



佐渡市

# 社協だより

第107号  
平成27年  
12月25日発行



## ❖目 次

P2~3	特集：グループホームまの	P7	寄付のお礼・クロスワード
P4	どんどんボランチャ	P8	輝く島の未年さん
P5	いきいきつうしん・ 今月のクローズアップ		デイからこんにちは
P6	情報掲示板		表紙の紹介

編集・発行

社会福祉法人 **佐渡市社会福祉協議会**

佐渡市畠野甲533番地 TEL 0259-81-1155 FAX 0259-81-1156  
<http://care-net.biz/15/sado-shakyo/>

# 瞬間を生きる ～グループホームまの～



グループホーム（認知症対応型共同生活介護）は、認知症高齢者と職員が共同生活を行う介護施設です。「グループホームまの」では、入居者の方それぞれの能力を活かし、料理や掃除、洗濯などをしながら、家庭的で落ちついた雰囲気のなかで生活が送れるようにサポートをしています。利用できるのは、佐渡市にお住まいで要支援2以上と認定され、主治医から認知症の診断を受けている方です。

平成23年度、真野地区長石に誕生した「グループホームまの」。開設にあたっては周辺地域の方々に様々なご心配をおかけしたことだと思いますが、おかげさまで、現在18名の利用者さんたちが穏やかな日々を送っています。近隣の方々にもよく遊びに来ていただき、特に真野地区出身の利用者さんはお馴染みの顔が見えると嬉しそうに微笑みます。



「おかれり。」外出していた利用者さんが帰ってくると、職員と他の利用者さんたちが迎えます。グループホームは利用者さんたちの帰る場所。ここではそれぞれのペースを保ちながら、利用者さんが2つのユニットに分かれて過ごしています。

認知症になって短期記憶が失われるようになってしまっても昔の記憶は残っていると言われていて、利用者さんたちと過ごしていると確かにそれを感じます。得意だった料理や手芸、庭の手入れなどの腕は衰えず共同生活の中で活躍し、そのような時は利用者さんの表情も明るく輝きます。



買い物や通院、地域行事のほか、「外へ出たい」という希望があれば職員が付き添い、満足するまで一緒に歩きます。お一人おひとり、これまで過ごしてきた人生が違うのですから、生活のリズムや趣向が違うのは当たり前のことです。共同生活の中でその全てに応えることは難しいかもしれません、できる限り想いを受け止め、“自分らしく”暮らしてもらえるように努めています。

**家にはなれない。**家族にもなれない。これは、利用者さんと関わるなかでわかつてきました。施設は利用者さんの家に、職員は利用者の家族に、との想いでスタートをきりましたが、利用者さんの心の中にはいつまでも自分の家と家族の姿がありました。

以前、部屋の窓から見える庭にヒヤシンスの花が咲くと、「お墓参りに行かなくちゃ」と話す利用者さんがいらっしゃいました。職員と一緒にお墓まで行き、



静かに手を合わせるその眼には、共に人生を歩んだ家族の姿が見えていたのでしょう。ヒヤシンスの花言葉は“悲しみを超えた愛”。利用者さんの、亡くなられたご家族に対する深い愛情を感じる瞬間でした。

グループホームは、利用者さんにとって本当の家以上の存在になることはできません。それでも、仲間や職員と過ごすこの場所を「何となく居心地のいい場所」と思ってもらえば、この上なく嬉しく思います。

**グループホームまの**が目指すのは、今いる利用者たちの安心、満足、そして穏やかな暮らしです。認知症と診断され、記憶が残りにくくなった利用者たちは、まさに一瞬一瞬を生きているように感じられます。「その“一瞬”を大切にしたい。」これが、グループホーム職員の願いです。



ホームヘルパー（訪問介護）やデイサービス（通所介護）などを展開してきた社協にとって、在宅介護サービス以外の介護事業を始めたことは大きなチャレンジでした。試行錯誤を繰り返しながら5年目を迎えた今、地域の皆さんに支えていただいていることを改めて感じ、心から感謝しています。

私たち社協は「グループホームまの」をきっかけとして認知症に対する理解をさらに広め、佐渡での認知症対策の一助となれることを願っています。これからもチャレンジする気持ちを忘れずに励んでまいりますので、どうぞ宜しくお願いします。



利用者様の写真につきましては、ご家族の方々にご理解いただき、生活の様子、笑顔を中心に掲載させていただきました。

# どんどん★ボランチャ

いきいき活動するボランティアさん=ボランチャをどんどん紹介するコーナーです。

## ボランチャとは…

ボランはボランティアとサッカーのつなぎ役であるボランチから、ちやは沖縄で〇〇の人という意味のちゅを佐渡らしくもじりました。島内のボランティアさんのお名前として考えました。

### 見た人が笑顔になれるように

きくち さとし  
菊池 敏(小木)



私は友人の依頼で、小木の「つくし納涼祭」のポスターや佐渡市消防団員募集のポスター作製等のボランティアをした事があります。本職で絵の仕事をしているわけではないので未熟な部分は多々ありますが、小さい頃から絵を描くのが大好きです。イラストを描く機会を頂く事があれば、見る人が思わず笑顔になれるような絵を描けたらいいなと思います。

また、踊りや歌う事が好きで地域の芸能祭などにも参加しています。少しずつですが、地域のためにボランティア活動をしていきたいと思います。

### お弁当づくりをみんなで

健康推進協議会真野支部



健康推進協議会真野支部は現在53名の会員で活動しています。食などを通して地域の方々の健康を考え、元気に生活していくお手伝いをさせてもらっています。その活動のひとつに「給食サービス」があります。

年に3回、75歳以上のひとり暮らしの方にお昼のお弁当作りをしています。味付け、盛り付けなどを工夫し、喜んで食べていただけるように毎回頑張っています。利用者の方から「おいしかった。」「ありがとうございます。」のお声を聞いたときは大変嬉しく、やりがいを感じます。

これからもおいしいお弁当をお届けできるよう、会員みんなで努力していきたいと思っています。

(支部長　臼木佐知子)



### エコキャップの収集活動を行う際には、 次のことにご協力お願いいたします。

多くの方々からエコキャップを提供していただき大変ありがとうございます。

寄せられるキャップの中で一部エコキャップ以外の物（写真を参照してください）が混入している事があり、エコキャップを購入していただいておりリサイクル事業者が大変困っておられます。エコキャップを提供していただく際には、次のことにご協力くださいますようお願い申し上げます。



◆収集しているエコキャップはペットボトル（飲料水）のキャップのみです。

◆食品がキャップに付着していると異臭が発生することもありますので、簡単に洗って頂けるとありがとうございます。

◆イベント・文化祭などで、カラースプレーで塗装したキャップはご遠慮願います。（リサイクルできません）

◆紙のシール（値札・キャンペーンシールなど）・セロハンテープは取り除いてください。



島内各地で活動している「いきいきサロン」や「地域の茶の間」の皆さんを紹介します。

## ふれあい・いきいきサロン(赤泊地区)

★開催日 月3回 ★会場 赤泊福祉保健センターやすらぎ／川茂会館

★時間 午前10時～午後3時

★参加費 500円（昼食弁当代）

★参加状況

毎回10～15名程度の参加があります。みんなで楽しく世間話やゲームをしたり、地元の保育園児・小学生との交流をしたりしています。また、春と秋のバスハイクも楽しみの一つで、行先はみんなで相談して決めています。

秋晴れに恵まれて、真野の五重塔と畠野の紅葉山へ行った時に記念撮影！



### ★待ってまーす！

一人暮らし高齢者、高齢者のみの世帯、家族がいても日中は1人でテレビを見ていることが多い人、友達づくりや楽しい時間を一緒に過ごしませんか。

## 今月の クローズアップ Close Up

福祉関係の団体を紹介します



特定非営利活動法人

**佐渡・島福祉サポート21**

指定障がい福祉サービス事業所  
**あいかわ希望の家**

☎0259-74-0696(FAX兼用)

〒952-1511

新潟県佐渡市相川栄町24番地

## あいかわ希望の家

平成13年4月に養護学校の卒業生と保護者

で立ち上げ、平成23年1月から就労継続支援B型事業所に移行しました。

“楽しく 仲良く 元気よく”をモットーに利用者は作業に取り組んでいます。

主な作業としては、調理班のコロッケ・メンチカツ作り、織物班の結び織り・裂き織り、木工班の木製パズル作り、手芸班の朱鷺のマスコット・カバン・うでぬき作り、農耕班のじゃがいも・玉ねぎ・にんにく作りなどを行っています。

イベントなどで販売しておりますので、見かけましたらぜひお立ち寄りください。

# 情報掲示板

## 畠野高齢者住宅やわらぎの里 入居者募集

畠野高齢者住宅やわらぎの里では夫婦部屋が2部屋空室となっており、入居者を募集しています。

### ◆施設概要

畠野高齢者住宅やわらぎの里は高齢者の方が安心して生活を送れるよう、相談員・宿直員を配置しています。

対象：自炊ができる健康状態にあり、日常生活を維持するための費用を負担できる収入のある方  
原則65歳以上の夫婦

間取り：6畳間2部屋 キッチン（IH）・洋式トイレ・クローゼット・押入れ付き

### ◆負担費用目安

年間収入による区分	利用者負担額 (夫婦部屋 月額)
120万円以下	15,000円
120万1円～150万円	25,000円
150万1円～200万円	30,000円
200万1円～250万円	35,000円
250万1円以上	45,000円

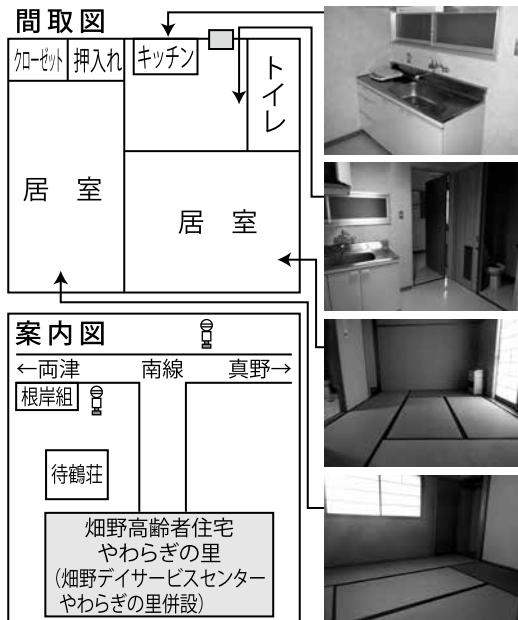
その他 光熱費等が加算されます。

詳細につきましては下記事務局へお問い合わせください。  
事務局：佐渡市社会福祉協議会

畠野支所 ☎81-1620

畠野デイサービスセンターやわらぎの里

☎66-4150



### 1月開催 心配ごと相談

生活の様々な心配ごとや困りごとを気軽に相談できる窓口、「心配ごと相談」を開催しています。

お住まいの地区以外での相談もできますので、ぜひご利用ください。秘密は守られます。

地区	相談日	時間	会場
両津	13日(水)・23日(土)	13:00～16:00	両津福祉センター しゃくなげ
	7日(木)	18:00～20:00	
相川	10日(日)・16日(土)・22日(金)	9:00～12:00	ワンドブルーあいかわ
金井	10日(日)	13:00～16:00	金井コミュニティセンター
畠野	25日(月)	9:00～	畠野農村環境改善センター
松ヶ崎	12日(火)	12:00	松ヶ崎総合センター
小木	6日(水)	13:30～	小木多目的集会施設あゆす会館
赤泊	20日(水)	16:30	赤泊福祉保健センターやすらぎ

### 弁護士による 無料法律相談

#### 【両津地区】

日 時：1月29日(金)  
10:00～15:00

場 所：両津福祉センター  
しゃくなげ

予約電話番号：23-5500  
(社会福祉協議会両津支所)

定 員：8名

※事前に予約が必要ですので、開催日の1週間前までにお電話ください。  
秘密は守られます。



## ご寄付ありがとうございました

平成27年11月1日～11月30日(受付順)

次の方々より、心あたたまる善意をお寄せいただきました。  
お寄せいただいた金品は、地域福祉活動に役立させていただきます。

### 《本所》

NTT退職者の会 佐渡地区協議会様 29,960円

### 《両津支所》

佐藤 勝雄様(真木)	タオル100枚
しゃくなげ20年の会様	10,828円
佐渡市女性団体連絡協議会様	タオル50枚、古切手
匿名	手作りの紙箱500枚

### 《相川支所》

あいかわ社協まつり実行委員会様	52,900円
加藤様	100,000円

### 《羽茂支所》

小木町婦人会 会長 桃井 卓子様	
オムツ交換車1台、体温計6台、タオル200枚	
匿名	マスク18箱

## 考えて応募! クロスワードパズル



●今月は5ページで紹介した「あいかわ希望の家」様にご協力いただき、正解者の中から

抽選で5名様に、素敵な商品をプレゼントいたします。社協だよりへのご意見・ご要望などもどんどんお寄せください!

●タテとヨコのカギをヒントに、カタカナで言葉を入れてください。A～Fに入る6文字が答えです。

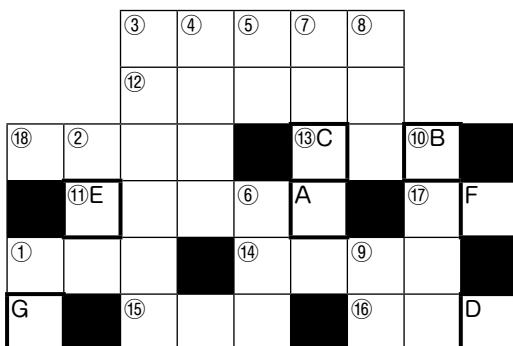
### タテのカギ

- ①英語で爆弾のこと。
- ②久保田早紀のヒット曲「○○○人」
- ③夜間電力等を利用して熱を蓄え、その熱で日中に室内を暖める方法
- ④姿形が槍の穂に似ていることから名づけられた魚介類
- ⑤たくさんの客を乗せて走る乗り物で、二階建もある
- ⑥さけの卵
- ⑦子どもたちに大人気の、トラのキャラクター
- ⑧パンを二度焼きしたお菓子のこと
- ⑨沼などに生息する体の大きな哺乳類。漢字では河馬。
- ⑩バーベルやダンベルを使って行なう○○○○トレーニング

### ヨコのカギ

- ①頭にかぶるもので、ハットやキャップ、ハンチングなどの種類があります
- ③これが立ったら良いことありそう!
- ⑪持ち歩いて身体を温めることができるものの中で、有名な商品
- ⑫12月25日、イエス・キリストの誕生日
- ⑬タイムマシーンに乗って○○○を超える旅
- ⑭平安時代の僧侶で、真言宗の開祖
- ⑮雲母(うんも)のもうひとつの読み方

答え	A	B	C	D
E	F	G		



- ⑯リレー競走で選手と選手をつなぐもの  
⑰アルファベットの1文字目  
⑱介護現場で求められる、親切○○○○な対応

### 【応募方法】

ハガキにクロスワードパズルの答えの他、必要事項をご記入の上、下記宛先までお寄せください。

### 締切…1月22日(金)必着

※ご記入いただいた個人情報は適切に管理し、景品の発送にのみ使用させていただきます。なお、当選者の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。

### 【前回の答え】

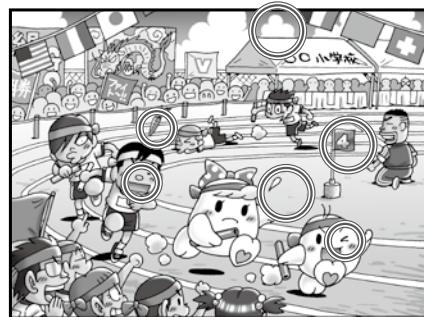
106号の脳トレ(まちがいさがし)の答え

①愛ちゃんの汗の数、②希望くんの目、

③男の子の鼻、④順位の旗、⑤バトン、⑥空の雲

ご応募くださった皆さま、ありがとうございました。

<input type="text"/>	〒952-0206
社協だより担当者 行	佐渡市社会福祉協議会 佐渡市畠野甲五三三番地
ご要望など ご意見、	・電話番号 ・年齢 ・氏名(ふりがな) ・住所 ・クロスワードパズルの答え



★未年の皆さんのお年玉や楽しみ、健康の秘訣を教えます★

# 輝く島のひつじ年さん



末年の年男・年女の紹介です！  
自薦・他薦問わず情報お待ちしております!!



**刀根 末子さん** (相川地区 相川海士町)  
昭和6年生まれ  
日々、夫の介護をしながら、自分の体力つくりに気をつけて生活を送っています。  
毎日の散歩には愛犬のラムちゃんと一緒に出掛け、愛車(自転車)に乗って町内の移動はもちろん、運動教室や茶の間にも積極的に参加し、体や手を動かしたりして、毎日元気に過ごしています。

**市橋 まゆみさん** (畠野地区 浜河内)  
昭和6年生まれ  
若い頃、健康のために始めた踊りを、今はボケ防止を兼ねて続けています。新しい曲を覚えて踊るのは、頭の体操にもなります。  
また、身体を適度に動かすために、自分で食べるだけの野菜作りもしています。好きな踊りと自分で作った野菜を食べ元気で暮らしています。



## デイから こんにちは ブロッコリーのミモザサラダ



**【栄養士より一言】** ゆで卵をみじん切りにするとパサパサし、むせや誤嚥につながることがあります。そのような時はマヨネーズで和えると、卵がまとまり、のどごし良く、食べやすくなりますよ。

**【材 料】** (1人前)

ブロッコリー	40g	マヨネーズ	126kcal	
人参	5g	.....	たんぱく質	4.2g
卵	20g	A	脂質	9.9g
らっきょう	10g	からし	カルシウム	27mg
		.....	食塩	0.7g

**【1人分の栄養価】** (1人前)

**【作り方】**

- ① ブロッコリーは小房に分け、人参は千切りにして、軟らかくゆでる。
- ② 卵をゆで、みじん切りにする。
- ③ らっきょうをみじん切りにする。
- ④ ボウルに②の卵と③のらっきょう、Aの調味料を入れて混ぜ合わせ、ソースを作る。
- ⑤ ブロッコリーと人参を和えて器に盛り、④のソースをかけたら出来上がり。

ミモザサラダとは？  
ゆで卵の黄身を、黄色い花をつける“ミモザ”に見立てて飾ったサラダのことです。



## 表紙の紹介

「メガネ！メガネ！」「スコップどこ!?」と借り物競争をしている写真です。10月10日、羽茂保育園にて園児と羽茂地区長生会連合会（老人クラブ）会員と合同で幼老運動会を開催しました。

競技が終った後には、閉会式で長生会会員から園児へ金色のメダルをプレゼントし、園児からは手作りのメダルをもらい、皆さん1等賞の笑顔でした。

