

ゆずみだいの通信

第72号

社会福祉法人豊智福祉会 特別養護老人ホーム泉平ハイツ 発行者 小林 邦広
〒389-1105 長野県長野市豊野町豊野 2298-2 Tel 026-257-5180 Fax 026-257-5184

法人の合併について

令和2年の新春を迎え、ご利用者ご家族の皆さま並びに地域の皆さまにはご健勝で過ごしの事とお慶び申し上げます。

さて、特別養護老人ホーム泉平ハイツ等を運営する社会福祉法人豊智福祉会は、本年4月1日に社会福祉法人長野県社会福祉事業団と合併する運びとなりました。この合併の経緯について説明させていただきます。

当豊智福祉会は、社会福祉事業団が運営する水内荘の保護者会の熱意と旧豊野町の支援により平成元年6月26日に社会福祉法人として認可を受け設立されました。平成2年4月から事業を開始し、本年度末で30年となりますが、この間、地元の皆さまのご理解ご協力を得ながら地域に根差した法人として事業運営を行ってまいりました。

近年、超高齢化社会の進展、介護人材の不足など高齢者福祉を取り巻く環境が大きく変化し、厳しさを増してきております。今後訪れる大介護時代を見据え、介護体制の充実が課題となる中で国が進める社会福祉法人改革のもとでは、公益的な法人としての責務をより明確に果たしていくための組織の強化や財務規律の強化、事業運営の透明性の向上などが求められています。

このようなことから当法人の運営や組織も大きく転換をしていく時期にきており、長期的に堅実な事業運営を継続していくには安定した経営基盤が必要不可欠であります。これらを踏まえ、当法人の開設当初から連携を図ってきた社会福祉事業団と将来を見据えた法人の在り方について協議を重ねた結果、両法人の合併が最良の方法

であるとの合意に至った次第です。法人の合併により、ご利用者ご家族の皆さまには、心配や不安な点が多々生じることと存じますが、運営組織が変わっても事業（サービス）内容に変化はありませんのでご理解をお願いいたします。

今後も法人の理念である「無償の愛」の精神を大切にし、ご利用者の皆さんへより質の高いサービスの提供ができるよう、職員一同精進してまいりますのでご支援のほどよろしくお願い申し上げます。

《長野県社会福祉事業団の概要》

長野市若里に本部を置き、北信、中信、南信に事業所を運営しています。

現在の職員数は650名余で、主たる事業は、身体障害児（者）の福祉サービスで、障害児入所施設や障害者支援施設などの施設運営と相談支援事業などを行っています。

豆まき



一年に4回節分があることはご存知ですか。立春、立夏、立秋、立冬の前日で、もっとも有名なのが立春の前日です。季節の変わり目には邪気が出てくると言われ、追い払うために豆をまきます。

今年の台風災害、世界的な広がりをみせる感染症など様々な邪気を払い、今年も穏やかに健やかな一年が送れますようにとご利用者一同元気に豆まきをしました。

しかし、今年の鬼は強力でなかなか手強く「鬼は外」「福は内」の声も徐々に小さくなります。何度も何度も豆を投げつけ、最後に年女のご利用者が必殺豆まきバズーカ砲と竹刀で一撃！鬼は一目散に退散。勝利宣言の万歳三唱をし、



お開きとなりました。今日はいつもの以上に大きな声を上げ、体を動かし、そしていつも以上に皆で協力して充実した時間を得られたのではないのでしょうか。

イルミネーション

今年で三年目となる中庭のイルミネーション。花や葉がない寂しい木々も様々な光に包まれ、雪が降り積もると更に輝きを増し、クリスマスやバレンタインデーの気分を盛り上げます。ご利用者の居室からよく見えるため「まあず綺麗だね。」と笑顔で一言。まだまだ寒い日が続きますが、少しでも散歩や外出が出来ないご利用者の気分転換になってくれればと思います。



コラム

休息をとれてますか？

「あなたは最近、心の底から安心して深く休息した事がありますか？」ほとんどの方はNOだと思います。確かに仕事中の休み時間や、休日、余暇の時間はあると思います。しかしそれは本当の「休み」になっていないのです。

「休み」という時間でも、スマホをいじったり、仕事の事を考えていたりして、頭はまったく休んでいません。日々の生活において常に、自分にとって得になるようにと活動しているせいで、交感神経が活発化した結果、誰しもが疲れてしまっているのです。大切なのは、交感神経と副交感神経がバランスよく活性化している事です。深く休息するためには、こうしよう、ああなりたい、あれを得たい等と、あれこれ願望する事を、ふいっと手放してし

まう事です。しかし、そうしたいと思っても、頭の中ではあれこれと願望や欲望が渦巻いて、いっこうに静まらない事が多いと思います。そんな時は、頭の中の「小人達」がおしゃべりし続けているのを聞き流すようなつもりで、考えを相手にしないようにしてみてください。例えば、
「明日こそ順序良く間違えないようにしなきゃ。でも自信ないなあ」
「へーそっかーそう思うんだ。ふーん」とこんな感じに。

そして質の高い「何もしない時間」の休息があり、副交感神経もちゃんと活性化させるからこそ、バランス良く集中力や冷静さを保って、活動する事ができると思います。

こうして交感神経と副交感神経がどちらもしっかりと働いてくれるからこそ、疲れる事なく仕事に専念する事ができるのです。ぜひ試してみてください。

新年会



令和になり初めての新年会が開催され、長沼神社長沼宮司による神事ではご利用者はじめ、来賓・職員一同の健康を祈願しました。

お楽しみ会では、長野市吉田「鍋屋」地籍で活動している鍋屋神楽保存会による獅子舞が披露され、獅子がご利用者を囁みながら回って行くと、手を合わせて喜ばれる姿が。迫力ある獅子舞をご利用者も楽しまれました。飯綱町の久遠様によるサックス演奏では、会場中を生の音色が響き渡り、ご利用者が曲に合わせて歌いながら踊りだすほどでした。

別の日には全グループのご利用者が一堂に会し新年食事を会行い、普段顔を合わすことの少

ないご利用者同士でしたが会話も弾み、お祝いの料理に「こんなご馳走食べられて良かった」と喜ばれる声も。年男・年女のご利用者に今年の抱負を聞くと「一年元気に過ごしたい」と語られました。

新たな年を迎え、沢山の笑顔が見られる一年にしていきたいと思えます。



もともと、日本では稲が神聖として崇められており、その稲から採れるお米は生命力を強めると言われてきました。中でも、特に米をついて固めるお餅には神聖な力が強いと考えられてきたとか。このことから、ハレの日に餅つきをするようになり、一年の中で重要

度が高いお正月に備えて、年末に餅つきをするのが定着したようです。

「よいしょー！よいしょー！」ホールに響き渡る掛け声に合わせ、腕を支えながら杵をふりました。皆さんの前での餅つきに、少し恥ずかしさを感じていたご利用者も、終わると達成感からか満面の笑みがみられました。懐かしさや珍しさもあつて楽しんでいただけたのではないのでしょうか。

今は、白や杵をつかった餅つきを見ることが少なくなってきました。ご利用者の皆さんが昔を思い出し、お正月を感じていただけよう、これからも年末の恒例行事として開催していければと思います。

干し柿



秋の恒例となった干し柿作り。普段は包丁を持つ機会が少ないご利用者ですが、いざ手にすると慣れた手つきでどんどん皮を剥いていきます。中には手を切ってしまうご利用者もいますが、あっという間に剥き終わってしまいます。今回はいつもよりさらに数が多く、竿に吊るすとしなる程です。時期を見ては揉んだり手を掛けた為か、美味しそうに粉も吹き、ボランティア懇談会ではとても好評でした。

成功させるのが難しく試行錯誤でしたが、今回は見事な干し柿が出来上がりました。



サービス向上にむけて

職員のためのため、月に一度勉強会を行っています。

今の時期に猛威を振るっているインフルエンザやノロウイルス等に対する感染予防についてや身体拘束・虐待について等テーマは様々です。

12月の「高齢者スキンケア」では日常のケアから褥瘡の予防まで、講師を招いて細かく教えて頂きました。

座学だけではなく介護器具を使つての移乗や食事介助をご利用者側になり体験することで、ご利用者が普段感じている事を経験する事ができました。勉強会で学んだ事や技術を習得する事で、より良い支援を行えるよう努めていききたいと思います。



ボランティア懇談会

今年のボランティア懇談会は、かしこまらず、話しやすいようにと小人数のグループに分かれ、ボランティア活動を行つてみての感想や要望をお聞きしました。

お茶を飲みながら和やかな雰囲気の中、沢山のご意見を聞かせていただきましたが、皆さん一様にしてご利用者のた

めにと考え活動されていた事に感謝の気持ちでいっぱいです。

懇談会最後にボランティアの方々を代表し、いつもハーモニカの素敵な演奏をしてくださる「しゅがーず」のお二人の曲の披露に楽しませていただきました。

ボランティアの皆さん今後ともよろしくお願ひします。



ぶりの柚庵焼き

材料(2人分)

- ・ぶり2切れ
- ・塩少々
- ・油大さじ1
- ・ゆずだれ

(ゆず1コ 酒 醤油 みりん大さじ1)

- ①ぶりに、酒、塩を振る。
- ②ゆずは種を取り絞り、皮の半分はすりおろし、残りは千切りに切る。ゆずだれをまぜあわせる。
- ③熱したフライパンに油を引き、ぶりの表を下にして焼く。両面に焼き色を付ける。
- ④ふたをして、弱火で5分ほど、蒸し焼きにする。
- ⑤火が通ったらゆずだれを入れて中火にし、たれを掛けながら煮詰める。
- ⑥皿に盛り、千切りにしたゆずをのせたら完成。



この時期が旬のぶりは、DHA、EPAが含まれていて、動脈硬化、心筋梗塞などの予防に効果があります。またゆずには風邪予防、疲労回復などに効果のあるビタミンCが豊富に含まれています。旬の食材を食べて、寒い時期を乗り切りましょう。

編集後記

今年7月24日から第32回夏季東京オリンピックが開催されます。日本の選手には、今回もたくさんメダルを獲って日本中を盛り上げてもらいたいですね。

その前に、4月2日には長野市で聖火リレーが行われます。

長野市の聖火ランナーは小口彰夫さん(74)。1998年の冬季長野オリンピックで警備に従事されていた方だそうので、善行寺本堂から市役所まで走り出します。皆様も応援しに出てみませんか。

