

真心とサービス since 1972



# 西山苑 だより



## 八重桜と ともに

～ 温かみのある施設を目指して ～

ご挨拶

施設長 柏保男

野山の新緑と咲きほころぶ美しい花々に生命の息吹を感じる清々しい季節となりました。寒さから暑さに代わり、春を感じる時間が少なくなった気がします。

さて、世間一般では、今年5月8日より新型コロナウイルスウィルス感染症がインフルエンザと同じ5類に分類され、人々の活動や経済も活発な動きとなっております。しかし、ウィルスが無くなったわけでも特効薬が開発されたわけでもなく、要介護高齢者が利用される西山苑では、引き続き嚴重な感染症対策を講じてまいります。

大変心苦しいのですが、いましばらくの間は、面会等の制限を継続してまいりますのでご理解、ご協力をお願い致します。

そのような中ではありますが、感染対策のもと、春の日差しに誘われ、外出行事等では利用者様のたくさんの笑顔に出会うことができました。本誌を通じてその様子が少しでもお伝えできれば幸いです。

令和5年度も利用者様にたくさんの喜びを与えられるよう職員一丸となって取り組んでまいります。

どうぞよろしくお願い致します。

No. 71号  
令和5年5月

発行責任者  
施設長 柏保男



2/5

### 笑って食べて邪気払い！

2階  
3階

今年も元氣よく楽しく長生きできるように願いを込めて「鬼は外！福は内！」と豆まきをし、最後は退治した鬼と笑顔で写真撮影をしました。



2/14

### 笑顔を届けよう

2階  
3階

2月14日バレンタイン❤  
笑顔と気持ちをチョコにのせて、はすみ保育園の園児たちへ届けました。  
喜んでくれたかなあ？



3/3  
5

### 雛祭りケーキバイキング

2階  
3階

ひな祭りに合わせたおやつを1つ選び雛人形の前で写真撮影！  
笑顔がたくさん見られました。



3/15

### はすみ保育園卒園児へプレゼント

2階  
3階

「卒園おめでとうございませう」  
プレゼントは何かな？ 学校に行ったら使ってね。保育園の皆さんの事は忘れないよ。



### 季節湯

2階  
3階

色々な季節湯を  
楽しんでいます。

- ・ヨモギ
- ・みかん
- ・梅の香り
- ・桃の香り
- ・菖蒲



4/13  
~15

### お花見散歩

3階

久しぶりに外出しました。キレイな花を見たり、少し冷たい風にあたりたり……





4/13  
~16

### お花見ドライブ

2階



静峰公園へ出掛けてきました。八重桜や芝桜の見頃を迎えており、1年ぶりのドライブに心躍らせ、たくさん笑顔を見る事ができました。

4/30

### #花より団子

2階  
3階

みんなでおやつバイキングを楽しみました。色とりどりのスイーツに目を輝かせて、お好きな物を選んで美味しく召し上がりました。



### 外気浴



外へお散歩♪  
太陽の光を浴び最後はみんなで温かいコーヒーを飲みました。

人事異動 1~5月

#### ●異動

荷見美恵子(はすみ敬愛 看護師長)  
↓西山苑看護師長)

#### ●新規採用

遠藤昭一・下路みさと(3階介護職)  
永年勤続表彰

西山苑勤続15年の職員、皆川博之・豊田理恵・本橋真知子・長谷川敏弘に、業務に精励した功績をたたえる感謝状が贈られました。

### 西山苑 Instagram



#### ご案内

食中毒の流行る季節となりました。当苑の衛生管理といたしましては、ご家庭で調理、加工(手作り)された食品などの持ち込みに関しましては、対応致しかねますのでご理解、ご協力をお願い致します。  
お持ち込みに関しまして、ご不明な点等ございましたらお問い合わせください。



通所介護 西山苑



1/9 ~ 11

お正月行事

今年の抱負を書いた絵馬の作製やカラオケ大会を行いました。おやつにはお汁粉などのいつもと違うラインナップがバイキング形式で並びました。



2/3

節分

西山苑に今年も鬼がやってきました。年男、年女の利用者様が中心に豆をぶつけて退治しました。



2/14

バレンタイン

可愛らしくデコレーションしたコースターを作成しました。おやつにはチョコフォンデュを楽しみました。



3/6 ~ 10

いちご狩り

久々の外出行事。今年のいちごはとても甘く、利用者の皆様もご満悦の表情でした。



3/13 ~ 17

エコバッグ作り

エコバッグにステンシルで春らしい絵を描きました。たくさん活用してくださいね！



3/16

保育園交流

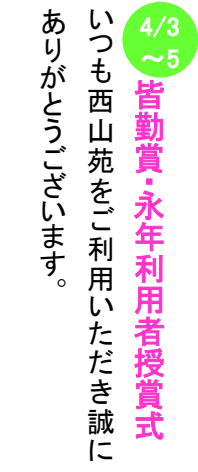
卒園する園児達にお祝いのカードを贈呈しました。まだお互いマスクは外せませんが、今年から少しずつ交流が増えればいいですね。



4/3 ~ 5

皆勤賞・永年利用者授賞式

いつも西山苑をご利用いただき誠にありがとうございます。



施設長より感謝状と、花束を贈呈させていただきました。

今年度も元氣にお越しください。



4/24 ~ 27

お花見ドライブ

今年の桜は例年に比べ早咲きだった為、ドライブ予定日の頃には殆どが散ってしまっていました。それでも僅かに残った桜を皆様と楽しみました。



5/1 ~ 5

ネームプレート作成

今回のモチーフはだるまさんです。可愛くてきあがり良かったですか？





# 元気でイキイキ

地域の皆様をご紹介します



## ～家族にささえられ、いきいきと～

「94歳になっても私がこうしてひとりで元気に暮らしていただけるのは娘や息子、孫・ひ孫のおかげだよ。夫も天国から見守っていてくれるからかな。私は幸せ者だよ。」と顔をほころばせながらお話して下さる武石みよ子さん。～シリーズ在宅顔～今回は紙面拡大版で金井町にお住まいの武石みよ子さん(94歳)とご家族をご紹介します。



## ～強く、たくましく・・・母、娘、孫、ひ孫へとつなぐバトン～

みよさんは「自分でできることは何でも自分でやるのがモットー！」働き者の精神はずっとずっと変わっていません。「小さいころの記憶で母はいつも休むことなく働いている人でした。そして定年で仕事を辞めてからは働いている私を助けてくれ、そのおかげで私も定年まで仕事を続けることができました。母には本当に感謝しています。そして今……。私の娘もアメリカで子どもを育てながら仕事をがんばっています。今度は私が娘を支える番だと思い、定期的にアメリカまでお手伝いに行っています。母の強くたくましく生きる精神は私そして娘へと受け継がれています」と長女の京子さん。

## ～家族で育てる喜びは今も・・・息子さんとの共同菜園～

昭和30年代の常陸太田。現在の武石家がある金井町の市役所付近は、市役所も建つ前で当時は一面田んぼだったとのこと。武石家も家族で協力して米作りを行っていました。「太田も随分変わっちゃったよ。」とみよ子さん。武石家では畑も所有していて、みよ子さんのご主人が元気だった頃は2人で畑を耕し野菜作りを楽しんでいました。その畑も今は埋め立てでなくなってしまいました。それでも負けないみよ子さん家族。畑はなくなっても自宅の庭を生かして今も野菜作りを楽しんでいます。菜園を見せて頂くと初夏のまぶしい光の中、たくさんのスナッフエンドウが青々と実っていました。「今も季節ごとに苗や種を買ってきてと母に頼まれます。種まきや肥料のタイミングも、いまだに母に指示されますよ。」と長男の和弘さん。ご主人亡き後は息子の和弘さんと2人、野菜作りを楽しんでいます。

## ～これからも家族とともに・・・ひ孫の成長励みに～

「6月にアメリカの孫とひ孫が日本に来るよ。ひ孫の成長が楽しみだよ。私も元気でいたいとね。」と常に家族を思い、やさしく・強く・たくましく前向きに生きるみよ子さん。これからもご家族とますますお元気にお過ごしください。





**栄養課だよー**  
お誕生日を迎えた利用者様にリクエ  
ストいただいたものを、お祝いメニュー  
としてご提供しています。

**生活コラム**

**食中毒に注意!**



気温や湿度が高くなってくると、心配なのが「細菌・ウイルス・毒キノコなどの自然毒」による食中毒。1年を通して発生しますが、気温が30〜40℃と高くなるこの時期に気を付けたいのは細菌性の食中毒です。

家庭では、食品の取り扱いの不注意から発生することが多く、以下の三原則を守ることが重要です。

**付けない**……しっかり手洗い・冷蔵庫で保管・調理の順番を考えて調理器具を使う。

**増やさない**……冷蔵庫は10℃以下に保ち、菌が増殖する環境に置かない。

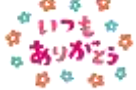
**やっつける**……殺菌消毒!多くの細菌は75℃以上1分加熱することで死滅するので食材の中心まで火を通すこと。調理器具なども次亜塩素酸ナトリウムを含む塩素系漂白剤を使って殺菌。

もし、食中毒が疑われる症状が出現したときは重症化する恐れがあるので、自己判断で市販薬を使用せずに受診することをお勧めします。

**ボランティアの皆さま**

● 根本商店・森淑子(売店)  
● 理容組合常陸太田市支部(有償)

※2月〜5月 順不同・敬称略



**6〜9月の行事予定**

● お参り 売店 たなばた 夏祭り  
● スナック千津子 など

※感染症の流行状態により変更の場合有

一部を除く太田・瑞竜・峰山中学校区  
の独居、または高齢者世帯(65歳以上)の方に、祝日を除く月曜から金曜日まで西山苑の厨房で作った夕食のお弁当を届けています。お申し込み、お問い合わせは常陸太田市役所高齢福祉課へ ☎0294-72-3111



社会福祉法人 西山苑 理事長 荷見源成

特別養護老人ホーム/通所介護/訪問介護  
居宅介護支援/配食サービス/保育園

〒313-0014  
茨城県常陸太田市木崎二町937番地の2  
TEL 0294-72-3500  
FAX 0294-72-3915



**日々歳々 58**



今回ご紹介させていただく方は、2階にお住まいの大森昭一様です。  
定年後は、趣味のゴルフを楽しみ、毎日アクティブに過ごされてきたそうです。

現在96歳になられますが、毎日フロアを車椅子で何周もして運動し、体を動かす事で日々健康的に過ごされています。

時代劇を見る事もお好きで、運動と時代劇はかせない日課になっているようです。

これからも、お元気で過ごしてください。



**編集後記**

桜の見頃も終わり、暑い夏がすぐそこに! 楽しい行事がたくさんできますように。