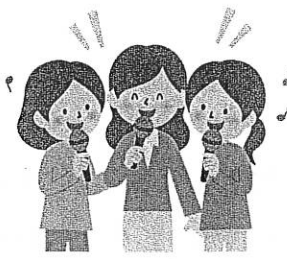


こんにちは。  
 11月の末にニュージーランド人の友人の結婚式に参列する機会がありました。このたんぽぽ通信でも以前ニュージーランドの結婚式について紹介させて頂きましたが、今回の結婚式は行われた場所が特別でした。  
 私の住むダニーデンから車で約4時間弱、Lake Pukaki (レイク プカキ) という湖沿いにある大きな農場で行われました。屋外での挙式で、新郎新婦の後ろには白い雪を冠った南アルプス山脈、ターコイズ色(青緑色)の湖、そして農場の美しい緑が広がっていました。風がとても強い日でしたが初夏の日差しもきれいで、ニュージーランドで一番高いマウントクック山(3,754m)もくっきりと見ることが出来ました。  
 披露宴はマーキーと呼ばれる大きなテントの中で行われました。約60人の参加者でしたが美味しい料理を食べながらのご両親、友人、新郎新婦のスピーチに座が沸きました。そのあとはテントの中のダンスフロアで踊り明かします。料理メニューの中でもじゃがいもと枝豆のJapanese Mayoネズ和えは絶品でした。とても暖かい、笑顔あふれる素敵な結婚式でした。それではまた来月。 See you! ブース千尋

昭和レトロコンサート  
 思い出の紅白歌合戦  
 「ひばりのマドロスさん」「こんにちはは赤ちゃん」「古城」他  
 日時：十二月 四日(ケアハウス王喜の郷)  
 十二月二十五日(グループホーム王喜の郷)  
 十三時三十分〜十五時  
 会費：三〇〇円(お茶代)  
 問い合わせ：ケアハウス 王喜の郷  
 283-2834(担当：山田・山根)



バスハイワ 便り

11月19日(水)にみかん狩りと紅葉狩りに行って来ました。今年のみかんは少し小ぶりでしたがとても甘くおいしかったです。またあたにかい出来たので焼き芋もごちそうになり心も体もほっとしました。帰りには長府庭園と東行庵でまっ赤いもみじを見て来ました。とても充実した一日だったのではないかと思います。この2〜3年色々模索しながら計画を立てバスハイワを行って来ました。これからもっとたくさんの方々に参加して頂けりにより良い方法を検討して行きたいと思っております。皆様のご協力により無事1年間終え事出来感謝いたします。ありがとうございました。 担当 中村

# たんぽぽ通信

12月1日発行 154号  
 ケアハウス王喜の郷 令和元年12月号

12月の終わりにケアハウスの厨房ではベトナムからの女性職員を3名迎えます。19歳から23歳という若い女性達です。早速日本の年末年始で、「お正月」の献立を教えようと張り切っています。3年間という期限付き滞在ですが彼女たちがこの経験を生かしてこれからの人生を自分で切り開いていけるように支援をしたいと考えています。また私達も彼女たちに学ぶことが多いのではないかと心待ちにしています。

先日ペルーの山口県人会を訪問された方の話を聞く機会がありました。日本も明治から昭和にかけて経済的に大変貧しく、多くの移民を南米や北米に送っています。当時70億円というお金が移民の方々からの送金であり、貧しかった国家財政を潤したと言う事でした。

皆様のご支援をお願い致します。 施設長 末谷 千秋

## 12月のお誕生日 & 行事予定

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 **病院行き	4 ****レトロコンサート(ケア)	5 ****イズミ行き	6	7 大雪
8	9 なの会(習字)	10 **病院行き	11 びーティヘルパー(美容)	12	13	14
15	16	17 **病院行き	18	19	20 ****イズミ行き	21
22 冬至	23 クリスマスケーキ作り	24 **病院行き ***ビューティヘルパー(美容)	25 ****レトロコンサート(グループホーム)クリスマス	26	27	28
29	30	31大晦日				

\*誕生日:お名前記載の方の誕生日です。ささやかなカードとお菓子をプレゼントさせて頂いております。  
 \*\*病院行き:午前8:30玄関前集合 王喜、小月方面の病院へ送迎します。白板にご記名ください。  
 \*\*\*ビューティヘルパー:出張の理美容です。白板に申し込みを貼っています。ご記名ください。  
 \*\*\*\*イズミ行き:午後1時出発、2時30分頃帰着。長府ゆめタウンへの買い物バスです。月に2回あります。  
 \*\*\*\*\*レトロコンサート:午後1時〜3時 昔懐かしいレコードやビデオを見たり、歌ったりお茶もあります。参加費300円。  
 第1水曜日はケアハウス食堂、第4水曜日は隣のグループホームで。同じ内容で行っています。  
 ☆ご不明な所はなんなりと職員に御尋ねください☆

ケアハウス 王喜の郷

バスハイクお休みのお知らせ  
今年も前月のみかん狩りをもって  
無事終える事ができました。皆様の  
お陰でありかたごさいました。また  
桜の咲く頃に再開させていただけ  
です。

シニアハウス 王喜の郷 (厨房)

寒さが増してきました。  
王喜の郷では、寒さに負けない位、12月は年の瀬を  
たしエんの行事があります。  
餅つき、クリスマス、年越しと厨房では行事にあつた  
メニューをお出しします。  
鍋物、麵類なども多く取り入れ、とても寒い日には  
アツアツの料理を食べて頂くと、体を温められる様  
にしていきたいと思っています。  
又、意識して、毎日の食事の中で  
魚、卵、肉、牛乳などの動物性の  
たんぱく質と摂る事で、筋力アップを  
体の体温を上げることが出来ます。  
その事で免疫力上昇により、風邪の予防に繋がります。



一年のしめくりは年越しそばで、細く長くという縁起  
の良い意味があります。皆様楽しんで食べて下さいね!

管理栄養士 河内 美子

王喜の郷 デイサービスセンター

寒さも本格的になり、もみじも赤く  
色づいて来ました。そこで12月13日の  
に於て、杖衝訓練をかねて  
長府の寛光寺にもみじ狩りに行って来た  
寒さもありませんが、皆さん、とても  
赤く色づいた紅葉に感動されています。  
11月21日に於て、王喜小学校4年生の  
交流会が、行なわれました。  
「もみじ」の合唱と、竹楽の演奏を  
して下さりました。とても感動していました。  
4年生最後の交流会で、涙も流して  
握手される方も、おられました。  
子供達に、元氣をもらえましたね。  
冬により、空気が乾燥しています。  
体調管理には、気をつけて下さい。

デイサービスセンター  
浦 洋子

グループホーム 王喜の郷

グループホームでは、日々の生活の中でご  
自身で出来る事はしていただき、難しいところ  
は職員が手伝いながら、その人らしい生活  
が送れるように支援しています。

洗濯物干しや台拭きなどの家事もお手伝い  
していただいています。

天気の良い日は外に出て、日の光を浴びな  
がら体操をしたり、歌を唄ったりし、気分転  
換を図っております。

寒くなりましたが、皆さんも一緒に外気浴  
いかがですか?

矢尾 一成

王喜の郷 居宅介護支援センター

“健康長寿のための12か条”をご存知です  
か。現役世代を終えたら徐々に人との交流が減  
るなど心身の変化、生活習慣の変化を感じるこ  
とがあるかと思えます。そこで変化を乗り越え  
ずっと元気に過ごすために12か条の自己チエ  
ックを行い、健康長寿を目指しましょうという  
ものです。例えば、「栄養・体力・社会参  
加」を維持・向上するためには、運動するだけ  
でなく人と会う、話をする事、また野菜だけ  
でなくタンパク質を含む食品もまんべんなく食  
べることが大切です。

私たち介護支援専門員は介護サービスや地域  
の資源の情報提供をしっかりと行い、介護予防の  
支援を行っていきたく思います。

主任介護支援専門員 野平 千加子

王喜の郷 ホームヘルパーステーション いるか

朝夕気温の差があり、室温調整も難しく  
なっています。ヘルパー訪問時、寝具や室  
温の調整・加湿の声かけをさせて頂くこと  
があると思いますが、よろしく願いいた  
します。

〈年末年始の訪問についてのお知らせ〉

12/31~1/3 掃除の支援は日時の変更、お  
休みとさせていただきます。

後日、ご相談に伺わせていただきます。  
よろしく願いお願い致します。

サービス提供責任者 下森真理子

王喜の郷 ミントの家・シニアハウス 王喜の郷

11月8日(金)女性コーラス5名で活動されて  
いる「音楽工房 陽だまり」の皆様にご声  
を披露して頂きました。利用者も歌詞を手  
にされて季節感のある「みかんの花咲く丘」「も  
みじ」など数曲を陽だまりの方と一緒に歌  
って頂きました。利用者の皆さんも音楽を通  
じて、ふれあいや交流を持たれる事が気分転  
換に繋がりひと時を楽しまれている様子が見  
られました。

今月は昔懐かしい「紙しばい」を再現して  
利用者の皆さんに参加して頂こうと予定して  
います。

ミントの家 山根 徹

放課後等デイサービス さくら

朝夕の冷え込みが厳しくなってきました。  
冷たい空気の中、ほっぺたを赤くし  
ながらも子ども達は元気に来所してくれ  
ています。

11月9日(土)に恒例行事となっ  
ている芋ほりに行って来ました。  
子ども達一人一人がスコップを片手に楽  
しそうに参加する姿が見られました。  
たくさんのお芋を持ち帰り大喜びでし  
た。

風邪やインフルエンザが流行していく  
季節になりました。子ども達の体調の変  
化にしっかりと気を配っていきたくと思  
います。



さくら支援員  
松下 美由紀