



# たんぽぽ通信

5月1日発行 231号  
ケアハウス王喜の郷 令和8年5月号

Webページ <http://www.ryokujukai.jp>

### 巻頭言

この4月末、萩に行ってきました。萩は山口県人にとってはよく耳にしたり、訪ずれる場所だと思います。明治から行政の中心は山口となり、萩は忘れられた古い町となりました。藍場川という小さな川のそばにあるお寺に行ったのですが、街の中を幅約1メートル余のきれいな川が流れていたのにはびっくりしました。ところどころ川に降りて行けるように石が組まれていました。鍋、釜を持って降りたのか、洗濯物か、小さな子供達の水浴びかと想像しました。川で洗う、そんな生活をなんと長い間先祖は続けてきたのでしょうか。私たちの生活の中からつらい家事や川の水をめぐるめんどくさい隣近所との付き合いがなくなって久しくなりました。さくら事業所の塩谷が「折り合いをつける」ことを書いております。長い人生の中で苦しい出来事、いやな人間関係、やりたくない仕事。それらすべてが「折り合いをつける」能力を磨いてくれたのではないのでしょうか。あと一息、頑張って自分を磨こうと思う今日この頃です。施設長 末谷千秋

週に一度、手作りデザートを作っています。

### 5月のデザート

- ① 柏餅
- ② 豆花
- ③ ヨーグルトポムポム
- ④ パウンドケーキ どうぞお楽しみに！



T. S様 入居されました。  
K. A様 退居されました。

バスハイクは 門司の「白野江植物園」を予定しています。皆様の御参加、よろしくお願いたします。

## 5月のお誕生日 & 行事予定

日	月	火	水	木	金	土
31					1	2
3 憲法記念日	4 みどりの日	5 子供の日 立夏	6 振替休日	7	8	9
10 母の日	11	12 K. F様 誕生日	13	14	15	16
17	18	19	20	21 小満	22	23
24	25	26	27	28	29 ビューティーヘルパー	30

\*誕生日: お名前記載の方の誕生日です。

\*\*ビューティーヘルパー: 出張の理美容です。食堂白板に「申込み書」を貼っています。ご自分でご記名ください。

竹の子掘り

数年前のこと友達がおイ竹ノ子掘りに行こうと近所に  
花貴の山がある。花貴は今施設に入居する。道具を花貴の  
ヨメはんから借りてくる。どう行こうかと彼の軽に乘って現場に  
着いた。廃路になった道踏板に足踏かきこいの場所。しかし向側  
は山崖ふちにならざるべし。落ちたらヤバイことになる怖さだ  
なかなかい竹ぶり。孟宗竹。かぐや姫が出るまじな。竹ノ子掘り専用の  
長い鎌で。よきと出た竹ノ子をみつけるのあましがわいり。彼は休  
招はいいし。慣れた手付き。一人で掘るのが掘りやすいので自分は  
スコップで見つけるのが役。用意した土嚢袋に入れろ。相当の量は  
おあそびとこのヨメはん竹ノ子の始末するかい。出さあいはかり  
返ってくるので。するかい。近所に皆配る。奥さんは働いているんで  
自分か配るん。わしはぬかどい。向側のをす。暗い土中に  
山ノキが自生していた。これもオイライチ。てけり。山木は  
竹の子掘りの一日だった。

N.V

<p><b>ケアハウス王喜の郷</b></p> <p>風薫る5月となり過ごしやすく気持ちの良い時期になりました。色とりどりのつつじが心和ませてくれます。先日は孫達のお祝い事であったという間に過ぎてしまいました。4月8日、孫娘の中学校の入学式、孫息子の11歳の誕生日と重なりました。日を改めて皆の好きな物を用意して、にぎやかにお祝いをしました。「入学祝と誕生祝いと何がいいかしら?」とお財布との相談でしたが、まるでお札に足がついているかのように瞬間に飛んでいきました。嬉しい悲鳴ではありましたが、ばあちゃんは頑張らないといけません。私もこちらに勤めて25年の春を迎えました。日々年齢を感じる事が多くなりましたが入居者の皆さまからのお声掛けが大変原動力になっております。ありがとうございます。</p> <p>5月はバスハイクがあります。少し足を延ばしてドライブに出かけられませんか?</p> <p>介護職員 中村ひふみ</p> 	<p><b>王喜の郷デイサービスセンター</b></p> <p>新緑が美しい季節となりました。穏やかな日々が続いています。</p> <p>4月1日よりデイサービスに入職しました山田友美と申します。これまで介護職の経験を積んでまいりましたが、利用者の皆さんや先輩職員に教えていただく毎日です。</p> <p>デイサービスでは、天気の良い日の午後に外気浴を行っています。こち良い風に吹かれながら、咲いている花のお話をされたり、歌をうたわれたりと気分転換になり、皆さんとても良い笑顔を見せてくださいます。</p> <p>これからも初心の気持ちを忘れずに一生懸命頑張りますので、どうぞよろしくお願いいたします。</p>  <p>介護職員 山田 友美</p> 	<p><b>グループホーム王喜の郷ライム</b></p> <p>令和8年4月より入職いたしました永井美枝子と申します。グループホームに勤務するのは初めてで新しい環境に不安もありましたが、職員の方や利用者の方の温かい言葉に少しずつ自信がもてるようになりました。</p> <p>まだまだ至らない点もあると思いますが精一杯頑張ります。よろしくお願いいたします。</p> <p>グループホームライムでは気候も暖くなり外気浴であずまやに出て日光浴や歩行訓練、利用者の方とお話をする時間なども増やしています。</p> <p>これから気温も上がり脱水症状など起こさないように体調管理、こまめな水分補給など職員一同気をつけながら無理のない範囲で身体を動かし、楽しく体操ができるように心がけてまいります。</p>  <p>介護職員 永井 美枝子</p> 	<p><b>グループホーム王喜の郷</b></p> <p>日増しに暖かさを感じられる季節になりました。</p> <p>つつじの花もきれいに咲き、散歩の楽しみの一つになっています。入居者の方が花を見られるときの笑顔に私たちも癒されています。</p> <p>最近は皆さんの会話も増えてきたように思います。一緒にパズルや数字合わせをされます。「ここでええかいね〜」「これはここじゃろう」と聞かれます。「これは分からん」と言われると職員一緒に考えます。「できたね〜」とまた会話の花が咲きます。私たち職員は、新しいレクリエーションを考え中です。穏やかに過ごしていただくことはもちろん、楽しみが少しでも増えるように、たくさんの笑顔の花が咲きますように・・・そんなお手伝いのできたらと思っています。</p>  <p>介護職員 松永 端美</p> 
<p><b>王喜の郷居宅介護支援センター</b></p> <p>健康維持は「おでかけ」から</p> <p>年齢とともに外出の機会が減ると、筋力や体力の低下につながります。その結果、寝たきりを招く「廃用症候群」や認知症・うつなどのリスクが高まります。心身の健康を維持するために、積極的に外出する事をお勧めします。お出かけの効果としては</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.体力・筋力の維持・向上（運動不足の解消、寝たきり予防、高血圧等のリスク軽減）</li> <li>2.五感が刺激される（季節の変化や風を感じることで脳が活性化し気分転換に）</li> <li>3.コミュニケーション機会の増加（他者との交流が増え、孤独感を軽減）があります。</li> </ol> <p>外の空気を吸うだけでもOKです。一步外へ出てみられてはいかかでしょうか。</p> <p>介護支援専門員 石川 ゆかり</p> 	<p><b>王喜の郷ホームヘルパーステーション</b></p> <p>朝晩の寒暖差に体調を崩されていませんか。</p> <p>日中は日差しが強くなり、室内での熱中症のリスクが高まります。こまめな水分補給と気温に合わせた衣類や布団の調整などの声掛けをしてまいります。</p> <p>先日、ある利用者様から「ヘルパーさんが来る日は張り合いがある。いつもより少し早く起きて身支度して、あなたたちが来るのを待ってるんよ」と言っただき、嬉しく思いました。</p> <p>私たちも笑顔と感謝の気持ちをもって訪問して支援させていただきたいと思っております。</p>  <p>訪問介護員 山本 美弥子</p> 	<p><b>王喜の郷ミントの家 シニアハウス王喜の郷</b></p> <p>新緑がまぶしい季節となり、日中は過ごしやすい気候になってまいりました。4月よりミントの家の管理者、計画作成担当者を務めさせていただくことになりました。</p> <p>昨年8月よりライムからミントの家へ異動となり、グループホームと小規模多機能型居宅介護の違いに戸惑うことも多かったです。今は小規模多機能型居宅介護だからできる柔軟なサービス提供と利用者様やそのご家族への支援に大きなやりがいを感じています。</p> <p>今後日本の高齢化社会において住み慣れた地域での生活をどのように継続していくかが大きな課題になります。ミントの家では「通い・訪問・泊り」のサービスを組み合わせ、利用者様とご家族が安心して地域での生活を継続できるよう、職員一丸となって支援に取り組んでいます。今度ともどうぞよろしくお願い申し上げます。</p> <p>管理者 太田 岳妻</p>	<p><b>放課後等デイサービス さくら</b></p> <p>5月に入り、新しい環境の中で各学校では保護者懇談会が行われた所も多く見られます。誰でもあることですが、認めることができずに泣きながら折り合いをつけることがあります。利用児童の中に、はっきりと物事を言うお子さんがおられ、「今度の先生は、合わない」「今度の先生は大丈夫」等声が聞かれます。</p> <p>人と人の相性もあり、いつも自分にとって良い環境になるとは限らないものだと思います。</p> <p>他人との関わりの中で、折り合いは必要となるもので「こういうこともある」ということを色々と経験して子ども達の生きづらさが少しでも少なくなり、将来を穏やかに過ごせるようになってくれると良いなと、私は思います。</p>  <p>さくら支援員 塩谷 一雅</p> 