

# むさしの



春号(8)

## クラブ活動の紹介(書道クラブ)

### 書道クラブ先生より

リハビリの一端として能力活性化の訓練として、行っています。色紙大の下敷きのない白紙にいきなり文字の位置、間隔、大きさ、太さを自分自身で考え一切の制約をせず、自由に自分の文字で書きます。3枚目くらいになると脳内が整理され、用紙にピタッとおさまってきます。只今、クラブ員12名(90歳代2名含む)毎週水曜日に楽しんでおります。



さて、書道クラブが始まりました。皆さん今日の調子はどうですか？ 新保先生の厳しくて優しい視線にドキドキ・ワクワクしながら頑張ります！！

今日のはうまく書けたかしら？  
「上手い、下手は関係ありません。自分らしく書けばいいんですよ！」と先生はいつも言って下さいます。



百人一首を絵から文字まで利用者の方が、作られました。(ショートステイ利用の和田様作品です。) 3階に飾ってありますので、ぜひ見に来てください。本当にすばらしい作品です。



デイサービスをご利用されている方で、書道クラブに参加されている方も徐々に増えてきました。わざわざ水曜日の利用をご指定される方までいらっしゃいました。書道の話を読まれると自然に笑顔がこぼれます！書かれている姿を拝見すると真剣そのものでした。

先生が各ユニットに3階にいきま  
言葉をこえては下  
のこのはすね  
もをりますね  
わりのこすね  
がのこすね  
言葉をこえては下  
のこのはすね  
もをりますね

毎週水曜日が待ちきれなくて、開始時間のだいぶ前から席に着き、今か今かと楽しみにされている方もいらっしゃいます。ある方は「書道は精神統一になるからいいですね」と話して下さいました。

# デイサービスでの行事紹介！

気持ちの良い風に誘われて、直ぐそばにあるびん沼川沿に咲いている桜を見に出掛けました。



お花見しました！



毎年、皆さんが楽しみにされているお花見です。今年も綺麗に咲きました！「お団子が何か食べたくなっちゃいました」やっぱり花より団子かな？

紙芝居の始まり



桜の花の下ではいポーズ！皆さんの顔も桜色！「ん～何かお腹空かないかい？」やっぱりこちら花より団子ですかね？「桜も良いけど！団子も良い！当然ですなあ！」

南畑ふるさとまつり・作品展示会！



天気が良いのでテラスにて紙芝居が始まりました！懐かしいね！



今年も3月11、12日に南畑ふるさとまつりが開かれました。利用者の方達の作品を公民館に展示しました。すばらしい！



11日には利用者の方達と見学に行きました。出来栄に満足！模擬店にもちょっと顔を出し、楽しい寄り道になりました。

## 豆知識

きちんと野菜とってますか？

長寿大国として知られる日本。その要因の一つは、バランスのとれた食生活にあると考えられています。最近でこそ野菜不足が問題視されていますが、野菜は昔から日本人の健康を支え続けてきました。

野菜にはビタミンやミネラル、食物繊維といった健康に欠かすことのできない栄養成分が豊富に含まれています。ビタミンは、体内で必要量を作り出す事ができない微量成分で、糖質、脂質、たんぱく質という3大栄養素を調整するもの。不足すると健康維持にとってよくないので、積極的な摂取を心がけましょう。ミネラルは、ビタミンのパートナー的存在で、体を動かす原動力にもなります。いも類に多く含まれることで知られている、食物繊維は、直接エネルギー源にはなりませんが、美容にも大切な成分。このように、野菜は、健康維持のために重要な役割を担っています。

野菜の種類は『緑黄色野菜』『淡色野菜』の二つに大きく分類することができます。『緑黄色野菜』は、にんじんやカボチャなども色素が濃い野菜で、βカロテンなどの有用成分が豊富に含まれています。『淡色野菜』は、キャベツや代大根などの色素の薄い野菜。それぞれの有用性を理解した上で、バランスよく摂取しましょう。

# 行事紹介

## ～ 節分の行事風景 ～



「わるい～子はいないかあ～臍が曲がっている人は、いないかあ～」  
あつ、あそこに良い獲物が・・・



さあ～思い切って鬼に向って投げて下さいネッ。「鬼は外～福は内～」



イテッ、イテテテッ～(>0<;)  
赤鬼君ここには居られない。さあ、逃げよう!!  
皆様見事。鬼が去っていきました。  
今年も良い福がきますよ～に



行事で取った写真をカードにし、皆様に差し上げました。鬼と一緒にとった写真の表情はいかがでしょう!!

## ～ 雛祭りの行事風景 ～



今年は、紙を切って貼ってと手作りのひな壇飾りを作りました。手作りも良いものですネッ!!



カラオケクラブの先生方が見え、綺麗な歌声～を披露して下さいました。



今年は、お内裏様とお雛様のパネルを作り男性はもちろんお内裏様を、女性はお雛様でお写真を撮りました。さあ～とりますよ。良い顔してくださ～い



カラオケにて「あ～う～ん、今日は喉の調子が今ひとつ(笑)」季節の歌を歌いました。



普段と一味違う行事食。皆様お味はいかがでした



「竹取物語」の紙芝居を行いました。効果音も身近なものを利用しました。

# 4月より新年度のスタートになり下記の人事異動がありました。

採用者・介護職員 小林 史明(2階) 瀬下 加寿美(2階) 島村 友美(3階)  
 ・栄養課 金子 薫(管理栄養士)

移動後・2階介護職員 岸野 昌代 久保 友紀 平塚 靖子 移動前(3階介護職員)  
 ・生活課 市川 永樹 (生活相談員) 移動前・生活課(チーフユニットリーダー・ふじ)  
 ・地域課 川崎 美喜子(支援センターむさしの生活相談員) 移動前(3階生活課・介護職員)

生活課・看護職員 尾崎 千鶴(常勤)  
 生活課・3階介護職員 岡澤 裕子 村上 裕子 岡野 勝也 (常勤)  
 栄養課・調理員 鈴木 良介 (常勤)  
 地域課・介護職員 古橋 純子 (常勤)  
 生活課・2階介護職員 宇佐見 智江 柴田 多鶴子 石井 賢 (非常勤)  
 生活課・3階介護職員 鈴木 弘美 (非常勤)  
 地域課・介護職員 岩川 豊 (非常勤)



## 新職名

小山 浩司(主任介護職員兼介護支援専門員)  
 西島 みほ(チーフユニットリーダー・ゆり)  
 樋口 純一(ユニットリーダー・きく)  
 山田 麻紀子(ユニットリーダー・ふじ)  
 小越 孝洋(栄養課 主任)  
 富原 恒子(地域課長)  
 (デイサービスセンター所長)  
 (ヘルパーステーション所長)  
 (支援センター所長)

## 旧職名

(副主任介護職員)  
 (ユニットリーダー・ゆり)  
 (介護職員)  
 (介護職員)  
 (栄養課 副主任)  
 (地域課長)  
 (デイサービスセンター所長)  
 (ヘルパーステーション所長)

\*一部4月以前の人事異動も含まれます。

# 職員紹介



地域課：岩川 豊



生活課：市川 永樹



栄養課：鈴木 良介

むさしので働き始めて、早いもので2ヶ月がたちました。覚えることが多く大変ですが、利用者さんの笑顔を励みに頑張ってます(〃^0^〃) / 毎日自転車通勤しているので、1年後には、競輪選手に負けにくいぐらいの太ももでいたいですね(笑) また、見かけた際は、声をかけてください

昨年結婚し、ぶっくりと幸せ太りをしてしまいました(^\_^; 趣味は、温泉めぐり。今まで車を走らせ、数多くの温泉地へ訪れました。今年は、山道を2時間歩いてようやく到着する秘湯へ行く予定です(0) v 4月から、相談員としてバリバリ働きますので、宜しくお願いします d = (^\_^) = b

4月から栄養課で正社員としてお世話になることになりました。栄養士なのにラーメンやマックのポテトが、大好きです(^\_^) 趣味は、雑誌などに載っているおいしいラーメン店巡りにハマってます。成増の道頓堀というお店がお勧めなので、是非食べに行ってみてください(ノ)ノ

**発行人**  
 社会福祉法人ふじみ野福祉会  
 ・特別養護老人ホーム  
 ・ショートステイ  
 ・デイサービスセンター  
 ・ヘルパーステーション  
 ・支援センター  
 ・広報委員会  
 施設長 池田 英雄

**編集後記**  
 4月から新年度を迎え、むさしのも4年目に入りました。それに伴い新しい職員が入職し、人事異動が行われました。新たな体制のもと更にパワーアップし頑張っていきたいと職員一同願っております。今後も宜しくお願い致します。最近、春の風が心地良いですね!

**お知らせ**  
 今回は18年7月末発行予定です。  
 お楽しみに!!  
 〒354-0003  
 埼玉県富士見市大字南畑新田16-1  
 TEL049-255-6102  
 FAX049-255-6601

発行日平成18年4月30日