かじかのさとだより 第88号

発行／〒889-2401 日南市北郷町大藤甲3186番地1／TEL0987(55)3738　FAX0987(55)3739
社会福祉法人 愛泉会　特別養護老人ホーム　河鹿の里
ホームページ http://www.aisenkai.jp/kajika/index.html

新年度のごあいさつ



社会福祉法人
愛泉会
理事長
西島　元利

新年度を迎えるにあたり、入所者の皆様、ご家族の皆様、そして日頃より当法人並びに当施設の運営に深いご理解と温かいご支援を賜っております地域の皆様に、謹んでご挨拶申し上げます。平素より当施設の運営に対し、格別のご理解とご協力を賜り心より御礼申し上げます。

当施設は、昭和五十五年の開設以降「社会福祉事業の主たる担い手として地域社会の福祉の充実・発展に貢献する」という社会福祉法人としての使命を自覚しながら「安心して暮らせる生活の場の提供」と「お一人おひとりの尊厳を大切にしたケアの実践」という思いを全職員が共有し、入所されている皆様が穏やかで心安らぐ日々をお過ごしいただけるよう、また、ご家族の皆様にも安心して大切なご家族をお任せいただける施設であり続けられるよう、誠実な運営と日々のサービスの向上に努めております。

一方でわが国は現在、急速な高齢化の進展に伴い、介護を取り巻く環境が大きく変化しており、介護人材の確保やサービスの質の維持・向上など、社会福祉施設が担う役割はますます重要なものとなっております。このような時代において、私たちは地域社会の一員としての責任を深く認識し、高齢者福祉を支える拠点としての役割を果たしていくことが求められております。

また、人口減少が加速する日南市において、地域の皆様とのつながりを大切にし、地域に開かれた施設として交流や連携を深めていきながら地域課題の解決にも寄与していくことも重要な役割であると考えております。よって常に視野を広げながら、創造力と積極性に溢れる施設として、これからも信頼される運営に努めて参ります。

本年度も、入所者の皆様、地域の皆様が安心して笑顔で暮らすことのできる生活の場を守り続けるとともに、ご家族の皆様・地域の皆様から信頼される施設であり続けられるよう、職員一同力を合わせて取り組んでまいります。

皆様におかれましては、今後とも変わらぬご理解とご支援を賜りますようお願い申し上げますとともに、皆様のご健勝とご多幸を心よりお祈り申し上げ、新年度のご挨拶とさせていただきます。

井野　アヤ子様
長男御夫婦より

令和七年度の敬老会とクリスマス会が感染症の影響で、中止となってしまいました。

今回、敬老会で発表する予定であった「うちのお母さん」という題材で二件のご家族様に話を聞かせていただきましたので、ここでご紹介したいと思います。

若い頃は製材所に二十年勤めました。仕事を辞めもともと活動的な人であったこともありバレーボールをしたり待ちの運動家にも参加しました。又、北郷村から北郷町になった時は頭に鳥帽子をかぶって「三番叟」（さんばそう）を踊りました。

料理が好きで味が美味しかった。今でも食べたいのはカレーライスかな…。弁当も作ってくれました。イモの天ぷらやたけのこの煮付け等、卵焼きはあまくて…。又おでんも。あくまきは、灰汁につけて一から作ってくれました。たくさんのレパートリーがあって赤飯やらおすしやら、懐かしいな…もう一回食べたいわ。

ご長男さんご夫妻と三人で北海道にツアーで行った時は、なぜは周囲は新婚さんばっかりで、私達だけが三人でした。美味しいものを食べたり、観光したりして楽しく過ごしましたが、ふと母が「帰りたくない」と言いました。それ程に楽しかったのだと思います。「お母さん、又面会のとき、うまいものを持って行くから元気でおんないよ」との事でした。

徳丸ケサミ様
娘より



若い頃から明るくて、笑顔がよくてやさしい母でした。父が無口な人だった為、母が話をして家の中を明るくしてくれていました。家が海に近いこともあって伊勢海老漁に手伝いに出かけては、たくさんの伊勢海老を分けてもらい、それをフライにしたり、お料理上手でカレーライスも美味しかったです。日中の空き時間には編み物をして、セーターやマフラーなどをよく作ってもらった思い出もあります。又、お菓子作りも上手で、いりこもちやどら焼き、又ゼリーなども作ってくれました。お弁当も美味しかったです。私は卵焼きが大好きでした。

※ 写真、名前の掲載はご家族、ご本人の承諾を得ています。

忘れられないことは家族で霧島に旅行に行ったことです。温泉に入ってゆったりとした時間を過ごしましたよね。そこでみんなで卓球をしたりして楽しかったです。

「おかあさん、又、会いにゆきますから、元気にしていてくださいね」との事でした。

お母様の若かりし頃の貴重なお話を聞かせていただきまして、心より感謝申し上げます。他の利用者様お一人おひとりに大切なエピソードが存在すると考えております。今回は敬老会で発表できなかったものを書面にてご披露させていただきました。大変、ありがとうございました。



10月 運動会

十月八日に「秋の運動会」を行いました。

赤団、白団に分かれ、玉入れ、車イス競争、輪投げ、借り物競走と沢山のプログラムでしたが、利用者様も張り切って参加されました。中でも借り物競走では、大盛り上がりで笑い声が食堂いっぱいに響いていました。



赤団長、白団長も大きな旗を持って、力一杯振られていました。

結果は、白団の優勝でした。





11月 秋のドライブ

十一月五日と二十七日に、ドライブに行きました。東郷インターから高速道路に乗って、北郷インターでおりました。日南市内で高速に乗るのは初めての方が多くて「すごい」「やっとできたね」「宮崎市まで近くなったね」等感激される言葉が多く聞かれていました。その後は、北郷町内を巡り、蜂の巣キャンプ場の川原も少し散策したり、コスモスの色鮮やかな風景を楽しまれました。






12月 おもちつき

つきたてのおもちは熱くていい香りがしていました。一年の無病息災を願い、鏡餅を作ってお供えしました。



1月 獅子舞

一月一日、元旦。新年明けましておめでとうございます。

飫肥田之上八幡神社の方々が獅子舞で慰問して下さいました。

子供獅子もあり、利用者様の中では目に涙を浮かべられたり、優しい眼差しでご覧になられていました。お一人お一人、獅子にかんで頂いて、大変喜ばれていました。







2月 節分

二月四日は、節分の豆まきを行いました。

看護学生が実習で来られていたので、可愛い鬼とすこしガタイのよい鬼が登場して「鬼は外～福は内～」と豆ではありませんが、当たっても痛くないボールを激しく投げ、盛り上がりました（笑）






3月 ひな祭り

今年も、五段のひな人形を出し、利用者様は大変喜ばれていました。

可愛い人形をいつまでもご覧になられて「早よ、しまわんと嫁にいけんど～」と笑って言われる姿も見掛けました。

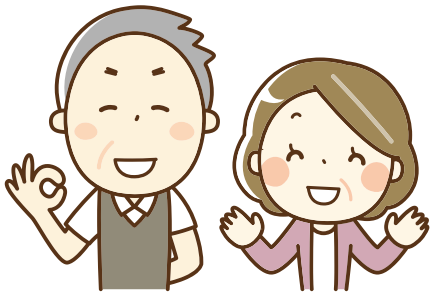





さあやろう

北地区地域包括支援センターからのご案内です。
地域包括支援センターとは、高齢者のみなさんが、住みなれた地域で安心してくらすために必要な支援を行う総合相談窓口です。

認知症？気になっていませんか？



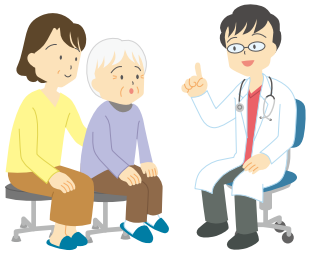
認知症とは、記憶や判断力が低下し、生活に支障が出る状態のことです。
認知症は特別なことではありません。早期発見・早期対応が大切です。

認知症気づきのサイン

もの忘れ
- □置き忘れ・しまい
- □同じことを何度も聞く・話す
- □約束や予定を忘れることが多い

生活の変化
- □料理や買い物、支払いが難しくなった
- □慣れた道で迷うことがある

気持ち・性格の変化
- □とても怒りっぽくなった
- □疑い深くなることがある



気になる症状があるときは、ひとりで悩まず早めに専門医等に相談しましょう。

脳トレにチャレンジ

①

さ		
ね		ど
ま		

②

こ		
つ		め
	と	

認知症の予防のためには？

①バランスの良い食事を心掛ける（タンパク質や野菜を摂る。減塩を意識する等）



②人との交流や会話をする。外出をする。
③適度な運動（体操や歩くこと、頭を使いながら運動を行うリズム体操など）
④頭を使う（趣味活動をする。読書をする。日記を書く）

1月　お正月（元旦）



- 赤飯
- 魚のてりやき
- だし巻き卵
- 黒豆
- かまぼこ
- ねりきり
- 清汁

12月　クリスマス



- ちらし寿司
- 鶏肉のからあげ
- 煮なます
- いちごのムース

1月　お正月（2日）



- ちらし寿司
- 西京焼き
- 白花豆
- かき玉汁
- 厄まんじゅう



2025年度もたくさんのメニューを心を込めてご提供させて頂きました。

脳トレにチャレンジの答え…①ん ②ば

デイサービス活動風景

敬老会

敬老の日は、大手門ひな子とフラダンスの方にお越し頂きました。みなさんと賑やかな時間を過ごしました。



全員で「百二十音頭」を踊り、元気が出ました!!
フラダンスでは、宮崎県を舞台にした「フェニックス・ハネムーン」を始め、全六曲の踊りを披露してくださいました。



秋の大運動会

十月三十一日に、当デイサービスにて運動会を開催しました。赤団・白団に分かれ、元気いっぱい競技に参加されました。







職員も今年はダンスを踊り利用者様にエールを送りました。

冬至

冬至に合わせて柚子風呂を行いました。湯船に浮かぶ柚子のさわやかな香りが浴室いっぱいに広がり「いい香りだね」「身体がぽかぽかするよ」と皆さま笑顔で入浴され、お肌もツルツルに♥



クリスマス

クリスマスの音楽とともにサンタクロースが登場すると会場は拍手で大盛り上がり!!



プレゼントを手にした皆さまの笑顔は、まるで子供の頃に戻ったよう♥
寒い冬ですが、心はぽかぽか温まる特別な一日となりました。



お正月

二〇二六年はうま年。午年は「活気」や「挑戦」の象徴とされています。今回の創作は利用者様が折られて折り鶴を取り入れ、余暇の時間にコツコツとみんなでちぎり絵を仕上げました。





節分

赤鬼・青鬼が登場すると、皆さま大きな笑い声とともに「鬼は外!福は内!」と元気よく豆まき（カラーボール）を楽しみました。最後は、みんなでハイポーズ♥







編集後記

皆様の笑顔に支えられ、私たちも元気をいただいております。次号もどうぞお楽しみに。