

石見

こくらだより

令和2年4月

第42号



〔発行〕 島根県邑智郡邑南町矢上347 ☎95-2504



元気いっぱい 笑顔いっぱい 日貫っ子！！

(日貫保育所)

社会福祉法人石見さくら会では、各事業所間交流を積極的に実施しております。

たのしかったね!! 保育所…

もうすぐ1年生! 😊

～小学校に入ってやってみたいことを聞いてみました～



いわみ西保育所

小学校へ行ってやってみたいこと…
(頑張りたいこと)

- テストで100点がとれるように頑張りたい
- 足し算、引き算をやってみたい
- カタカナの勉強がしたい
- 国語の本読みに挑戦したい
- 図工で工作を作ってみたい
- 宿題を早目に終わらせるテクニックを身につけたい
- 教室を間違えないように行きたい
- 一輪車が乗れるようになりたい
- 野球、バスケ、サッカーが上手になりたい



東 保 育 所

卒園児、小学校で頑張りたいこと

- ブランコで立ちこぎがしたい
- 難しい勉強を、たっぷりしたい
- 英語がたのしみ
- お兄さん達とサッカーがしたい
- 音読やサッカーがしたい
- 国語や算数、勉強全部頑張りたい



新しいお友達をむかえ、にぎやかにスタートしました。

～ 4・3 いわみ西保育所・東保育所・日貫保育所入所式～



いわみ西保育所 新しい職員を紹介します。



＝よろしくお願ひします＝

今年度からいわみ西保育所に勤めさせてもらっています。小玉蓮華です。

子どもたちの成長と共に保育士として成長していけるよう一

生懸命頑張ります。

どうぞよろしくお願ひ致します。 小玉 蓮華

～ 行事予定 ～

- 5月 合同遠足（桜組）
春の遠足
- 6月 まきもち作り、野草茶
歯の健康教室
- 7月 夕涼み会
- 8月 川あそび

応援してます！ 楽しい子育て 安心子育て

子育て支援センター「すくすく」



～すくすくは
「人」と「人」と「時」をつなぐかけはし～
人をつなぎ心をつないで、親として人間とし
ての時をゆったりと育むお手伝いをしています。
いつでも遊びにおいでください・・・。

開所時間

午前 9時30分～11時30分まで

午後 13時30分～16時30分まで

※都合の良い時間にお越しください！



「第3回さくらんぼクラブ交流会」2/8(土)

「さくらんぼクラブ会員」さんの年に一度の交流です。今回は、日高豊美さんと「わらべうた遊び」を楽しみました。

大人でも十分楽しめる「わらべうた」……優しい歌声にみんなでほっこりしながらの交流会でした。

第3回会員講習会3/16(月)

会員さんの健康保持のために、簡単なストレッチなどを教えてもらいました。

ファミリーサポートセンター 「さくらんぼクラブ」



皆さんの笑顔が
素敵です！



さくらんぼクラブの状況

利用状況 (4月～2月まで) 66件

※主な支援の内容：保育所や、小学校の送り迎え
祝日の預かり など

★お知らせ★

子育てについての相談・困りごと、さくらんぼクラブについてのお問い合わせ、どんなことでもお気軽にご相談ください。

☆お問い合わせは

子育て支援センター「さくらんぼクラブ」

直通携帯：080-2910-1972 まで

古くて懐かしい

もうひとつのわが家

デイサービスセンター

「希望の郷」



お雑様を見に出掛けました

コロナウイルスの影響で少人数でのお出掛けとなりました。(検温、マスク着用、手指消毒実施のもと…)行き帰りの道中は楽しいドライブ、ハイランドまで行った日もあり、皆さん普段行かない所にワクワク良い気分転換となりましたね♪



写真の時はマスクをはずしました。

延期決定となりましたが…

ミライトワを作りました!

東京オリンピックマスコット“ミライトワ”お花紙をコロコロ丸め並べていきます。緑はグリーンピース、黒は黒豆と笑いながら、皆さんで作りました。



待ちに待った春

この冬は暖冬だったといえど、やはり寒く年を重ねた身体にはこたえます…。外での仕事も少なく、陽に当たる機会も減り、身体はムズムズ…。そんな冬が終わり、外活動も始まりました!

天候の良い日には裏の駐車場で日光浴



畑や庭の草抜きもしました



この日はきれいな色のメジロをながめたり…

きらり
おおなんいきいき活動
受け入れ事業所です

ボランティアさん 大募集!!

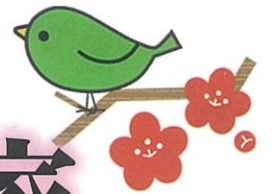
外出の付き添いや畑仕事を手伝ってくださる方!
ゲートボールやグラウンドゴルフを一緒にして下さる方!
ぜひご連絡ください。

☎95-2940

IP050-5207-5451

行事予定

- 5月 買い物外出
畑仕事開始!!
- 6月 ゲートボール
グラウンドゴルフ
- 7月 納涼祭
- 8月 買い物外出



楽しく安らぎのある 桃源の家

【お口の健康への取り組み】

桃源の家には、「口腔ケア」に取り組む委員会があります。

入居者の方々がどんなに年齢を重ねられても、お口の健康を保ち、食べる喜びが続けられることはとても大切なことです。

邑智病院の歯科衛生士の方を指導者として迎え、入居者の方ひとりひとりに合った歯の磨き方や口腔ケア道具の選



び方などを学び、口腔ケア委員から、全てのユニット職員へと共有を図ります。

口腔ケア委員発足以降、入居者の方の口臭改善や口腔内健康維持など、着実にその効果は表れていると言えます。そして、なにより職員の口腔ケアに対する意識が向上しており、今後もより効果的で継続的なケア実践につながっていくと、委員としての自信にもなっています。



えんげ【嚥下の理解を深める】

職員研修でも、嚥下（飲みこみ）をテーマに勉強会を開きました。

食べる側の姿勢や状態、食べさせる側の注視点、そして、水分でムセやすい方にふさわしいトロミの付け方など職員自身が体験を通して学びました。

自分では当たり前と思っていたことが、実は入居者の方には負担だったのではという意見も出て、日々の食事介助を確認する貴重な時間となりました。



行事予定

- 5月 お茶会・大正琴
- 6月 家族会
- 7月 仏具磨き・法話
- 8月 盆法要

ほほえみあふれる夢の里!!

養護老人ホーム 香梅苑

〔節分ランチ・豆まき〕

職員が鬼の格好をし利用者に豆にみたてた紅白お手玉を投げて頂きました。また節分ランチでは巻寿司とつみれ汁を作りました。

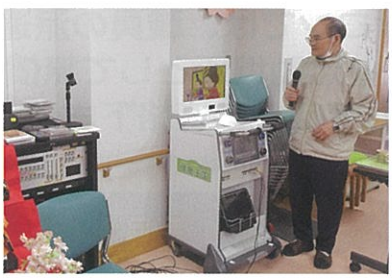


福は内～
鬼は外～



〔ひな祭り会〕

3月3日にひな祭り会を行ない、歌を歌ったり散らし寿司、甘酒や雛あられを食べました。



◎石見地域介護者家族の会◎矢上地区運動教室

2月17日家族の会、運動教室に出掛けました。冬の健康管理として水分補給の大切さ、感染の種類、経路について自宅でするその対策をお話しさせて頂きました。

運動教室ではお家でも出来る新聞を丸めて作った棒で運動をさせて頂きました。

★習字クラブで

第40回ふれあい書道展に出品し特選に選ばれました。



行事予定

- 5月 お出かけランチ
避難訓練 教養講座
- 6月 家族会
- 7月 夏祭り
- 8月 盆法要



地域の皆様へ

転倒予防、認知症の理解、健康、栄養についてなど職員を派遣しますのでご要望があればご利用下さい。施設見学やボランティアも随時受け付けております。お気軽にお問い合わせ下さい。 Tel.0855-95-2777

元気な今だからこそ
主役になれる場所がある

石見さくら会 ひだまりサロン



お問い合わせ：0855-95-0001秋田倫告（桃源の家）

日貫小学校にて姿勢教室

2月に日貫小学校で姿勢教室を行いました。

これは、石見さくら会の職員が依頼を受けて実施するひだまりサロン活動の一環で、市木小学校に続いて日貫小学校からも「生徒さんの姿勢と体幹」に関する運動と啓発を内容としたご依頼いただきました。

生徒さん達とはパワーポイントを使い、時にはクイズ形式で姿勢や体のことなど基礎知識を学びました。



また、自分の体幹力をチェックする運動をしたり、休み時間でも出来る体幹ストレッチ、音楽とダンスでみんなとワイワイ楽しく体幹強化！など、40分程度のプログラムをさせていただきました。

とっても元気で積極的な日貫小学校の生徒さん。最後に「ありがとうございました！」と背筋をぴんと伸ばして礼をする姿を見て、効果てきめん！と先生も喜んでおられました。

板屋浩明



ひだまりサロンでは、職員の派遣以外にも
法人の事業所スペースを活動場所として無償でお貸ししています。
お気軽にご連絡下さい。

対象者

- ◆石見地域在住
- ◆65歳以上
- …の団体（グループ）が対象です。（*）

（*）この事業の助成を受けようとする団体（グループ）は、事前に助成団体申請を提出してください。審査の上、登録団体となって頂きます。

支援内容

- ◆桃源の家、希望の郷のスペースを無償でご利用いただけます。
- ◆団体が有償で借り上げた活動場所の利用料を助成いたします。
- ◆活動費を助成いたします。
：上限額は1団体あたり月額5,000円です。
これ以内の金額を全額助成します。
- ◆その他の支援

石見さくら会だから出来るこんなお手伝い

◆職員の派遣

石見さくら会には、保育職員、介護職員、ケアマネージャー、管理栄養士、理学療法士、看護師など様々な職員がいます。

例えば、

1. 福祉・介護に関する勉強会
 2. 自宅でも出来る介護技術講習会
 3. ムセにくい介護食の作り方講習会
 4. 理学療法士による転倒予防体操
 5. 保育所児童との交流会など
- リフレッシュ・レクリエーションもできますよ！



◆活動の企画

派遣だけでなく、出前講座や年間活動計画の一部など一緒に考えたりも致します。

お気軽にご相談下さい！

これらも全て無償にて支援いたします。

こんな困りごとはありませんか？

ベッドや車いすを借りたいけれど、どこに頼めばいいのかな？

介護サービスを受けるにはどうしたらいいんだろう？

おばあちゃんが、薬を飲むことを忘れるようになったのよねえ。

介護ストレスが大きく、イライラしてしまうけど…

相談はどこにしたらいいの？



色々なお悩みは私たち介護支援専門員(ケアマネジャー)にご相談下さい。介護が必要になっても住み慣れた地域で安心して生活できるようご本人、ご家族、その他サービス事業所と一緒に考えていきます。それが私たちケアマネジャーです。一人で悩まず、私たちと一緒に考えてみませんか？



お気軽にお問い合わせください。
石見さくら会居宅介護支援事業所
95-3262 (担当/内藤)

オレンジカフェ 認知症の方や そのご家族を地域で支える

『オレンジカフェ(認知症カフェ)』を始めます!

高齢化に伴い、認知症は誰もが関わる可能性のある身近な病気です。そしてこの度、石見地区で認知症の方やそのご家族、地域の方など誰でも気軽に参加でき、安心して過ごせる集いの場所としてオレンジカフェ(認知症カフェ)を5月より始める事になりました。

認知症の方にとって、認知症カフェは、ご自身のペースで過ごせる交流の場となり、心理的な安定につながるなどの効果が期待できます。また、ご家族にとっては、気軽に立ち寄れるカフェでありながら、介護に関する悩みや不安を専門職に相談できる場所です。情報交換や仲間づくりの場としても利用でき、孤立・閉じこもりの防止、負担感の軽減などの効果がみられています。ご興味がある方は是非、一息つきにおこし下さい!



- 【活動地域】 石見地区(日貴・日和・中野・井原・矢上)を随時ローテーションで回ります。
- 【いつから?】 5月からスタートです。
- 【場所は?】 各地区の公民館を中心に行きます。
- 【窓口はどこ?】 特別養護老人ホーム桃源の家 ☎(0855-95-0001)です。



古田 亜由美

夢だった保育士になるというドキドキと、初めての社会人という不安、色んな気持ちを抱えてスタートした4月からもう1年が経とうとしていて、時間の流れる早さに驚きです。この1年間、本当にあっという間でしたが、先生方そして子どもたちから多くのことを学ばせてもらい、

とっても充実した時間でした。

子どもたちが、「せんせー！」と呼べるようになり、駆け寄って来てくれたり、だんだん色んなことが自分で出来るようになり「やったー！できたね！！」と一緒に喜んだり、毎日と一緒に過ごす中で、日々小さな出来事も成長に感じ、心がジーンとして感動の連続でした。

保育士として子どもたちと関わっていくなかで、難しいと感じることもあり、いっぱい悩んだ1年でもありましたが、子どもたちから、元気！とパワー！と癒し！をもらって頑張ることができました。

この1年で学んだことをこの先にも繋げて、来年度はもっともっと成長した保育士になれるようこれからも頑張ります！来年度もよろしくお願ひします。



日野原 舞実

石見さくら会に入り、いわみ西保育所で働き始めて早一年、経ちました。実りの多い一年でもありながらも、あっという間に時間が過ぎてしまったように思います。

憧れの仕事に就けた喜びや緊張や不安で毎日いっぱいでした。リーダーとなってクラスを回す時は、

いまいちまとまりがなく、失敗ばかりでした。先輩職員がリーダーとなる時は、クラスがまとまっているように思います。先輩職員みたいに「子どもたちが楽しく遊んでくれるといいな」「子どもたちを引きつける力が欲しいな」「ピアノが上手になりたいな」と思う毎日です。分からないことだらけでしたが、子どもたち、先生方にたくさん助けを頂きました。今では、子どもの方から「先生、遊ぼう」「先生、こっち来て」と声をかけてくれる事も増え、本当に嬉しく思います。毎日が充実し、たくさんの方に温かく見守って頂きながら、明るく楽しい雰囲気の中で過ごせたことに感謝しています。かわいい子どもたちに癒されながら、これからも一緒に成長し続けたいと思います。そして、より多くの子どもたちの笑顔を引き出せる保育士を目指していきたいです。



山根 史穂里

私が石見さくら会に入職し早3年、昨年、香梅苑より桃源の家に異動になり、新たな職場での新年度となりました。

実際、桃源の家で従事してみて感じたことは、全室個室でのユニットという体制であり、「入居者様に合わせての支援が出来やすいな。」という事を感じました。個々にあった支援を行う事で入居者様の思いに添った生活を送って頂く事が出来る、皆と食事を共に摂る等の集団の場が馴染みの関係を作ることが出来るという部分に共感を得ました。入居者様とそこに従事する職員が、馴染みの関係を作りやすい事こそがユニット体制の強みであると感じました。

「終の棲家」と例えられる、老人ホームでは、入居者様が健康で笑顔で生活できることが一番だと考えます。入居者様の笑顔の為に、2年目も頑張ります。

お礼

ありがとうございました。

(敬称略)

寄贈

森広テック

矢上寿朗会

石塚定子

中野寿晴

いわみ西保育所卒園児保護者会

東保育所卒園児保護者会

日貫保育所保護者会

MS&ADゆにぞんスマイルクラブ

ボランティア

石橋初音

丸目信子

日高豊美

三宅悦子

ちいさなろうそくの会

矢上大元神楽団

秋田勝秀

高垣桂子

田島豊

のぎくの会

寄付

寺本輝夫

大矢貢平

鐵穴森正和

神田雅彦

三田修

矢川京子

松村涼子

中島信男

渡邊松三

市原学

渡邊康雄



「石見さくらだより」もホームページでご覧になれます。
ホームページアドレス
<http://iwamisakurakai.or.jp>



(インスタ)



(ツイッター)