

まんさく

第281号

発行

特別養護老人ホーム光寿苑
まんさく編集委員会
和賀郡西和賀町湯本30-76-1
TEL 0197-84-2526
koujhu@fancy.ocn.ne.jp
題字 元理事長 太田 祖 電

業者さんの出入り困難な時は職員が理容師さんに変身♪

☆2～3頁★

- * 目標「総括課」
- * 目標「ひなたぼっこ」

☆4頁★

- * 「今生より往く」
- * 苑内研修「認知症対応」

☆5頁★

- * 想…「災害を捉える」

☆6頁★

- * 地域密着型事業紹介
- * 寄附・寄贈 ご紹介

☆7頁★

- * 「元気です！家族会」
- * 「光寿苑のかお」

☆8頁★

- * 「光寿苑の日々」(4コマ漫画)
- * 「自然法爾」(お寺さんのお話)
- * 「おわりに」

令和4年度の光寿会全体のテーマは「続・知る」

【在宅】「①居宅支援・企画部門」⇒『総括課』 ☆細川 浩☆

2021年度下半期のイメージ	テーマ	現状を理解する	
	理想半期	目標 ①	目標 ②
		非常事態に対応できる。	入居者・家族・職員の相互理解
具体的な取り組み (いつ、何を、どのように)	①備蓄品の点検整理 ⇒既存の備蓄品確認等整理のもと、今後必要とされる物品の検討と準備に取り掛かる。 ③防災訓練(夜間訓練含む)実施・参加 ⇒訓練の分散化(部分訓練)に参加者の増員をはかる。	①入居者の思いを察する。 ②家族の声に耳を傾けながら、お年寄りに接する。 ③家族会活動の継続	



令和3年度を振り返って	法人キーワードに対して	事業を行う上で、今までの積み重ねと合わせ、現況と確認をしながら取り組みができた。	
	テーマに対して	入居者家族など、人と人との繋がりについての相互理解を持つための機会を持つことが中々できなかった。	
	各目標等に対して	【目標①】『非常事態に対応』 ※防災委員会を通して、備蓄品の確認等、整理に掛かる事ができた。 ※防災訓練については、総合訓練のみにこだわらず、訓練の分散(部分訓練の実施)により、これまでより多くの参加をしてもらえた。 【目標②】『入居者・家族・施設の相互理解』 ※コロナ禍での生活を振り返ると、感染予防が最優先となり、人と人との相互理解を得る機会を持てなかった。	



法人キーワード		令和4年度共通のキーワードは『続・知る』	
令和4年度上半期のイメージ	テーマ	各部署のことを知る。理解する。	
	理想半期	目標 ①	目標 ②
		防災意識を高める。	入居者・家族・施設(職員)の相互理解
具体的な取り組み (いつ、何を、どのように)	①消防計画を部署・職員で共有する。 ②防災訓練への参加者を増やし、防災の意識向上を図る。 ⇒部分訓練・夜間訓練・総合訓練の実施〔6月～3月〕 ③「心の防災研修」開催により、個々の意識の向上を図る。 ⇒外部専門講師〔10月〕	①入居者・家族等の想いを察する。 ②家族会活動の継続『事業推進』 〔コロナ禍2カ年は主だった活動がほとんど中止となっていたため、今年度は試行錯誤をしながら実施していきたい〕	

全体テーマを基に各部署で目標設定しております

【在宅】「②地域密着型部門(ひなたぼっこ・湖畔の宿)」 ☆刈田光太☆

令和3年度下半期のイメージ	テーマ	日々変わっていくお年寄りの状態の変化を知る。	
	理想像	目標 ①	目標 ②
		上半期の目標を踏まえ、感情や変化を読み取ったうえで、お年寄りとどのように関わっていけばよいか考え、実践していく。	サロン・お茶会の内容の充実。
具体的な取組み (いつ、何を、どのように)	<ul style="list-style-type: none"> ・職員間でお年寄りの変化を共有していく。 ・お年寄りの希望を実現できるよう努める。(例：自宅の様子を見に行きたい等。どのように対応するか検討する。) ・家族からの情報や職員の気づきを誰が見ても分かる記録の取り方。(継続) 	<ul style="list-style-type: none"> ◎感染症対策をとったうえで ・町内巡りのバス旅行(お茶会) ・季節を感じて頂ける作品作り(お茶会) ・コロナ禍で隣近所との交流が減っている為、お茶会やサロンを通して交流を深めていただく。(お茶会・サロン) ・身体機能低下を防ぐ為、西和賀ご当地体操やゴルフを取り入れ体を動かす。(サロン) 	



令和3年度を振り返って	法人キーワードに対して	・お年寄りからの希望は職員間で共有検討し、実現する事が出来た。
	テーマに対して	・職員の気づきを共有し、次のケアに活かすことが出来た。
	各目標等に対して	<ul style="list-style-type: none"> ・お年寄りからの買い物の依頼は希望通り出来たが、外出(買い物や外食)はコロナのために実現出来なかった。 ・今まで以上に具体的な内容の記録の取り方により、お年寄りの状態を把握する事が出来た。 ・コロナにより近所でのお茶飲みが減っている中、サロンやお茶会を通して楽しんでいただけた。 ・町内巡りのバス旅行や作品作りはメンバーの方々から喜んでいただけた。



法人キーワード	令和4年度共通のキーワードは『続・知る』		
令和4年度上半期のイメージ	テーマ	地域を知る	
	理想像	目標 ①	目標 ②
		地域住人との交流を深め、情報を得ていく。	サロン・お茶会の内容の充実(令和3年度から継続)
具体的な取組み (いつ、何を、どのように)	<ul style="list-style-type: none"> ①地域行事へ積極的に参加していく。(防災訓練等) ②サロンやお茶会で発信された情報を収集し、地域へ出向いていく。 ③近隣住人への明るい挨拶を心掛けていく。 	<ul style="list-style-type: none"> ①感染症対策をとったうえで ・バス旅行〔お茶会〕 ・季節を感じていただける作品作り〔お茶会〕 ・身体機能低下を防ぐ為、西和賀ご当地体操やゴルフを取り入れ体を動かしていく〔サロン〕 ・コロナ禍で隣近所との交流が減っている為、お茶会やサロンを通して交流を深めていただく〔お茶会・サロン〕 <p>【令和3年度から継続】</p>	



藤原 テツ さん【95歳】

湯の町(ユニット)で過ごした時間は短いですが、意志の強い方で存在感がありました。ほとんど声を聞く事は晩年少なくなっていますが、極まれに、「あはあ〜(お母さん)」という声と、時折見せて下さる極上の笑顔！忘れられません。ありがとうございました。

〈担当・北島真理、小林幸子、高橋昭子〉

シャイで居てズバツと言うギャップに♡

『今生より往く』

苑内研修

認知症対応

【令和4年9月5日、6日】

町内事業所協同の小中学校で実施している「介護の魅力を伝える演劇」を鑑賞しながら、認知症対応を改めて想像と創造をする時間としました。その後、「介護のポジティブ5K」を出し合う明るい時間となりました♪



☐ 研修で出たポジティブ5Kを一部披露 ☐

① ころこめて

② くんこうに

③ ふうして

④ ざんぞう

⑤ かみやすく

☞【調理作】

読む方向 →

① ういゆえん

② っこうたのしい

③ らしやすく

④ ずながあるよ

⑤ んどうと

☞【介護作】

想

災害を捉える ～北海道から発信します⑤～

『うぬぼれ続ける私に気づくことの大切さ』 寺澤三郎 さん

光寿会理事長と大学時代の同期生。災害の根本には人間の煩惱が関わっている。そのような視点を踏まえてこのコーナーをご依頼しております。この度、5度目のご発信です(^_^)

天災・人災に襲われ続ける時代にあって思い通りにならない世を生きる視点

うぬぼれ続ける私に
気づくことの大切さ

うぬぼれが木の上からポタンと落ちた。
そのうぬぼれは、いつの間にかまた、木の上に登っている

これは私が、いつも大切にしている言葉です。

一日が始まる前、私は僧侶なので本堂で仏様に手を合わせます。すると、欲望に振り回されたり、自分が正しいと思いつんで間違いを犯したりする煩惱いっぱいな私の姿を指摘するような仏様の声、心の中に聞こえてきます。朝、うぬぼれている私の鼻をポキンと折られる感じがします。

一日の終わる夜、本堂で仏様に手を合わせます。

すると、朝、仏様に指摘されたにも関わらず、欲望にあふれて自分を省みない生活を一日送ってきた私の姿や心を仏様から教えます。

その時、今日出会った人たちに

自分の思いや考えを押しつけて、相手の声や心をきくと聞かずに過ごしてきた自分中心の私の実相が仏様によってあぶり出されるのです。ポキンと折られたはずの私のうぬぼれの鼻は、いつの間にか元の場所に戻っているのではないかと、そこでハッとしたり、啞然としたり、恥ずかしくなったりと、様々な感情が去来します。

そのような日暮しを繰り返してばかりの私なのですが、一方で、そのうぬぼれの姿を教えられ省みながらリススタートしていく生活は、とても水々しく豊かな時間にもなっています。

それが仏教の教えを聞いていく開法上の生活です。

僧侶でなくとも、仏教の教えを聞かずに、一日の日暮らして、今の私の姿を教えられ、省みながら生活することはとても大切なことなのです。

なぜなら、それが様々な気づきとなるからです。さらに、自身の生活や人との間柄を見つめたり、丁寧に生きていく道しるべ、つま

り「道」となるからです。

朝に夕にふと立ち止まり、ご自身の姿を見つめていく時間を持つ生活はいかかですか。

朝、うぬぼれが木の上からポタンと落ちますか、夕方には、その落ちたはずのうぬぼれがいつの間にかまた、木の上に登っている。ご自身上に気づくかも知れません。

このように、自分に「ハッ」とする日暮らしを共に送る大切さを、目を背けたくなるような天災・人災に襲われ続ける時代にあって考えさせられている。

今回もまた、私日暮らしの中の実相から書かせて頂きました。(続)

いよいよ次回、最終稿(予定)となります。お楽しみに！



サブロー氏

お寺で音楽ライブもしながら、寄りやすいお寺を創造する

今月の登録者の方々
13 名 様です♪

小規模多機能ホーム「ひなたぼっこ」
住宅型有料老人ホーム「湖畔の宿」

まだまだ暑い日続きますね … 「ひなたぼっこの日常」



2022/08/18 14:24



2022/08/21 13:44



2022/08/21 09:48



2022/08/21 09:45

右上：日常のレクより 左上：盆太鼓で夏祭り気分を♪ 下2枚：お茶会にて「金魚鉢作り」

おかげさまでした



職員も募集中ですからね〜(〜)♪

寄 贈

- ★ 匿名 様 [西和賀町]
- ★ おおしま商店様 [湯本]
- ☆ 高橋ちづ子様 [下前]
- ☆ 高橋美智子様 [上野々]
- ☆ 伊藤賢一様 [上野々]
- ☆ 谷口祐子様 [川尻]
- ☆ 高橋光子様 [新町]
- ☆ 佐々木里子様 [北上市]
- ☆ 佐々木正様 [北上市]
- ☆ 高橋津子様 [北上市]
- ☆ 三上正様 [盛岡市]
- ☆ 有馬正興様 [仙台市]
- ☆ 高橋純様 [神奈川県]

面会・外出

(8月1日～31日)

【★面会】… 家族等
対面 延べ15組 (31名)
窓越し 延べ 8組
オンライン 延べ 2組

【★外出】… 1家族

★=光寿苑、☆=ひなたぼっこ

光寿会へのご支援

第106回

第106回目は、今年度より新しく家族会地域役員になられました高橋敏子さんより 一筆頂きました。それではどうぞ (^ ^)

元気です！家族会♪

母と私の思い出

私は三人姉妹の長女で生まれ、時を経て、父母と一緒に暮らす事になりました。結婚して二人の娘に恵まれました。初めての娘に会うまでは大変な苦労がありました。普通お産は初産で生まれますが、早産の次で生まれ、体重が1.250gと小さい未熟児で保育器に2ヶ月も入りました。私だけ退院し、週に2回病院に出向き、娘の入っている保育器



お母様の百歳お祝いの時の記念写真【左上：高橋敏子さん】

喜んで見てくれたので安心していただけです。

△続く△

を遠目から2ヶ月半も見続けました。体重が2.7kgまで大きくなり、ようやく私の手元で抱く事ができ、嬉しくて胸いっぱいだった事思い出します。夫と二人で娘を抱き喜びあいました。父母にとっても初めての孫であり、とても喜んでくれて、いつも側に置いて見てくれていました。私は仕事をしていたので、保育所の送り迎えは母に頼み、お願いしていたものでした。若い頃の母は体力もあり、畑や田んぼの仕事もこなしながら、加えて孫のことまで任せきりでした。喜んで見てくれたので安心していただけです。

光寿苑のかお

【入居者紹介】



熊澤ミヨさん

女西和賀出身、大正生まれの母心豊かな方♡
《担当・佐藤俊子》



どちらもご家族といっしょの時の大切なショット！大好きな人たちと笑顔が自然に♡

母は、とにかく良く稼いで、何でも手早くやる人でした。昔、野菜づくりで賞を獲得して新聞にも載ったんです。そして、盛岡の朝市にも作った野菜を持って行って。近所の人たちには、野菜づくりの先生"なんて呼ばれてね。息子の弁当なんかも、彩り良く考えて作ってくれました♡と娘さん談。シャキシャキと働くミヨさんの姿が目に浮かびますね。また、家族想いの母心も健在のミヨさん。これから宜しくお願いします。(俊)

光寿会の日々 281号



優勝旗かっついに

白河の関を越えた

8月22日、甲子園球場で

開催された高校野球・夏の選手権大会決勝戦で、仙台育英高校が優勝！東北は歓喜に沸いた。新聞は、「優勝旗かっついに白河の関を越えた」と書き、テレビは、「白河の関」に近くにさしかかる新幹線車中の選手たちの様子を放映して栄誉をたたえた。

「白河以北」という時代が来た感も飛び交った。

秋風が吹く白河の関
能因法師
白河の関は、平安朝の大和かよにとっては

第80回 丸田善明 自然法爾 「じねんほうに」

「異境」を隔つ関門で、非日常の郷愁を誘う「歌枕」の入口だった。その一方で、産金などの豊かな天然資源を巡って権力者の野心をくすぐる地帯だったので、鎌倉以後、頼朝や秀吉の蹂躞を許してからは彼らの植民地となり、「白河以北、一山百文」となると揶揄され、いわれよりのない差別を受けるようになる。マツいに白河の関を越えた」というフレーズには、このような「みちのくの人」の苦渋の歴史への共感がある。盛岡出身の平民宰相・原敬は「一山」と号したが、これは「一山百文」から来たというのには有名な話である。反骨の政治家だった。

おわりに

イラスト：1000
20年以上前、東京の廃墟村に1人住んでいたおじいさんに、取材班が「長生き秘訣は？」と尋ねた時、「長生きしたりのいう心を捨てることだ」と言い放った場面を思い出した。長く生きて、余計な邪見がうすれ、「あるがまま」を真実と見做す目で見えらるるのか... Yさんにそう感じる。

※好き嫌いが、相手の言葉も純粋と見ない私