

# ひばり

第44号



## 夏祭り

7月30日、ひばり療護園夏祭りが開催されました。午後から大きな積乱雲が立ち込め、大丈夫か心配される中その予想は的中し、16時のスタートを待ってもくねず、激しい雷雨がやってまいりました。プログラムも予定通り進まず、出演者や来場者の皆様には、大変ご迷惑をおかけいたしました。しかし、皆様の熱い思いが通じてか18時頃には晴れ、その後は予定通り進める事が出来ました。

出店については、みちのくコカコーラ久慈営業所様、おおのミルク工房様、沢菊様、北村商店様、久慈東高校様、浜や様、天天堂女性部様、ひばり療護園家族会の他、ひばり療護園からもたこ焼き、食堂の出店を致しました。行列が出来る出店もあり、盛り上がりを感じました。

ステージ部門では、ひばり保育園の歌とダンス、久慈中学校マンドリン部様の演奏、やませ土風館空手教室様の演武が行われました。雨をふきとばす程の素晴らしいステージに、観客からも拍手が鳴り響いていました。本当に、雨の中ありがとうございました。最後に、シンガーソングライター松本哲也様によるライブステージが行なわれました。4年前にも来園してライブをして頂きましたが、4年前に比べ更にパワーアップした迫力のあるライブに胸が熱く高鳴りました。会場内には、松本哲也様の素晴らしい歌声が響き、ステージを締め上げて頂きました。

夏祭りの締めは、恒例の景品付き抽選会です。ひばり療護園夏祭りに協賛して頂いている皆様より、素晴らしい景品を頂き、抽選で当たった方はとても喜んでおりました。来年度も、更に素晴らしい夏祭りを開催出来るよう企画したいと思っております。

# 釣り堀外出

6月は、毎年恒例となっているファミリーランドへ釣り堀に出掛けて来ました。大物を釣るのに慎重に糸を垂らす人もいれば、大小構わず糸を垂らす人もいました。いざ池に糸を垂らすと、すぐにエサに岩魚が食いついて釣りあげる人もいたのですが、そのまま岩魚を泳がせている人もいて、個々の楽しみ方で釣り上げていました。釣り上げた後は、岩魚を串に刺し炭火でじっくり焼き、いい焼き目が付いてから、とても美味しく頂きました。



## 卓球バレー

7月3日に、盛岡のふれあいランドで卓球バレー岩手県予選大会が行われました。「希望郷岩手大会」出場権をかけた大会で、私達ひばり療護園チームは、2年間の成果を試す初の公式試合でもありました。

余裕を持って到着したはずがバタバタと時が過ぎ、試合もトントン拍子に進み、緊張する間もなく終わってしまいました。結果は、ブロック内1位通過で、敢闘賞までいただきました。他のチームの参加者は障害の軽い方が多かったのですが、緊張し過ぎることなく、勝ち抜いた皆さんには驚かされました。

10月23日の希望郷岩手大会では、さらなる飛躍で入賞できるよう頑張ります。応援よろしくお願いします。

## 障害者スポーツ大会

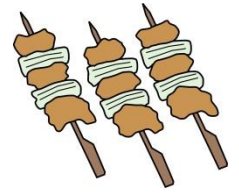
6月4日に行われた、毎年恒例のスポーツ大会でしたが、今年は岩手国体の流れで行うプレ大会となりました。いつもは盛岡で行うのですが、本大会に合わせて北上や奥州で行ったため、例年以上に早い出発と余裕のないタイムスケジュールになり、選手の皆さんもお疲れのご様子でした。

1年を通して計画的に練習した成果が出て、去年以上の結果を出せた選手が多く、「日頃の努力の賜物」と口を揃えておっしゃっていました。来年も記録更新を期待しています。





# 焼き肉の日



7月6日に、焼き肉の日を行いました。当日は雨になり、場所を外から食堂に移しての開催となりました。職員が焼けた食材を運んで来ると、「お肉ちょうだい！」とあちらこちらから声が聞こえ、大きな口で美味しそうに食べていました。「本当は外が良かったけど、中で食べるのもいいね。」と話している方もおられました。たくさんのご家族の方に参加頂き、利用者の方々は楽しい時間を過ごされたと思います。



## 日帰り旅行

8月20日、小岩井農場に行ってきました。暑い日だったので、早速ソフトクリームを堪能しました。その後は、遊具で遊んでいる人の様子を見て楽しんだり、日陰で身を寄せ合って涼んでいる羊の様子を見て癒されたりしました。昼食は羊を見た後なので、ジンギスカン…ではなく、レストランでそれぞれ食事をしました。突然の豪雨に襲われましたが、店内にいたので雨に濡れることもなく、「やっぱり普段の行いが良いからだよね(笑)」という事で、とても楽しい旅行となりました。



## 花火大会鑑賞会

8月16日は、久慈市納涼花火大会でした。天候が心配されましたが、雨が降ることなくひばり療護園の屋上で見学する事ができました。花火が打ち上がると「きれいだね！」と、和やかな雰囲気皆さん花火を楽しまれていました。花火が終わると「凄かったね！」と感激の声や、「もうちょっと見たかったな。」と、惜しむ声も聞かれました。来年は天候を気にせず、ひばり療護園からの別格な花火を見学したいものです。



アロマオイルを使用してのマッサージやネイルケアが主な活動内容です。

アロマには『リラックス効果があり、心と身体を癒したり、むくみ解消や血行促進などに効果がある』と言われております。参加者は、毎月アロマオイルに心身を委ね『美』が増している気がします。



## アロマクラブ

木曜日の午前、土曜日の午後の週2回がクラブ活動の時間となっています。クラブは全部で8つあり、各クラブ月1回程度の活動を行っています。ご利用者と職員との談笑やふれあいの時間ともなっています。

前号では、『園芸・語り部クラブ』『家庭クラブ』『カラオケクラブ』の3つを紹介させていただきました。

今回は、残りの5つのクラブ活動をご紹介します。



毎月、ご利用者&職員メンバーが麻雀台を囲んで、真剣な眼差しで勝負しています。年に一度、クラブ内で大会を実施し、上位者には商品券などの豪華景品が贈られています。麻雀には『脳の活性化や老化防止』などの効果があるとも言われています。ど〜りで参加している方々はいつも若々しいと思った。(あくまで、個人的な感想です。..)

## 麻雀クラブ

主な活動内容は、オセロ・トランプ・黒ひげ危機一髪ゲームなどです。

トランプでは『ばば抜き』をよくやります。

『ばばを抜いた時』と『相手にばばを取らせた時』のあの感情、もうたまりません。毎月ドーパミンが出っぱなしで活動中です。



## オセロ・トランプクラブ

主に卓球バレー・ボーリング・風船バレーなど、毎月元気ハツラツと活動しています。特に卓球バレーは本格的な活動となっており、今年国体にも出場する予定です。

やっぱり、運動で流した汗はいいですな〜。



## 運動クラブ

ご利用者&職員共に、野球・サッカー・競馬・オリンピック etc...幅広く予想し、競っています。一年を通しての優秀な予想屋には豪華景品が贈られています。(市内のラーメン店の出前が食べられる権など)

予想クラブのメンバーの目は、他の方々より気持ち『赤い』です。血眼になって予想しすぎではないでしょうか？ (笑)



## 予想クラブ

# デイサービス通信

## 焼肉の日

7月6日に「焼き肉の日」を開催しました。“職員との交流を深める事”も目的の一つとし、焼いたお肉を食べるだけではなく、野菜のカットやお皿、箸を並べる等の準備も協力しあいました。あいにくの雨だった為、テイルームでの実施となりましたが、焼き肉はもちろん、焼き鳥や焼きそば、デザートのスイカも皆で美味しく頂きました。午後からはカラオケ大会や職員による「びっくり手品」もあり、皆さんの笑顔溢れる楽しい一日となりました。



あるひと夏の思い出



## 新規利用者さん紹介

9月からご利用いただいている新しい利用者の皆様です。

かめ なし やす ひろ なが くら とみ お  
亀 梨 泰 広 様 長 倉 利 美 雄 様

よろしくお願いいたします！！

## 利用者募集中

広～いお風呂で“さっぱり”と。みんなでわいわいゲームや運動、園外行事やおしゃべりなどなど私たちと一緒に楽しみませんか？ご利用者大募集中です！！

\*\*\* 詳しくは、当センターへお問い合わせください \*\*\*

【 連絡先：Tel0194-61-1840 （担当：吉田・渡邊・及川） 】

デイサービスでの活動内容等は、当センターのホームページでもご覧いただけます。

ホームページアドレスはこちら → <http://tenjinkai.jimdo.com>



# 新規利用者さん

## いらっしゃ〜い!! 紹介のコーナー



おおくほ まこ 様  
大久保 真子 様

私は平成 28 年 6 月 20 日に入所しました。趣味は DVD 鑑賞で、特に中国と韓国ドラマが好きです。また、芸能ニュースを見る事が大好きです。大好きな食べ物はお肉です。みんなとはやく仲良くなりたいので、みなさん何でも良いので気軽に声を掛けて下さい。

# 新職員紹介のコーナー



えびな ひろゆき  
海老名 宏之

(生活支援員)

平成 28 年 7 月 1 日採用



ゆ やま しゅう  
湯山 修

(施設整備員)

平成 28 年 8 月 15 日採用

がんばります!! よろしくお願ひします(\*^.\*^)



はたけやま ゆきえ  
島山 幸恵

(パート洗濯スタッフ)

平成 28 年 8 月 23 日採用



さが まきこ  
嵯峨 真貴子

(パート食事介助スタッフ)

平成 28 年 9 月 7 日採用

# 演奏

8月20日(土)、久慈東高校吹奏楽部の皆さんが演奏会を開いてくれました。オープニング『笑点のテーマソング』から始まり『マツケンサンバII』『演歌メドレー』北島三郎の『まつり』『天城越え』と全部で5曲披露してくれました。音楽の力に元気づけられた一日でした。

久慈東高校吹奏楽部の皆さま

# 合唱

7月3日(日)、『コーラスけやき』の皆様が来園し、素敵な歌声を披露してくれました。プロの澄んだ小鳥のような歌声…。マネしたくてもできません。。

コーラスけやき さま

またぜひ、癒しにきて頂けたら嬉しいです。

# 退職者

伊藤 タイ子  
(パート調理員)

平成 28 年 5 月 31 日付

久世 達也  
(生活支援員)

平成 28 年 6 月 30 日付

茅森 玲子  
(パート洗濯スタッフ)

平成 28 年 8 月 15 日付

田中 勝幸  
(介助員)

平成 28 年 8 月 31 日付

今まで大変お疲れ様でした。

# ご利用者 & 職員 合同 内部研修

6月1日、久慈保健所の金谷明美栄養士さんをお招きし、利用者、職員合同の『減塩に係る勉強会』が行われました。当施設で食事時の問題となっているのが『食事時の掛足し醤油』。また、岩手県はなんと塩分摂取量、脳卒中死亡率ともに全国ワースト1…。今回の研修で、塩分の取り過ぎは高血圧や脳血管疾患など様々な健康被害をもたらすこと、また1日の理想の塩分摂取量の少なさには驚きました。質問コーナーでは、利用者さんからも沢山の質問が飛び交っており「少し減塩に興味を持っていただけかな?」と少し手ごたえ感じた合同研修でした。

広報 ひばり 第44号

<発行元> 〒028-0031 岩手県久慈市天神堂32-8  
社会福祉法人 天神会  
障害者支援施設 ひばり療護園  
(Tel 0194 (61) 1111)

<発行責任者> 施設長 三河 玲子  
<発行日> 平成 28 年 9 月 27 日 発行

## 編集後記

紅葉に心ときめく季節になりますね。私は、最近ときめきが少なく寂しい毎日を過ごしています。何かいい事ないかな…。というわけで、みなさんが良い秋を過ごせるように願っています。また次号でお会いしましょう。 by うっちー