

No. 81号
令和8年9月

発行責任者
施設長 柏保男

真心とサービス

since 1972

西

山

苑

だより

～ 温かみのある施設を目指して ～



6/20

レクリエーション

2階

ストラックアウトを行いました。9枚の的に狙いを定め、ボールを投げながら楽しく体を動かされていました。「そこだ！」と真剣な表情で狙う姿や、的に当たった際の嬉しそうな笑顔も見られ、和やかな時間となりました。



6/20

父の日 餃子で乾杯

2階

父の日のお祝いをしました。
みんな餃子を食べながら、ビールで乾杯。



おいしいものを囲んで、楽しい時間を過ごしました。

笑顔いっぱい素敵なお友だちと一緒に過ごしました😊



6/21

父の日

3階

お父さんありがとう！
プレゼントは、かわいいバスタオルです。



6/25

避難訓練

震度6強の地震発生後、厨房からの出火を想定した避難訓練を行いました。職員と利用者様が訓練に参加し、火災発生時の初期対応や避難誘導、職員同士の連携などを確認しました。皆さまのご協力のもと、落ち着いて避難することができました。今回の訓練を通して、改めて防災の大切さを感じる機会となりました。



7/1

太田駅お散歩

2階

皆さんと一緒に、常陸太田駅まで出かけました。外の景色を楽しみ、笑顔もたくさん見られ、のんびりとした時間を過ごしました。また一緒にお出かけしよう♪



7/6

七夕

2階

七夕に合わせて、皆さまに願いごとを短冊に書いていただき、お部屋に飾りました。また、七夕にちなんだおやつを召し上がりながら、季節の行事を楽しんでいただきました。皆さまの願いが叶いますように……！





今年も七夕の夜に 彦星様と織姫様が会えました。ステキな願いが叶いますように……!

7/7
七夕
3階



7/23
施設実習
2階
3階



太田西山高校 福祉保育コース2年生16名が西山苑で1日実習を行いました。初めての施設実習ということで緊張した面持ちの中、施設見学や利用者様との時間と一緒に過ごしていただきました。

後日、実習を終えての感想が届きました。感想からは、『楽しかった』『また行きたい』『福祉を身近に感じた』など、ありがたい言葉をいただきました。

これからの将来、福祉の仕事に目を向けていただけたら嬉しいと願うばかりです。

8/13

Ayo Makan Masakan
Indonesia ※ Part II



3階

インドネシアのアボカドジュース、大好評でした。技能実習生のプリスカさんが、アボカドジュースを利用者様にも、おいしくいただけるようアレンジしてくれました。「もっとたくさんなの?」「とても おいしかったよ」と素晴らしい感想をいただきました。その後、職員がかわいいペンギンダンスを披露しました。

※インドネシア料理を食べましょう



8/23

かき氷を食べて涼もう

2階

暑い夏を少しでも涼しく、元気に乗り切っていただけるよう、暑気払いとしてかき氷を楽しんでいただきました! 今年は、イチゴと抹茶の2種類のフレーバーをご用意。「おいしいね」と笑顔で話される姿も見られ、中にはおかわりをされる方もいらっしゃいました。冷たいかき氷を味わいながら、



夏らしいひとときを過ごすことができました。



●ボランティアの皆さま

根本商店・森淑子(売店)
茨城県歯科衛生士会
カナリア(シルバリーハビリ体操)
アーイナ・フラ・アロハ(フラダンス)
理容組合常陸太田支部(有償)

●実習研修等の皆さま

太田西山高校福祉保育コース16名

※6月~9月 順不同・敬称略

●10月~1月の行事予定

お参り 売店 ハロウィン
クリスマス会 正月 など

※感染症の流行状態により変更の場合有



通所介護 西山苑

5/11
6/16
遠足

5月は笠間方面、6月は大洗方面に遠足です。笠間稲荷や磯前神社にお参りしてきました。お天気にも恵まれ、おいしい昼食をたくさん食べました。



6/22
~26
花菖蒲見物

西山の里桃源に出かけました。雨の日もありましたが、気分転換できました。



7/1
七夕交流会

今年度最初の、はすみ保育園児との交流会。一緒にゲームを行い、元氣をもらいました。

7/13
~18
織物製作



7/27
ボランティアフラダンス

フラダンスを間近で見ることができ、素敵な時間を過ごしました。



8月
デイサービス夏祭り



9/1
~4
ブドウ狩り



増井町にあるブドウ園に行ってきました。今年のブドウも甘くておいしかったですね。



9/7
~12
敬老祝い会

今年は百一賀2名、白寿1名、卒寿3名、米寿4名、傘寿2名いらっしゃいました。おめでとうございます。



輝く人 HOPE

～仕事も 趣味も 全力で…～

走る、観る、彩る理学療法士！ 西山
苑デイサービス主任 **小林定さん**にお話
しをうかがいました。

理学療法士をめざしたきっかけは？

中学生の頃、親から「リハビリテーション」という仕事があることを聞いたのがきっかけです。商学部卒業後、花^か弁業の会社で2年間働きましたが、一念発起して退職。「最後の親孝行」という思いもあり、以前聞いた理学療法士を目指しました。

趣味をたくさんお持ちと聞いていますが、その魅力を教えてください



毎朝のトレーニングのほか、マラソン、スポーツ・格闘技観戦、フラワーアレンジメントを楽しんでいます。マラソンは体力づくりを目的に始め、今年で大会参加20年。苦しい中

まだこの他にもたくさん
のTシャツをコレク
ションしています



▶大学時代の友人
空と

お気に入りのプロレス
Tシャツで!!



＜小林さんの作品＞



走り切った後の達成感が魅力です。プロレスなどの格闘技観戦は20代からの楽しみで、好きな選手を応援することが元気の源です。フラワーアレンジメントは花弁業時代に身につけたもので、婚礼装花など500組以上の新郎新婦を担当しました。現在も退職される方への贈り物として作っており、喜んでいただけることが嬉しいです。

忙しい中で、趣味や勉強の時間を
どう作っていますか？

また、仕事にも生かされていますか？

「やる」と決めたことは、時間を見つけて続けるようにしています。毎朝5時に起きて20分以上トレーニングを行い、休日には勉強の

時間も作っています。昨年は「筋膜リリース」の技術も学びました。趣味で得た元気を、利用者様にも届けられたらと思っています。トレーニングや勉強で得た知識・技術も、利用者様への運動指導に生かしています。

仕事も趣味も楽しむ秘訣は？

アントニオ猪木さんの「元気があれば何でもできる！」という言葉です。元気なうちは、興味のあることに挑戦する。その気持ちが、気力や体力を維持するうえで大切だと思います。

これから挑戦したいことは？

県外出身ですが、自然豊かで温かい人柄の方が多くこの地域が大好きです。これからは、もっと「通所介護西山苑」を常陸太田市の皆さまに知っていただき、多くの方に利用していただきたいと思っています。デイサービスだけでなく、健康教室なども開催し、地域の皆さまの健康づくりに貢献していきたいです。



リハビリをしてもらって
体が楽になるよ。
これからもよろしくね！

デイご利用の武藤さんより

栄養課だより

かき氷バイキング

特養にて、テーブルにかき氷や駄菓子
を並べ、その中から好きなものを選び
夏を感じながら召し上がっていただき
ました。



季節のおやつ



あじさいゼリー



マンゴーケーキ



チーズケーキパフェ

リクエストメニュー

一年に一度の誕生日には、みなさん思
い思いのメニューをリクエストされてい
ます。お祝いの気持ちを込め、ご用意
いたしました。



チョコレートパフェ



サイコロステーキ



三種のケーキ



ステーキ&ワイン



手まり寿司



カツオの刺身&日本酒



お寿司

日々歳々

2階にお住まいの石井布佐子様をこ
紹介させてい
ただきます。
なんと、9月
24日で104歳
を迎えられま



石井布佐子様

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
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

太田小学校区と一部の菅
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



した。

西山苑内で最高齢となりますが、と
ても104歳には見えないほどお元気な
布佐子さん。

いつもニコニコ笑顔で、周りの人まで
明るい気持ちにしてくれます。

その素敵な笑顔と元気パワーは、ま
さにみんなのお手本です！

これからも、布佐子さんの笑顔をた
くさん見せてください。



編集後記 真夏の暑さが落ち着いて、
涼しい風がとて心地よく、秋の訪れ
を感じます。

旬の秋の味覚を楽しみつつ、これから
紅葉がきれいな時期に入りますので、
各所の紅葉スポット巡りや、涼しくな
ってきた今だからこそ、ハイキングや
サイクリングなど体を動かして、リフ
レッシュしてみたいかがでしょうか。

季節の変わり目で、体調を崩し
やすい時期でもあるので、皆さま
どうぞご自愛ください。

