

真心とサービス since 1972



# 西山苑 だより

## 春のひととき



～ 温かみのある施設を目指して ～

ご挨拶

施設長 柏保男

新緑が清々しく、春を感じる季節となり、令和7年度がスタートしました。

新型コロナウイルスが、5類に分類され2年が経過しました。高齢者や子どもたちの健康を守りつつ、今年度は、コロナ以前の活気ある生活に戻せるよう職員一丸となって取り組んで参る所存です。

感染対策も行いつつ、少しずつ交流の場を持てるよう、様々な工夫を凝らしてきた様子が、本誌を通して感じていただければ幸いです。

今年度も利用者様、家族様、関連の皆様にご喜んでいただけるサービスの提供を目指し努力して参ります。

No. 77号  
令和7年5月

発行責任者  
施設長 柏保男

2/2 節分邪気払い

2階

豆まきで邪気払い！上手に鬼退治することが出来ました。

鬼さんとの記念撮影では利用者様の素敵な笑顔が見られました。今年も健康で楽しく過ごせますように。



2/2 節分行事で邪気払い

3階

「鬼は外！福は内！」暦の上での一年の始まりです。健康で過ごせますように、豆まきをしました。



3/2 ひな祭り

3階

今年は勢揃いの雛飾りです。職員が画像を見ながら段飾りに奮闘。皆ステキな笑顔です。



3/3 Pesta teh nusim semi 春のお茶会

2階

利用者様と一緒に桜餅を作り、お茶と桜餅の香りに包まれ、春をそっと迎えます。笑顔がこぼれるやさしい春のひとつでした。



3/12 卒園児へ贈り物

2階 3階

はすみ保育園の卒園生に西山苑のおじいちゃん・おばあちゃんからプレゼントを贈りました。小学校での活躍を楽しみにしていますね。



3/14 保育園からホワイトデー

2階 3階

保育園の子どもたちがホワイトデーのお返しを持って来てくれました。かわいらしい歌や卒園の報告を話してくれました。



2/14 ハッピーバレンタイン

2階

ハートのプリンでバレンタインをお祝いしました。甘いチョコレート味に利用者様もニッコリ。



2/14 子どもたちにバレンタインを届けよう

2階 3階

園児たちに、マシュマロをプレゼントしました。感染症もあり交流ができませんでした。笑顔が届けられたら嬉しいですね。





4/6  
~10

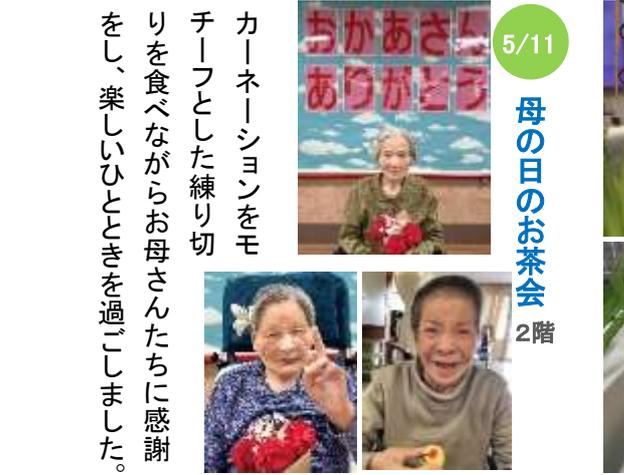
**お花見**  
2階  
3階



4/6

**お花見&クッキング**  
3階

少し咲き始めた桜を眺め、季節の風を感じた後は：クレープにお好みの具材を選び、抹茶オレを飲みながら、「春」を楽しみました。



5/11

**母の日のお茶会**  
2階

カーネーションをモチーフとした練り切りを食べながらお母さんたちに感謝をし、楽しいひとときを過ごしました。



5/5  
~7

**菖蒲湯**  
2階  
3階

菖蒲を浮かべた湯につかり、邪気を払い一年健康で過ごせますように！

4/27

**おやつで春を感じる会**  
2階  
3階

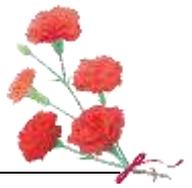
暖かく、春らしくなってきましたね。本日はさくら色のケーキとお花のゼリーを頂きました。利用者様からもおいしいねと笑顔が見られました。



5/11

**母の日**  
3階

お母さん ありがとう♥  
日頃の労をねぎらって、プレゼント。ぜひ使ってくださいね。



多年にわたり献血事業に積極的に協力し、献血の推進に寄与した功績をたたえ、県知事から感謝状をいただきました。



●6月~9月の行事予定  
お参り 売店 父の日 セタ 夏祭り  
敬老祝 クッキング など  
※感染症の流行状態により変更の場合有

● 人事異動 新規採用

- 令和6年6月 根本真紀(通所介護職)
- 令和7年1月 川村直美(通所介護職)
- 令和7年4月 宇野綾音(2階介護職)
- アルヴィウムル アジッザー(2階介護職)
- ロシアナ アンダヤニ(3階介護職)
- 綾木清隆(宿直)
- 異動 篠田聡(特養相談↓居宅支援事業所介護支援専門員) 荷見源平(通所介護↓総務新規事業企画部)

● 永年勤続表彰

西山苑勤続15年の職員、河内正江・大内紗苗・山縣千秋の3名に、業務に精励した功績をたたえる感謝状が贈られました。



令和6年度の祝(職員)

新しい家族が増えました  
小林美希(次男/通所介護職)





2/1  
**節分行事**  
赤鬼と青鬼が来ました。皆さんで力を合わせて退治しました。



1/8  
~11  
**初詣ドライブ**  
若宮八幡宮にお参りに行きました。今年も良い年になりますように。

**通所介護 西山苑**



3/10  
~14  
**いちご狩り**  
今年のイチゴも大きくとても甘く、おいしかったです。



3/3  
~7  
**作業療法**  
エコバッグにペンやスタンプを使って素敵な柄をつけました。



4/1  
~5  
**お花見ドライブ**  
那珂市の枝垂桜を見に行きました。あまりお天気に恵まれない日もありませんが、春を感じました。



3/21  
**避難訓練**  
水害を想定し、西山高校まで避難しました。

**西山苑**  
Instagram

TOKUYO\_NISHIYAMAEN



4/7~  
10・12  
**皆勤賞 永年利用授賞式**  
令和6年度の皆勤賞とテイサービスを10年ご利用いただいている方の表彰をしました。これからも元気にご利用ください。





# 元気でイキイキ

地域の皆様をご紹介します

今回は「訪問介護西山苑」のヘルパーとしても活躍されている田澤洋子さんをご紹介します。

みんなを明るくハッピーにすることがモットーという洋子さんの元気でイキイキの秘訣をうかがいました。

## ～ヘルパーの仕事・マジックとの出会い～



マジックサークルのみなさんと

いつも「元気！」がトレードマークの洋子さんですが、幼少期は喘息もちで身体も弱くあちこちの病院にいつもかかっているような子どもだったとのこと。50歳を過ぎた頃から喘息も改善。子育ても一段落したこともあり新たなチャレンジがはじまりました。「これからは介護が必要な時代がくると思い友人と一緒にヘルパーの資格を取り、西山苑の求人に応募。ヘルパーとして働き始めました。人が好き、人と話すことが好きだから今まで続けられたのかもしれない。」「それからマジックとの出会いもありました。市の教室で習い始め20年になります。」「マジックを披露するとみんな目をキラキラして集中して見てくれる。見てくれる人の驚きや感動の声、笑顔がやりがいになっています。」「今もマジックサークルの仲間と切磋琢磨しながら技を磨いています。



## ～体が資本～

69歳の今も現役でヘルパーの仕事続ける洋子さん。何をしても身体が資本だと痛感しているとのこと。「去年、腰から足にかけて痺れが出て、座骨神経痛といわれ薬も飲みました…。自分の身体は自分で守る必要があると思い、週3回のトレーニングを始めました。トレーニングをするようになり、いつの間にか痺れも改善されました。」「筋肉をつけるにはタンパク質も大切ということも学び、意識して摂るようにしています。最近はずまずいても転ばなくなり、ズボンのウエストにもゆとりができました。」「いくつになっても元気に動ける身体を維持することが目標ということで、時間を上手に使いながらトレーニングに励んでいます。



足浴中

## ～興味あることはとにかくやってみる！～

今年度から常陸太田市の「ふるさとウォーキング」の講座も始めるそうです。「自分が行ったことがないところへ自分の足で行き、どんな景色がみられるか、どんな出会いがあるか今からワクワクです。」「新しいことにチャレンジし続ける元気の秘訣を伺うと「私は欲張りなのかもしれません。楽しそうなことを見つけたら何でもやってみないと気がすみません。」「と。



植物や野菜を育てるのも大好きで、種からまいて育てたネモフィラが西山苑の庭で初夏の日差しを受け可憐な花を輝かせています。

これからも楽しいことにたくさん出会い、ますます輝き続けてください。



## 栄養課だよ！

### リクエストメニュー

お誕生日を迎えた利用者様にお祝いの気持ちを込めて、リクエストいただいたメニューをご提供しています。



## 生活コラム

### 5月の祝日と意味

5月は3日・4日・5日の3日間が祝日・休日とされています。また、祝日が日曜日にあたるときは、その後の直近の国民の祝日でない日が休日となり、この前後の休日を含めてゴールデンウィークと呼ばれます。今回は、それぞれの日の意味を簡単に解説します。

**5月3日 憲法記念日** 1947年施行の日本国憲法を記念する祝日であり、民主主義や基本的人権、平和主義の重要性を再確認する日とされています。

**5月4日 みどりの日** 自然に親しみ、その恩恵に感謝する日として制定された祝日です。元々、4月29日の昭和天皇の誕生日でしたが、2007年から現在の日付となりました。

**5月5日 こどもの日** 子どもの健やかな成長と幸福を願う祝日です。元々は「端午の節句」として男の子の成長を祝う行事でしたが、1948年にこどもの日として改めて制定されました。

5月は寒暖差が激しく、新年度から1か月が経過し、疲労やストレスがたまりやすい時期です。心身の調子を整えることに専念するのにいい機会ともいえますね。

### ● ボランティアの皆さま

根本商店・森淑子(売店)  
 理容組合常陸太田支部(有償)  
 ※2月～5月 順不同・敬称略



太田小学校区と一部の  
 誉田・機初小学校区の独  
 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 ☎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

3階にお住まいの木村かね様をご紹介させていただきます。  
 ヘルパーが声をかけると、ニコニコと笑顔で話し、穏やかに過ごされています。これからも、かね様らしく元気にお過ごしください。



### 編集後記

春の桜も散り、寂しい気持ちを感じながら、ふと田んぼに目を向けると田植えの時期も終わり、稲も青々しく新緑が美しい景色となり、日々季節の変わり目を感じるこの頃です。

例えばお部屋にちょっとした観葉植物を置いてみたり、自然の多い場所へ足をのばしてみたり、心身ともにリフレッシュしながら皆様もどうぞご自愛ください。