



かわら版

富士見

ほりゆーぶ : ●

発行者：社会福祉法人ミッドナイトミッションのぞみ会

特別養護老人ホーム望みの門富士見の里

所在地：〒299-1607 千葉県富津市湊 701

TEL 0439-70-6500

「野菜づくりの巧妙」

簾 昭博

皆様ご存じでしょうか？

富士見の里には畑があることを。

昨年春先頃だったか

「富士見の里の隣の畑を、借り受けたから
何かに利用しないか」

と法人事務局からの提案がありました。

道路から見るとちょうど施設と隣り合っ
ている電波塔の後ろ側にある土地です。

そこはもともと地元の方が借り受けて畑を
していた場所で、直前まで畑として使用され
ていたこともあって、土壌はとても良い状態
でした。

ですから、迷うことなく畑作をすることに
しました。

これを好機に、何らかの形で入居されてい
る皆さんに関わりを持っていただき、日々の
楽しみに繋げることはできないだろうかと思
案しましたが、とにかく、誰かが作業しなけ
れば何も実りません。

当然ずぶの素人である私一人ではどうにも
こうにも・・・、思いあぐねていると居たん
です。普段は施設の環境整備をして下さっ
ている用務員の方々に声をかけると「畑いいじ
やない。やりましょうよ」と答えて下さり、
畑づくりがスタートしました。

入居者の皆様の関わり方としては、作物の
苗をプランターで育苗栽培すること。その後
の畑での成長を願い見守ること。そして、収
穫の成果を分かち合い、最後に自分たちが育
てた物として食し、腹に収める。中には、畑
への植え付け、草取り、収穫に直接関わるこ
とができた方もいました。

こうして始まった富士見の里での畑づくり
は、1年目は枝豆と大根のみでしたが、2年
目の今年には、じゃがいも、枝豆、里芋、さつ
ま芋、ミニトマト、長ネギ、生姜、そして、
ヒマワリまで。なんと欲張りな、8品種を栽
培するに至っています。

畑づくりを始めると、

「何を植えるの？」

「そうか、それならこうしたほうがいいよ」

「これは病気の種類だからこうしたほうがいい」

など、期せずして、
入居者の方々から積
極的なご指導をいた
だくこととなりました。
また、その時の
表情たるや、生気が
みなぎるといって言
い過ぎかもしれない
ですが、そう言いたく
なる程に生き生きと
した表情がたまりま
せんでした。



このことから、日々の楽しみの提供の大切さを改めて確認することができました。次の段階として、入居されている方々が間近に作物の成長をみて、収穫の喜びを直接感じるこゝとが出来るように、車椅子で畑に出られる手立てを講じたいと計画中です。

ご家族の皆様も、このささやかな活動に思いを寄せていただければ幸いです。

尚、紙面でご紹介したのを機会に、この畑に名前を付けることと致しました。ご期待ください。

1階介護だより

和田 直美

入居者様から「春になって暖かくなってきたね、そろそろ花見や食事に行きたいね」と言う声が聞こえてくるようになりました。

4月発行の「かわら版富士見ぼりゅーむ3」で紹介のありました散歩や外出を実行できる穏やかな季節がやってきました。

花見や外出は残念ながら全員の方が参加できる訳ではありません。

それぞれの方が様々な障害を抱えられていらっしゃるからです。

行事を試行錯誤して企画をすると言う事はそのような事も踏まえて行っています。

四月十六日には天候にも恵まれ佐久間ダムに花見散策し、その後、昼食を「かなや」に

て房総の味覚を楽しめました。

五月六日節句の会ゲームや副施設長と介護員によるコント、皆様の笑顔や笑い声を沢山頂きコントにも熱が入りました。

五月七日はイチゴ狩りとなっていました。残念ながらイチゴの実りが悪く、急遽金谷にあるフィッシュでおやつとお土産を買うことになりました。

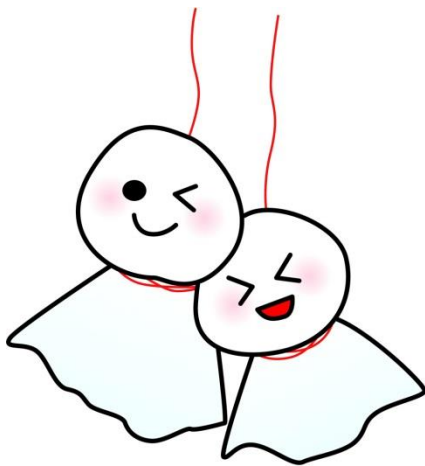
六月二十四日は梅雨の晴れ間にマザー牧場に行かれました。

どの入居者様も外出先では笑顔が絶えず、とても楽しまれたようでした。

これからも入居者様に寄り添った介護を心掛け精進して行きたいと思えます。

そのため、皆様のお力もお借りしていきたいと思えます。

どうかよろしくお願い致します。



2階ユニットだより「十人十色」

櫻澤 順子

二階のユニットは、「悠」「雅」「和」と三つに分かれております。

その三つのユニット一つ一つがとても個性豊かなユニットとなっております。

また、入居者様も十人十色です。

大人しい人、我儘いっぱいな人、頑固な人、騒がしい人と様々です。

そんな入居者様と共に、我々スタッフは日々生活を共に暮らしています。

一緒に泣いたり笑ったり、励まし合ったりしています。

そうした生活の中では、私たちが入居者様から教えられる事もたくさんあります。

随分、昔の事ですが、百歳近くの一人の入居者が、こんな言葉を言っていた事を今でもハッキリと憶えています。

「人間はね、一生勉強ですよ」

と私に語ってくれました。

その言葉をかみしめて、私は毎日、入居者様と過ごしています。

また、将来、自分が歳を取った際、若い人たちに同じ事が言える様な人間で有りたいたいと思います。

忙しい毎日ですが、入居者一人一人に目を向けて、少しでもその人らしい生き方が出来る

る様、支援をして行こうと思っっています。



2階悠ユニットだより「買い物ツアー」

高橋晴美

だんだんと暖かな季節になり、遠足の時期になりました。

遠足と言えば、お花見等を思い出しますが、普段の何気ない会話の中で、

「買い物に行きたい」

と言う言葉を良く聞く事があり、悠ユニットでは、お買い物ツアーに行くことを決めました。

毎年、スーパー等を周り、利用者様が自分の欲しい物を選んでおります。

今年も買い物ツアーに出かけ、その出先にて

「このおせんべいが美味しかったからまた欲しかったのよ」

「可愛いコップがあったから買ってみたいの」

と入居者様の皆様がそう笑顔で語りながら、楽しそうに買い物されておりました。

昼食はレストランへ行き、買い物時の事

を思い出し、雑談しながら和やかに過ごされていきました。

私たちにとっては何気ない買い物ですが、施設で生活されている利用者様にとっては、外に出て自分で欲しい物を選んで、買うと言う事がどんなに楽しい事かを実感しました。

今後も入居者様の皆さまが笑顔で一日を過ごしていただけるよう、これからも買い物ツアーを続けていきたいと思われました。



2階和ユニットだより

高島 さだ子

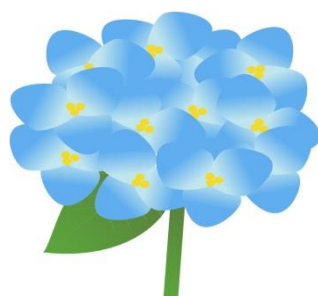
私が富士見の里にお世話になってもう半年になりました。

初めはどの様な入居者様がいるんだろうと心配でしたが月日が経ち、入居者皆様の事がだんだんとわかってくると心配な心も晴れて笑顔になりました。

いつもは落ち着きがなくても礼拝や讚美歌サークルへの参加の時は落ち着かれる人、ふだん無口だけど自分の住んでいた場所の話をすると多弁になる人など様々です。

その中で和ユニットはいつも中庭のペランダに花がたくさん咲いていて（造花もありますが・・・）その話で盛り上がりたりしています。

他のユニットの様に外出の機会は少ないですが、「悠」「雅」のユニットの入居者様の方が、お散歩がてらに顔を見せてくれ、ふれあいの場となっています。これからも入居者様の多くの笑顔が見られるような事を企画して行えたら良いと思っています。



健康管理室だより

渡邊 章貴

この度、新しくこの望みの門富士見の里の健康管理室の室長として派遣されました渡辺彰貴と申します。

この富士見の里で働いて最初はわからない事も多かったですが、三か月がたち、やっと慣れてきました。

入居者様も私の顔を覚えて下さり、とてもうれしく思っています。

さて、この機関誌が届いた頃には、梅雨も明け夏の暑さが身に染みる季節となっているかと思えます。

この時期に、気を付けなければいけないのが、食中毒です。

当施設では、食中毒防止の観点から、ご家庭での調理品の持ち込みをご遠慮させて頂いております。

賞味期限の記載された食品のみ、お持ち込みが可能となっておりますのでご了承ください。

また、賞味期限が記載されていたとしても、自家用車の車内温度等で温まりますと食品の腐食が進んでしまいます。

その食品を食べられた方は腹痛や下痢、嘔吐等で苦しむこととなりますので、保存方法にもどうかご注意ください。

特に、生ものは傷みややすく管理が難しいとされています。

そこで食中毒の三原則を紹介したいと思います。

1. つけない（食品をよく洗う）
2. ふやさない（調理前後の低温保存）
3. やつつける（食品をよく加熱する）

この三点に注意し、どうか皆様もお気を付けてください。



厨房だより

平野 美恵子

梅雨真っ盛りの今日この頃ですが、旬の夏野菜が続々と収穫され、スーパーの店頭をにぎわしています。

かぼちゃ、キュウリ、ナス、トマト、インゲン、オクラなどが代表的です。

かぼちゃにはカロチン、ビタミンCやE、カリウム、食物繊維などが含まれています。

特に、ビタミンA「カロチン」、C、Eの三つが揃うとがん予防に強力な力を発揮すると言われています。

トマトにはカロチン、リコピン、ビタミンAやC、Eやカリウムなどが含まれており、免疫力を高め、細胞の酸化や老化防止、余分な水分を排出し、高血圧や動脈硬化を予防します。

インゲンにはカロチン、ビタミンB1やB

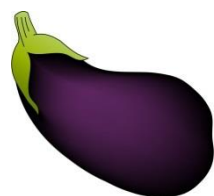
2、カルシウムやカリウム、食物繊維が含まれ、疲労回復、高血圧予防に効きます。

まだまだたくさん夏の野菜がありますが、肉や魚のたんぱく質も人間の体には欠かせないものです。たくさん食べて暑い夏を乗り切りましょう。

厨房では暑いこの時期に注意しなければいけない事は、食中毒です。

先日、保健所より「食中毒警報」が発令されました。

それに関連して、七月一日に食中毒の予防と対策についての研修を行いました。今後也十分に加熱され清潔で安全な美味しい食事を提供する事に全員で頑張ります。



事務所だより

『笑顔』

事務員 明石めぐみ

6月6日（土）に「望みの門バザー」が富津地区で行われました。

皆様から多数の献品をしていただき、ありがとうございました。

毎年会計が大変込み合い皆様にはご迷惑を

お掛けしております。

天候にも恵まれ、おかげさまで大盛況のうちにはバザーを終える事が出来ました。

笑顔つてとても大事だなと思いました。

私自身、笑顔を出せば出すほどたくさん笑顔に出会えるし、自分の中に笑顔が増えていくのではないかと思っています。

どんなに辛い時でも笑顔を絶やさずいたら、きっと自分自身も相手も幸せな気持ちでいられるのではないかと思います。

私もご利用者様を笑顔に出来るよう、少しでもお話しする時間をもてたらと思います。

今回のバザーでは富士見の里のご利用者様も職員と一緒にバザーに来られ大変喜んでおられました。

日頃ご利用者様とお話しする機会が少ない私の所にも、笑顔で声を掛けにきて下さりとても嬉しく、いつの間にか私も笑顔になっていました。



食べ物の持ち込みについて（食中毒予防にご協力お願いします）

ご家族様に於かれましては、常日頃より、施設運営にご理解ご協力をいただき誠にありがとうございます。さて、ご面会に際し、食べ物をご持参される場合の注意事項をご連絡申し上げます。

施設では予めより、食べ物をご持参いただく場合は、賞味期限が明確に記されている既製の商品に限らせていただいております。また、季節がら購入後速やかに食べることができるようご配慮ください。ご高齢になると、体力が低下しているため、思わぬことで大きく健康を害されることもありますので、ご理解ご協力の程よろしくお願い致します。

行事予定

- | | |
|---------|---------------|
| 7月 | 8月 |
| ・七夕 | ・納涼会 |
| ・誕生会 | ・誕生会 |
| ・消防避難訓練 | |
| 9月 | 10月 |
| ・敬老会 | ・外出 |
| ・誕生会 | ・誕生会 |
| | ・スポーツ大会（法人合同） |

俳句（入居者作品をご紹介）

古井戸の

石垣登る

かえるかな

K十

鶯の

衣を変えて

唄う歌

K十