き  
ました。皆様とても喜んで下さって感無量です！制作好きな  
私は、これからの8月に向けてヒマワリの制作も利用者様と  
職員で協力し始めたいと思っています。これから暑い日が続く  
ので、自身はもちろん利用者様の体調管理に気を配り、過ご  
して行きたいと思います。(高橋)

## ケアサポートセンターようざん飯塚



梅雨時期に雨量も少なく、季節に合わない暑さも続く中、ケア  
サポートセンターようざん飯塚では、畑にナス、ミニトマト、きゅう  
り、トウモロコシと野菜の苗を植え、利用者様と水を与えては  
成長を見守り、収穫を待ち望み観賞を楽しんでいます。

ユニットでのスイーツレクリエーションでは、手作りの羊羹と  
チーズケーキ、フルーツパフェを利用者様に召し上がって頂き、  
「まあキレイ」「美味しい」と笑顔で答えて下さいました。一名の  
男性利用者様が一言代表で言わせて頂きますと立ち上がり、  
「この様な機会を忙しい中、作ってくれて本当に有難い実には美味し  
かった。」 普段口数の少ない利用者様の言葉に感動と感謝の意を  
忘れず、美味しい物作りをこれからも目指して行きたいと思ひます。

6月もイベント盛り沢山で、今日は何かあるかと楽しみに聞か  
れる利用者様の声に、定番の鈴木グループ様、石黒グループ様の  
フラダンスやオカリナ鑑賞、ハーモニカ奏者の坂正昭様に、懐か  
しい歌謡曲の歌集を頂き、利用者様、職員も熱唱し盛り上がりは  
最高でした。製作として、七夕の短冊作り。折り紙を使って取り組  
まれ飾り物にも品揃えを増やし、利用者様の笑顔絶えないユニッ  
トを目標に職員一同努力していきたく思います。(早川)



## ケアサポートセンターようざん小埜



梅雨明けも間近になりましたが、皆様いかがお過ごしですか。ケアサポートセンターようざん小埜ではそんなジメジメした暑さも吹き飛ばすくらいのイベントを行いました。その名も「旨いカレーは俺がつくる!!」ケアサポートセンターようざん小埜の岡沢所長がシェフとなり、お客様に手作りカレーを提供させて頂きました。下ごしらえは利用者様と一緒にいき、岡沢シェフが調理する。利用者様と職員と一緒に楽しめるイベントとなりました。普段とは違ったメニューに利用者様からは「今日のカレーは一味違って美味しいね!」などのお声を頂き、とても好評

でした。そして6月21日(日)は父の日ということで男性利用者様に職員の手作りメッセージカードとプレゼントをお渡ししてケーキを召し上げて頂きました。

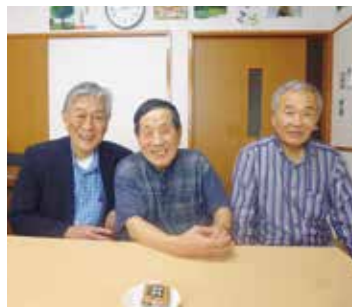
7月は七夕です。ようざん小埜では利用者様と一緒に織姫と彦星の制作や、和紙を色鮮やかに染めアサガオを作りました。他にも素敵な飾りを制作中です。

これから夏本番です。水分摂取を心掛け、熱中症対策を徹底し、安全で楽しい環境を職員一丸となって作っていきたく思います。(中村)

## ケアサポートセンターようざん倉賀野

みなさん、こんにちは!この季節特有のジメジメした気候が続いて、気分も沈み気味になります。適度な運動、水分摂取、十分な睡眠でこの夏も乗り切りましょう。

最近、ふと「介護」ってなんだろう??と考えることがあります。オンライン百科事典のウィキペディアには「障害者の生活支援をすること。あるいは高齢者・病人などを介抱し世話をすること。」と。この世界に入ってはや10年。まさか自分がこの職に就くとは微塵も思っておらず、むしろ、この職にだけは就くまいと思っていたくらいです。母が祖母を介護していた記憶が頭から離れず、中学生から高校生にかけての自分にとっては「汚い」「大変」「なんで解らないの?」とネガティブなことばかりでした。最期は病院で息をひきとりましたが、母が世話をしていると「〇〇ありがとうね」と、たまに来る娘だと思っていたのかもしれないが、それを聞いた母が涙ぐんでいる姿を目の当たりにし、「こんなにしてるのに、なぜ?解ってくれてないんだろう?」という思いでいっぱいでした。後に母にその時のことを聞いてみると、「そんなことあったっけ?」と意外にもケロツとしていました。今思えば“こんなに”とか“してあげている”というふうには思っていなかったのかもしれませんが、母はただ寄り添っていたのだと思います。それが在宅での介護を続けることができた秘訣かもしれません。自分の考え方が浅はかだったことに気づかされました。(次号に続く)※写真は農大二高の応援団の慰問、ご家族のご訪問、買い物レクリエーション等です。さらに、利用者様やご家族が『ホッ』とできる時間・空間が持つことができ、笑顔がたくさん見ることができるよう努めてまいります。(岡崎)



## ケアサポートセンターようざん双葉



梅雨明けの待ち遠しい季節となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。ケアサポートセンターようざん双葉では、じめじめした気候も吹き飛ばす勢いで、利用者様職員ともども元気によく陽気に過ごしております。

暑さ対策として水分も必要ですが、普段なかなか水分を摂って頂けない利用者様にも、様々な飲み物を提供して飲んで頂ける様工夫して体調管理に努めています。「手が空いたら、冷たいのね!」「これ美味しいね!ごごく飲めるよ!」「外は暑くてもやっぱり熱いお茶は美味しいね」「美味しいコーヒーが飲みたいわ。甘くしないでね」「アップルティープリ〜ズ」「いつものー!」

水分補給を単に「体調管理の為」とせず「楽しみながら水分を摂る」をモットーに、職員も一緒に水分を摂り、利用者様との関わりを楽しんでいます。

また、皆さん身体を動かすことに積極的で、集団体操や個別での運動に真剣に取り組んでいらっしゃいます。体操を始めると、他の方々もやる気が出てきて活気に満ち溢れています。日曜日にはおやつレクリエーションとしてかき氷や寒天を使ったわらび餅作りなど涼を味わい、この季節を楽しんでいます。これから暑くなりますが、ようざん双葉により一層笑顔があふれるように努めてまいります。(大塚)

## ケアサポートセンターようざん並榎



梅雨空が続いてうとうとい今日この頃です。ケアサポートセンターようざん並榎の利用者様には束の間の雨上がりを利用して、外気浴を楽しんで頂いています。

「紫陽花の季節だね」「やっぱり外はいいね。清々しいよ。」「トマトやナスが瑞々しいね」外に出るたびに英気を養っているご様子です。6月より新しくケアサポートセンターようざん並榎をご利用いただく事になった利用者様が餃子作りの名人という事で早速、手作り餃子パーティーを企画しました。名人の利用者様が指南役で「ニラはうんと細かく切って」「白菜は塩でもんで水洗いしよく絞って。」「具材はこうしてよく練り込んで」と昔取った杵柄で指示

は的確、皆で協力し合いみごと100個の餃子が完成致しました。焼き上がった餃子に「さすがプロの味は違うね」「包み方がいいね」「買ったものより美味しいね」と口々に賞賛の声があがりました。指南役の利用者様も「久しぶりに作って疲れたけど喜んでもらえて良かった」とほっとされていました。数日後の、通貨イベントでも100個の注文に対応し合計200個も作りました。皆で和気あいあいと楽しい一時をもつことができた事が一番の収穫となりました。これからも、利用者様が主役の企画を計画し、たくさんの笑顔を頂けるよう努力したいと思います。(市川)

## 居宅介護支援事業所ようざん

ようざん通信が皆様のお手元に届くころには梅雨も明けているでしょうか?(例年ですと7月20日ごろが梅雨明けのようです。)梅雨が明ければ、本格的な夏がやってきます。気温が上がってくると脱水症になりやすくなります。

脱水症とは単なる水分の不足ではなく、カラダにとって不可欠な体液が不足した状態です。体液が不足すると神経や筋肉に悪い影響が出てきて、脚がつったり、しびれや脱力が起こったりします。特に高齢者は、発汗による体温調節がうまくいかず脱水症を起こしやすくなります。脱水症の症状が出る前に対策をとっていくことが必要です。

脱水症になっているかどうかの判断の目安として、「べた」「だる」「ふら」「いた」があります。「べた」は、首筋などがべたべたしてくること、「だる」は、なんとなく見た感じで元気がない、食欲が減退していると感じられるときです。「ふら」は、めまいや立ちくらみ、少しふらふらしているように見えることです。「いた」は、足がつったり、頭痛が現れたりしている状態のこと。いずれの場合も、単なる水ではなくスポーツドリンクなど、体液と同じ成分が入っているものを取りましょう。脱水症に注意し水分や食事をしっかりとって、この暑い時期を乗り切りましょう!(阿部)

# ケアサポートセンターようざん

# 事業所案内

所在地	提供サービス	事業所名	電話番号	FAX
高崎市 上並榎町 1180	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん	027-386-6643	027-387-0310
	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん並榎	027-386-5843	027-387-0310
	認知症対応型デイサービス	スーパーデイようざん	027-362-0300	027-362-0036
	グループホーム	グループホームようざん	027-362-0300	027-362-0036
	居宅介護支援事業所	居宅介護支援事業所ようざん	027-329-5443	027-362-0036
	デイサービス	デイサービスようざん並榎	027-362-4373	027-329-6648
	ショートステイ	ショートステイようざん並榎	027-329-6643	027-329-6648
	請求事務	本部事務所	027-362-0300	027-362-0036
高崎市栗崎町 141-1	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん栗崎	027-353-4393	027-353-4392
	認知症対応型デイサービス	スーパーデイようざん栗崎	027-350-9981	027-353-4392
	ショートステイ	ショートステイようざん	027-386-8643	027-386-8644
	居宅介護支援事業所	居宅介護支援事業所ようざん栗崎	027-381-8283	027-386-8644
高崎市貝沢町 1492-1	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん貝沢	027-386-5043	027-386-5044
	認知症対応型デイサービス	スーパーデイようざん貝沢	027-386-5143	027-386-5044
高崎市双葉町 22-9	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん双葉	027-386-9943	027-386-9843
	認知症対応型デイサービス	スーパーデイようざん双葉	027-386-9743	027-386-9843
高崎市石原町 4516-1	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん石原	027-381-6743	027-381-6943
	認知症対応型デイサービス	スーパーデイようざん石原	027-381-6843	027-381-6943
高崎市飯塚町 1030-1	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん飯塚	027-381-6812	027-381-6544
	認知症対応型デイサービス	スーパーデイようざん飯塚第2	027-381-6813	027-381-6544
	グループホーム	グループホームようざん飯塚	027-381-6543	027-381-6544
	定期巡回・随時対応型訪問介護	キュアステーションようざん	027-381-6136	027-381-6294
	デイサービス	デイサービス プランドールようざん	027-381-6429	027-381-6294
	サービス付高齢者住宅	ナーシングホームようざん	027-381-6457	027-381-6294
高崎市飯塚町 1311-6	訪問看護	ナースステーションようざん	027-370-4355	027-370-4358
高崎市倉賀野町 2191-1	グループホーム	グループホームようざん倉賀野	027-329-5743	027-329-5843
	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん倉賀野	027-387-0043	027-387-0343
	認知症対応型デイサービス	スーパーデイようざん倉賀野	027-387-0243	027-387-0343
高崎市上中居町 557-2	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん中居	027-386-8043	027-386-8143
	認知症対応型デイサービス	スーパーデイようざん中居	027-386-8243	027-386-8143
高崎市上小埜町 1052	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん小埜	027-386-4343	027-386-4443
	認知症対応型デイサービス	スーパーデイようざん小埜	027-386-4143	027-386-4443
	配食サービス	配食センターぽから小埜	027-386-4844	027-386-4443
高崎市綿貫町 750-1	デイサービス	デイサービスぽから	027-386-5776	027-381-6043
	訪問介護	訪問介護ぽから	027-386-5775	027-381-6043
	配食サービス	配食センターぽから	027-386-5778	027-381-6043
高崎市八幡町 768-1	特別養護老人ホーム	アングアンテ	027-395-7077	027-395-7078
	ショートステイ	アングアンテ	027-395-7077	027-395-7078

お問い合わせは、  
右記フリーダイヤルまで

ようざんで老後良い  
 0120-43-6541