

真心とサービス since 1972



みんなあわせて
900歳



西

山

苑

だより

No. 78号
令和7年9月

発行責任者
施設長 柏保男

6/15
父の日
3階

お父さんへ日頃の感謝を込めて、餃子と枝豆をおつまみに、ビールで乾杯しました。



6/16
クッキンググループパフェ作り
2階

父の日を祝い、利用者様と色とりどりのパフェ作りをおこないました。皆様の目が輝き、笑顔が溢れ、まるで時間がゆっくりと優しく流れるようなひとときでした。



6/20
避難訓練
3階

2階出火想定で、本番さながらに訓練をおこなう事ができました。



避難訓練の後は、消火器訓練です。消火器は何秒間噴射するかご存知ですか？一般的には10秒、15秒だそうです。初期消火の大切さを学びました。

7/6
七夕
2階

七夕なので、彦星様と織姫様の練り切りをご用意しました。食べた後には七夕飾りの前で写真を撮る姿が見られました！



7/7
七夕
3階

それぞれの願いを短冊に込めました。皆さんの願いが叶いますように。



8/14
お参りの日

月に一度のお参りの日。一人一人、思い思いに手を合わせる姿に心が清められます。



8/17
シロクマ(かき氷)を食べよう
2階
3階

冷たいかき氷に練乳をたっぷりかけて、フルーツもたくさんのおいしくいただきました。



9/14
敬老会
2階

一日早くはありますが、菊の花を模した練り切りにてお祝いさせていただきました。





祝 敬老おめでとございます。
100歳の利用者様にプレゼントを贈呈し、昼食は豪華な祝い膳、午後のおやつはおいしそうな練り切りをいただきました。これからもお元気で！

9/15
敬老会
3階



これからも末永くよろしくお願いたします！



西山苑 Instagram



●10月11月の行事予定
お参り 売店 ハロウィン クッキング
クリスマス会 正月 初詣 など
※感染症の流行状態により変更の場合有



●口腔健康管理ボランティア
歯科衛生士さんが、6月から毎月口腔ケアやマッサージに来てくれます。専門職ならではの的確なアドバイスは、とても参考になります。



●カラオケ
毎月各階ごとにカラオケをおこなっています。歌うことが好きな方、歌を聴くことが好きな方、皆さん一緒にカラオケを楽しんでいます。



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



「塗り絵をするようになって、どの色も混ぜれば良いのかなどを考える事がポケ防止に良いと思った。」と話されました。デイサービスに数多く展示してありますのでぜひ見に来てください。



画伯 根本利男様

今年100歳になられる利男様は毎月5〜6枚の塗り絵を仕上げています。出来栄はどちらが見本かわからないくらいです。コンクールに出せばお手本そっくり賞などをもらうほどです。

見本
根本様作品



色鉛筆はお孫さんからのプレゼント



自宅での作業スペース

●ボランティアの皆さま

根本商店・森淑子(売店)

國谷優心

茨城県歯科衛生士会

理容組合常陸太田支部(有償)

※6月〜9月 順不同・敬称略



通所介護 西山苑

5/5
~9

ネームプレート作成

色とりどりのカットペーパーを台紙に貼りつけました。
同じのもが一つもない素敵なネームプレートが出来ました。



5/15
6/16

遠足

5月は笠間方面に6月は大洗方面に出かけてきました。
お天気にも恵まれ、おいしいお昼を食べました。



5/26
~28

春の運動会

紅白に分かれて田植えりレーや玉入れ・風船飛ばしをおこないました。



6/10
~13

うめ仕事

今年も職員が収穫したたくさんさんの梅でシロップや梅干し作りをおこないました。出来上がりです。
楽しみですね。



6/24
~27

花菖蒲見物

あまりお天気には恵まれませんでした。が、甘味処でおやつを食べ、鯉にエサをあげたりしました。



7/2

はすみ保育園児との七夕交流会

今年度最初の年長児との交流会です。緊張した様子でしたが一緒にゲームをして楽しみました。



7/7
~12

クラフトバンド制作

クラフトバンドを組み立て、画用紙のお花を付けてすてきな飾りが出来ました。



9/8
~13

敬老祝会

デイサービスでは今年100歳の方が4名様いらっしゃいました。

8/4-6
21-23

夏祭り

御神輿の登場で夏祭りスタート！
職員手作りのゲームやカラオケ大会は大盛り上がりでした。スイカ割りでは、きれいにど真ん中が割れました。





元気でイキイキ

地域の皆様をご紹介します



今回は小目町にお住まいの坪井ふみゑさん(94歳)をご紹介します。
ふみゑさんの元氣と輝きの秘訣をうかがいました。



～夫婦で支えあった日々～

夫は瓦職人の棟梁でした。私たちが結婚して共に働き始めた昭和30年代は、日本全体が高度経済成長期に入り、仕事も多く、とても活気のある時代でした。

当時は職人さんをたくさん抱え、自宅に住み込んでいる人もいたため、生活のお世話や現場への送迎など、朝から晩まで慌ただしい日々を過ごしました。30代で車の免許を取り、子どもをおぶって仕事場に出向いたこともあります。

今振り返ると、よく子育てと仕事を両立できたものだと思ひますが、子どもたち3人も協力して家のことを手伝ってくれていたように感じます。

～家族とつむぐ旅の時間～

ご主人の仕事を支え、共に懸命に働いてきたふみゑさんですが、子どもたちが巣立ち、仕事も落ち着いた60歳を過ぎた頃からは、ご夫婦で旅行を楽しむようになりました。

国内はもちろん、フランス、アメリカ、イタリア、ドイツ、オーストラリア、ニュージーランド、カナダなど、さまざまな国を訪れています。

「知らない土地に行き、自分の目で見える景色や、その土地ならではの食事など、旅は本当にいいですね。ワクワクします。」と、ふみゑさんは語ります。

昨年は夫の正信さんと訪れて感動した宮古島の海を、もう一度見たいとの思いから、家族とともに再び宮古島を訪れました。「海や空の青さにあらためて感動しました。お天気にも恵まれて、最高の旅になりました。ひ孫たちは水遊びができて大喜びでした。」と笑顔で振り返ります。

94歳となった今も、家族と一緒に旅を楽しむふみゑさんです。



～母と娘、笑顔のひととき 家族に囲まれて～

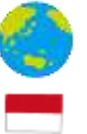
今年の6月から、毎週月曜日には3人の娘さんが、ふみゑさん宅に集まり、一緒に時間を楽しんでいます。

「家の片付けをしたり、一緒にお茶を飲んでおしゃべりしたり、食事をしたり。今できることを妹たちもしたいようです。」と話するのは、長女の真佐江さん(後列右)。「母にはただただ元気でいてもらえればいいです。」とも語ってくれました。

「娘たちみんなの都合の合うのが月曜日みたい。夫がいなくなっても、こうして安心して楽しく過ごせるのは、娘たちのおかげかな。」とふみゑさん。これからもますますお元気で、ご家族とすてきな時間を重ねていけますように。



新人職員紹介



インドネシアの東ジャワ島から技能実習生として西山苑に就職した二人を紹介いたします。

右：ウムル アジッター（2階） 左：ロシアナア（3階）

自己紹介をお願いします

ウムルと申します。23歳です。

山登りが好きで今後は立山（富山県飛騨山脈北部に位置する）や富士山に登ってみたいです。

ロシアナと申します。25歳です。

毎日仕事終わりにジョギングしたり、休日はバレーボールやバトミントンをしたり体を動かすのが好きです。

休日は何をして過ごしていますか？

ウムル 休みの日は、インターネットでレシビを調べて作っています。

また、日本のドラマ番組を見てリスニングの勉強などもしています。

ロシアナ ショッピングや、ネットサーフィン、音楽鑑賞をしています。なかでも秦基博さんの『ひまわりの約束』が好きです。

西山苑に入職して4ヶ月ほど経ちましたがどうですか？

ウムル 日本語がまだまだわからなくて大変ですが、皆さんがとっても優しく親切に教えてくれて感謝しています。ありがとうございます。

ロシアナ 利用者様や職員とコミュニケーションを取りながら仕事をすることがとても楽しいです。

まだ日本に来たばかりで漢字がたくさんあり、ときに道に迷ってしまうことも多いので、これからもっと日本語や漢字を覚えていきたいです。

今後の目標や将来の夢を聞かせてください

ウムル 今年の12月に行われる日本語能力試験3級に合格したいです。

また、インドネシアの私が住む村には薬局がなく、多くの人が日々困っている状況にあります。今後、西山苑や日本での貴重な経験をもとにいつの日か薬局を建てて経営してみたいと考えております。

ロシアナ まずは日本語能力試験3級に合格を目指しています。

親戚が農業をやっている小さい頃から手伝っているうちに農業に興味を持ち、野菜を育てることや、動物の排泄物から肥料を作ることなども興味深いので、日本でもそういった分野の経験や勉強もしていきたいです。



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 常陸太田市
木崎二町937番地の2
TEL 0294-72-3500



配食



栗ごはん
幽庵焼き
揚げなす
ひじきサラダ
果物



特養



栗ごはん
鶏大根
人参しりしり
白和え
果物
牛乳



重陽の日

9月9日は、「重陽の節句」といわれ、平安時代初めに中国から伝わったとされています。

不老長寿や無病息災、そして子孫繁栄を祈りつつ、秋の味覚や行事を通じて命の大切さを感じる日です。

重陽の節句は「栗の節句」とも呼ばれ、秋の味覚である栗を使った料理が楽しまれていたようです。

今回は、栗ご飯として秋の栗をとりにしています。栗は抗酸化作用のあるタンニンやビタミンCをたくさん含んでおり、疲労回復に効果的です。夏の疲れが出てくる秋に、ぜひ取り入れたい旬の食材の一つです。

栄養課だよー

敬老祝膳

今年も利用者様に喜んでいただけるように心を込めて丁寧につりました。



お赤飯 清汁
かき揚げ
お刺身
鶏の西京焼き
がんもどきの
含め煮
寿かまぼこ
厚焼き玉子
梨 お浸し
黒豆

おやつ紹介

七夕には天の川をイメージしたゼリーを、海の日には夏を感じてもらえるようなレモンのケーキとゼリーを提供しました。



編集後記

100歳を迎える利用者様が、多い年となり、そんな方々の素敵な写真で表紙を飾らせていただきました。100歳を迎えられた利用者様も、これから迎える利用者様も、元気で過ごせるよう職員一同支えていけたらと思います。まだまだ厳しい残暑が続いています。皆様も水分補給を忘れず、心身共にご自愛ください。