

# 里だより

No.397

令和7年2月1日

一発行一

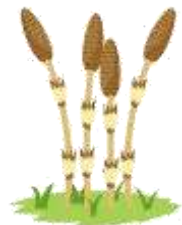
菊池郡大津町平川400番地

社会福祉法人 清和会

つくしの里

TEL 096-293-1550

FAX 096-293-1579



## クリスマス会



行事予定・  
ありがとうございます・  
編集後記……………7

サービス向上委員会より……………6

行事報告……………5

職員より・事務局より……………4

主任より……………3

サビ管より……………2

施設長より……………1



二月号もくじ

(ページ)



つくしの里 ホームページ

<http://www.tsukushinosato.or.jp>



## 施設長より

熱



昨年末にインフルエンザが流行し、ご家族の皆様には大変ご心配をおかけしました。全国的にインフルエンザが猛威を振るい、日頃から感染対策はしているものの、ひとたび発症者が出るとその感染力の強さに驚かされました。年末でしたので、開いている病院や休日当番医を探しての受診と、受診先も多くの患者さんが来院されていて、受付をしても何時に診察されるかわからない状況でした。一月初旬には、インフルエンザB型の感染確認のニュースも流れ、四月頃までは十分注意しなければならぬようです。また、病院によっては、コロナの院内感染の情報も入り、様々な感染症への対応が引き続き必要なことを思い知らされる年末年始でした。

さて、現在は次年度の事業計画を作成している真っ最中です。新しいものにチャレンジする姿勢も大切ですが、まずは今年度の振り返りをきちんとして、反省するべきところは反省して、次に進みたいと思います。反省や見直しが必要なのは山積しています。ただ出来ていないからと項垂れるより、出来るところを探す姿勢や振る舞いが周りを鼓舞するのかもしれない。これは、施設長の立場も、入職一年目の立場も変わりではなく、自分の姿勢が自分にも他人にも影響すると思っています。これまで本誌の『職員より』にあるように（私より）若いスタッフが「〇〇をしたい！」「〇〇にチャレンジ中です！」と目標を持って、普段からハツラツとしていると、見ているこちらまで

パワーをもらった感じがします。利用者さんからも同様で、ニーズの達成に近づいたり達成できたりすると、利用者さんだけでなく、私たちの自信や実績につながります。他者から見たらニーズには大小様々あるかもしれませんが、利用者さんには一つひとつ大切なものであることを理解し、日常の生活に繋げなければなりません。

以前、菊陽町にあった紡績工場の入り口の大きな看板に『熱意無くして成し遂げられた偉業は未だかつて一つもない（エマールソン）』とあったのを思い出します。おそらくご存じの方は私より上の世代の方々だと思います。熱意の表出の仕方は人それぞれだと思いますが、その熱は適切な方向に向けられているか、安全な熱なのかを確認していきます。

今年は、数年前より注目を浴びている二〇二五年問題と云われている年です。団塊の世代が七十五歳以上の後期高齢者となり、実労働者の減少や社会保障費への影響も大きくなるといわれています。必然と介護・医療の場面にも定年延長の波が押し寄せているのかもしれませんが、『福祉は人（人材・人財）』。今年も人材確保・人材育成に熱を注ぐ年になりそうです。



施設長 松永一博

## サビ管より

### 防災とは



阪神淡路大震災から三十年となった一月十七日、テレビでも当時の映像や防災に関する内容が大きく取り上げられています。多くの建物が倒壊し、高速道路は横たわり、火災によって一面が焼け野原になっている中、呆然と立ちすくむ方々の映像を見て、熊本地震当時の様子が重なり、思い返していました。

前震となった四月十四日、仕事を終え、帰宅途中に益城町のコンビニに立ち寄っていました。何となく変な雰囲気を感じる少しずつ地鳴りが聞こえ始め、陳列された商品が棚から落ちだし、地震と認識したと同時に、激しい揺れに見舞われました。まるで機械で振り回されているかのような、そんな感覚だったことを思い出します。

外に出ても灯りはなく、あちこちから人の叫び声が聞こえ、車で移動しようとしてもアスファルトは隆起し、橋は崩れ落ち、道は理解不能な段差ばかりでした。どこを通り移動したのか、はつきり覚えていません。ただ、別世界となった付近の景色に自分が負けてはならないと「落ち着け」といった言葉を言い聞かせながら運転していたこと、自然災害の脅威に押しつぶされそうな気持ちになっていたことを覚えています。

当時もそうでしたが、大きな地震はスマホで事前に知らせてくれます。つい先日も日向灘での地震を知らせてくれました。

わずかな時間なのかもしれませんが、身を守るために構えることは出来ます。

もし家にいたら、運転中だったら、仕事だったら…等々、自分の日常を想像し、イメージしておくこと、このわずかな時間に何をすべきか、何をするのか考え、必要な物を準備しておくこと、防災意識を高め、備えるとはこのようなことかと思えます。

毎日毎日、防災について考えることは出来ません。だからこそ、過去に災害が起きた日や防災訓練などを通じ、シミュレーションを繰り返す事、または実践してみる事が大事だと思います。

年が明け、区のどんどやに利用者さんと共に参加してきました。地域の方もご高齢の方々が多くなり、五年、十年前とは明らかに人数も少なくなっています。直前の初会において、防災に関する話があった流れもあり、「南海トラフの地震が起きたらこの辺はどうなるだろうかなあ」「誘導係となつとるけど、もう誘導される側になるわなあ」と笑いながら話されました。

ここ三十年の内に震度七を超える大地震が起きる可能性が八〇パーセント。驚異的な数字であり間違いなくあると捉えた方がいいのかもしれませんが。そんな自然災害に太刀打ちすることはありませんが、地域とのつながり、人と人のつながりがあれば、協力して助け合う事はできます。防災において最も重要な基盤であると感じました。

支援課長 今田 有哉

## 主任より

### 感情



以前読んだ本の中で題名は忘れましたが「感情はゴミ」というような本がありました。その頃はあまりピンときていませんでしたが、最近は何か物事に取り組む上で「感情」は必要ないなとつくづく感じるようになりました。「感情」に身をまかせてしまうと本来の目的を見失う事になり、後悔する事が多くなります。

そのように感じるようになった要因としては、筋トレに取り組むようになってからです。やっぱり筋トレは、五年間続けているのも辛いし、やりたくないと思う事も頻繁にあります。休みの日は、今日は家でゴロゴロのんびり出来たら最高だなと思うのですが、その感情に左右されてしまうと自身が立てた目標や目的を見失う事になってしまいます。又、もし感情に負けてダラダラ過ごしたとしても何も成果として残りませんし、無駄な時間の使い方になってしまいます。一日終わってから「一日中、何をやっていったんだろう」という背徳感が残るだけです。

仕事をする上でも同様だと思います。やりたくない、めんどくさい、なんで自分が、楽をしたい、良く思われたいといった感情が巡っていき、その感情が原因で仕事の無駄が増えていきます。感情に流されていると本来の目的から離れてしまい、どんな目標も達成する事は困難になってしまいます。何故仕事をする必要があるのか、仕事をする目的と目標を明確にしておく事で「感情」に左右される事が少なくなると思います。

目的や目標は、世に言われているようなきれいごとではなく、本当に自身が納得できるものでないと意味がありません。以前の私は「良く思われたい」という感情に左右される事が多かったと思います。他者に良く思われるためには無理をしたり、偽ったりする必要があり、他者を気にして生きていくのはとても大変です。又、自身の評価を他者に委ねてしまう事になってしまい、常に周囲の評価が気になり、心穏やかではなくなります。それこそ「感情」に振り回されてしまう事になり、悪循環となっていくます。自分自身の評価は自分にしか出来ません。最近「良く思われたい」という感情から解放され、大分生きやすくなりました。無理に背伸びせず淡々と目的、目標に向かって生きていく事はとてもシンプルで効果的だと感じています。

「感情」を捨てる事は決してロボットのようになるという事ではありません。自分自身の「感情」に振り回される事なく、コントロールしてより効果的な働きを生むという事です。

感情といっても「怒り」や「悲しみ」と言った負の感情もありますが、「喜び」等の良い感情もあります。目的、目標を効率よく達成する為には両者ともに不必要という事になりますが、「感情」自体が娯楽である事を理解し、娯楽として楽しんでいけるようになる事が必要だと本には書かれていました。私も自分自身の人生の目的、目標を達成出来るように日々筋肉も内面も成長していければと思います。

主任支援員 平田雄一

## 職員より



12月に、意思決定支援の研修会に参加させていただきました。つくしの里に入職し8年が経ちますが、私自身、日常業務においては、つい慣れ親しんだ方法や手法に依存しがちでした。しかし、講師の方が述べた「固定概念にとらわれず、柔軟な発想で問題解決に臨むこと」とのお言葉を聞き、利用者一人ひとりのニーズに応じたサービスを提供するためには、常に新しい視点を持ち続ける事が大事であると痛感しました。

また、「利用者の声を直接聞く」というアプローチが必須である事を再認識しました。これまでは、支援者の考えや経験を基に支援を行っていましたが、利用者の方々が本当に求めているものは何かを理解する事が大切であると強く思いました。

これからも、利用者の方々が自由に物事を選択できる環境作りに貢献できるよう、精進していきます。  
(支援員 井)

私には長年してみたい事がありました。それは美容の勉強です。今年度ようやくその一歩を踏み出しました。したかった事に挑戦できていることがとても嬉しいですし、常に目標があるので刺激的な毎日を送っています。勉強を始める前は自分の満足のためにと思っていました。勉強を進めて行く中で色々な方の話を聞く機会もあり、そこから刺激を受け、最近では利用者さんのためにしたいと考えるようになりました。実技もあるので練習もします。細かな作業や長時間の集中力が必要で、自分の不器用さ、集中力の無さに打ちのめされますが「いつか利用者さんにしてあげたい！」の一心で練習を頑張っています。今の目標は「私の施術で利用者さんを綺麗に、笑顔にする」ことです。

女性も男性も何歳になっても綺麗で美しく在りたいと思う方が多いと思います。しかし年を重ねるにつれ、障がいがある事によって満足な「美」を自分で保てない方たちもいらっしゃいます。手助けする事で保てる「美」もあるので、自分が提供する施術でたくさんの方を綺麗で笑顔に出来るよう、今後も勉強に励みたいです。  
(支援員 田中)

## 事務局より



昨年は里だより等の広報を中心に業務に取り組みました。広報の研修にも参加させて頂き、広報誌の役割や写真の撮り方など学んだので、今年は更に上達を目指していきたいと思えます。特に力をいれていきたいのは、写真です。若い世代を中心に活字離れが社会問題となっています。一方でSNSの普及により写真や動画が多く見られています。もったつくしの里を知ってもらうには、写真を使って施設の雰囲気や魅力を発信していかなければならないし、人材確保においても、働く人や仕事内容を詳しく伝える重要な要素だと思います。いかに惹かれる写真を撮れるか。そのために写真の撮り方のコツを習得していきたいです。まずは、楽しみながら沢山の写真を撮り、慣れてきたら露出や絞りなどのカメラ機能にチャレンジして、心惹かれる写真を撮れるように頑張ります。

育児休業に入っていた事務員が10月末より復帰しました。事務員が全員揃い、とても心強いです。年度末に入りましたので、皆で協力しながら繁忙期を乗り越えていきたいです。  
(事務員 樋口)

## 行事報告

※ 12/21 (土) ~1/20 (月) の実施分について報告いたします

### ★クリスマス会【12月24日(火) つくしの里】

久しぶりにボランティアのカモメ様もお招きしてのクリスマス会を行いました。イオン大津店様や日清医療食品様にもたくさんの協賛品(活動道具やシャンメリー、ケーキなど)を頂き盛大なクリスマス会となりました。

お楽しみ会では紙芝居や絵本の読み聞かせ、職員によるクリスマスソングの演奏やクイズ大会で大変盛り上がりました。クイズ大会ではちょっとしたお菓子の景品もあり、普段あまりこのような会で発言しない利用者さんも積極的に手を挙げて楽しまれていました。そして何より皆さんが楽しみにされているクリスマスプレゼント。欲しかった雑誌やクッション、DVDなどを受け取り「やったー。欲しかったやつ!」「うれしいー」と職員に抱き付く利用者さん。にっこり微笑みながら大事そうに握りしめている方もいらっしゃいました。

食事では、チキンやビーフシチューなど、こちらも利用者さんからのリクエストメニューで一気に皿が空っぽに。いろんな種類のケーキがある中、チョコレートケーキが大人気で一番なくなりました。

皆さんが楽しんでいる様子を見て私達も嬉しくなりました。来年度も盛り上がるクリスマス会にしたいと思います。  
(支援員 村上マ)



### ★参拝【1月6日（月）日吉神社】

日吉神社へ毎年恒例の年頭祈願に行ってきました。大津町や他市町村からも多くの企業の方が訪れ賑わいをみせる中、つくしの里の利用者・職員の無病息災、つくしの里の安定と発展を祈願してきました。私自身は「一病息災」を願い、気を引き締めていきたいと思います。

今年は巳年。脱皮をし、常に新しく再生し続ける「つくしの里」でありますように。

(支援係長 竹下)



### サービス向上委員会より

#### ■権利擁護【支援係長 井上・支援員 山田・後藤】

利用者さんの要望に応えられるように、本が見たいという思いに対して、ミニ図書館を設置したり、体を動かしたいという思いに対して、中庭運動の日を設けたり、土日にはスクリーンを準備して、映画館のような雰囲気映写会を実施しました。今年度は私たち職員が日常で経験できることを思い浮かべ、「施設に入所しているからなかなか経験できない」ということがないように、いろいろな計画を立てました。これからも利用者さんの言葉に耳を傾けて、いろいろなイベントを実施できたらと思います。



成人おめでとう！

晴れて大人の

仲間入りです(^▽^)



施設 PR 委員会  
今月の1枚！

たくさんの  
お祝いの言葉  
ありがとう！！



# 行事予定

☆ いきいきグループ食事会 (つくしの里)

期 日：2月18日 (火)

内 容： ちょっぴり豪華なお弁当を頼んで、施設内で食事会をします。



☆ スポーツの森・大津ジョギングフェスティバル (スポーツの森・大津)

期 日：2月23日 (日)

内 容： 利用者さんと職員で出場します。完走目指してがんばります！  
応援よろしくお願ひします！



ありがとうございました

今月の掲載分は、  
令和六年十二月二十一日～  
令和七年一月二十日です

【寄付・寄贈】

- ・石塚正司 様
- ・梅本妙子 様
- ・清田すま子 様
- ・下田くに子 様
- ・竹山洋子 様
- ・谷崎信夫 様
- ・平田靖人 様
- ・益岡はるか 様
- ・山口静美 様
- ・カモメ 様
- ・千石屋石油 様
- ・リニエルサプライ 様
- ・アールエスエス 様
- ・日清医療食品(株) 様
- ・岩根亨 様
- ・北村マサ子 様
- ・後藤弘子 様
- ・下田吾一 様
- ・田中幸一 様
- ・田上修二 様
- ・藤田孝志 様
- ・勇川仁一 様
- ・小城遼真 様
- ・馬場区 様
- ・村里和洋 様
- ・木本ふじ子 様

【ボランティア】

誠にありがとうございました。  
利用者さんの為に使用させて頂きます。



編集後記

年末は施設内でインフルエンザA型が流行し、ご家族や関係者の皆様に大変ご心配おかけしました。多くの方に激励の言葉を頂き、ありがとうございました。

感染拡大はいつでも起きるかわかりません。日々手洗いうがい等きちんとしていても感染してしまう場合があります。感染症対応の日課に協力してくれる利用者さん、臨機応変に支援を行う職員に日々感謝です。



※お詫びとおことわり

里だより担当では、毎月十分注意して、記事の記載、確認をしておりますが、誤字脱字等がございましたら何卒ご容赦していただきたく存じます。