

老人ホーム

木曾寮だより

第 65 号

年2回発行

木曾広域連合
養護老人ホーム木曾寮
特別養護

TEL 0264-52-2054

FAX 0264-52-2934

Eメール kisoryou@kisoji.com

春のバス旅行

神村明子

春のバス旅行に参加させてもらいました。今回で二度目になります。

昨年は岐阜県の日本昭和村で、今年は山梨県のハイジ村に行ってきました。

沢山のボランティアさんに付き添っていただき安心して行っていくことができました。

いつもは杖を使って歩いています。旅行の時ばかりは心配してもらい、車椅子に乗せてもらい助けていただきました。

ハイジ村の中は、チューリップや芝桜が咲き本当にきれいでした。風が少し強かったですが、とても気持ちよく感じました。



担当ボランティアさんと

バラ園の近くでアイスクリームを食べましたが、周りの景色を見ながら美味しくいただきました。

旅行の一番の楽しみはお土産を買うことです。後で思えばあれもこれも欲しかった。もっと買えばよかったと思います。久しぶりの旅行でしたのでとても楽しかったです。また連れて行つて下さい。

駒ヶ岳神社の

お祭り

岩本 實

毎年五月三日に行われる駒ヶ岳神社里宮の例祭で太々神樂が奉納される。

「三剣の舞」や四人の天狗が飛ぶことで有名な「四神五返拜」。小学校の時から本当に久しぶりに見ることができた。

実家のある地区のお祭りで、今回は一人でバスに乗って出かけた。

帰りにはバスに乗り遅れ、神社から歩いて帰ってきた。帰りが遅いので心配して木曾寮の相談員が車で迎えに来てくれ、小学校のあたりで乗せてもらった。

懐かしいお祭りや、何年ぶりに実家付近を歩き、少し疲れたが子供の頃を思い出した良い一日だった。



少々お疲れ



お土産はどれにしようかしら

バス旅行に

参加して

今井玉雄

はじめてバス旅行に参加しました。天候にも恵まれ楽しい旅ができました。

ハイジ村には何種類ものチューリップが咲きとてもきれいでした。バラには少し時期が早くツボミだったので残念でした。今度はぜひバラの咲く頃に行ってみたいです。

バスの中ではカラオケで歌い、バスガイドさんの説明も大変わかりやすく退屈しませんでした。

お昼には豪華なお弁当で、中でも大根のデザートが珍しく、とても美味しかった。

お昼を食べたレストランから入場口まで少し距離があり、歩くのには自信があつた自分も少々疲れま



ハイジと一緒に



色とりどりのチューリップ畑

ロードトレインという名の電車の形をした車で園内を一周しましたが、車椅子を押してくださったボランティアさんや職員の方もさぞ大変だったと思います。来年も参加できればと楽しみにしています。

春のバス旅行

電子やへの

平成十三年十月二十五日に心臓の手術をしまして、それ以来体の調子が思うようにいかないもので旅行は私には縁がないとあきらめておりました。

平成十九年十月三日に木曾寮に入所できました。木曾寮では一年に一度バス旅行に連れて行ってもらっており、私が参加できるのも職員方、看護師さん、ボランティアさんが付き添ってくれており、安心して楽しい旅行になっております。

今年は山梨フラワーセンター（ハイジ村）でした。お陰様で天候にも恵まれ、塩尻、岡谷、諏訪と向い気候が良く桜の花もところどころ咲いておりました。

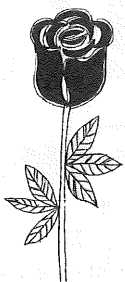
十一時過ぎに昼食でしたが、食事の色々変った物について美味しかったです。

午後はフラワーセンターで色とりどりのチューリップが見事でした。数々の花を楽しませてもらい、電車に似せた乗り物で花の周りをひと回りさせていただき、手入れのできているのに驚きました。

これから来る方はバラがきれいだろうと、又機会があつたら来てみたいと思いました。そしてバラのアーチをくぐってみたいなあ。

私はボランティアさんに車椅子に乗せていただき、したので疲れも無く帰ることができました。全員元気で帰りの疲れも無く、カラオケを歌いながら帰ることができた一日でした。

ボランティアさん、職員の皆様ありがとうございました。





花を見ながら車イス散歩

木曾寮では毎年、観光バスを利用して県外に旅行を計画しています。外出には車椅子の必要な利用者の方が増えていますので、後部側面にリフトを装備した特殊な観光バスを利用しています。

付き添いも職員だけでは対応できないので、毎回ボランティアの方にお手伝いをお願いしています。

今回の旅行のお手伝いをお願いした方から感想をお寄せいただきました。

上松ボランティア連絡協議会

松川 明美

二ヶ月に一度、散髪に伺い、お仕事をさせていただいている床屋の松川です。

顔馴染みの方と一緒春のバス旅行山梨県北杜市ハイジ村に参加させていただきました。有難うございました。

心配された天候は帰りのバスまでもち、見学中は上天気、日頃の行いの良さに感謝です。

山下さんと今井さんのグループになり、体力に自信のある私は山下さんの車椅子を押し、両手背中にいっぱい荷物を持った今井さん、職員の黒田さんと先頭で一気に坂を上がりハイジ村の入口に着く頃は、汗した肌に「いらっしやい、よく頑張ったね」と心地よいそよ風が吹いて迎えてくれました。

手入れの行き届いた村内をロードトレインで色とり



木曾寮御一行様



お天気に恵まれて

どりのチューリップ、パンジー、ビオラ、芝桜の丘を十五分かけて一周「あく気持ちいい」。ボランティアながら、私自身が英気をいただいたバス旅行でした。少しでも皆様のお役に立てたのなら幸いです。

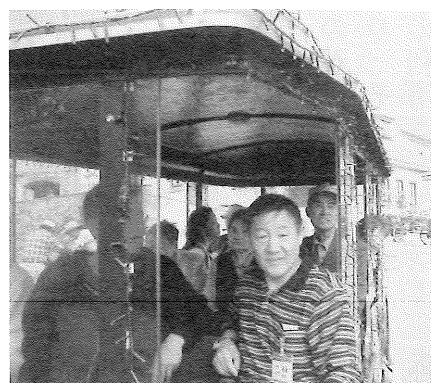
上松ボランティア連絡協議会

横田 富由子

いつもお世話になります。ハイジ村の旅行に付き添いボランティアとして参加させていただきました。

木曾寮の皆さんと一緒にきれいな花を沢山見ることができて楽しかったです。

坂道があつたりして、木曾寮の皆さんも少し疲れたようでしたが、歩くことはとても大切なことですし、身体を動かし運動すること、身体を動かすこと、楽しい旅行を有難うございました。



ハイジ号に揺られて

木曽寮での生活の様子



青空の下 バスハイキング



ハイ右手を上げて リハビリ体操



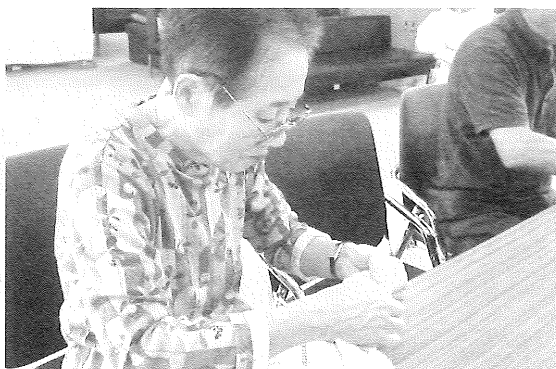
ほう葉まき作り



ゆっくりお茶を楽しみます



お花見ハイキング



ボランティアさんと雑巾縫い

浦島花子

生活相談員 木島ゆかり
育児休業をとらせて頂き
木曽寮へ復帰したら、正に
浦島花子状態でした。

特養、養護と併設だった
のが、特養がなくなってお
り、そこには、車イス使用
の利用者さんが二十名生活
されていました。施設、利
用者さん、働いている方々
もずいぶん変わっていました。
そんな中で数名覚えて
いてくれた利用者さんがい
て嬉しく思いました。あり
がとうございます。

仕事内容も変わり、皆さ
んの大切な物を取り扱うこ
とになり、日々緊張してい
ます。浦島花子は、玉手箱
をあけましたが、一度に年
はとりませんでした。しか
し少しずつ白髪も増えてい
ます。これから利用者さん
と一緒に元気に年をとって
いきたいと思っていますの
でよろしく願います。

春夏秋冬

所長 田沢文章

二回目の新人です

四月に木曾寮所長として赴任しました田沢です。昭和三十四年生まれで旧木曾福島町の出身です。高校卒業後に役場へ入り、その後木曾寮も運営する木曾広域連合に入りました。

公務員には人事異動があり、木曾寮は今まで人生経験豊かな課長が配属される部署でした。若輩者ですらで、皆様より役不足と思われる様、精一杯頑張りたいと思いますので、よろしくお願いします。

実は木曾寮には五年前にも一年間お世話になりました。それまで現場の仕事の経験がなかったため、訳もわからないまま勉強、勉強で、一年間が過ぎてしまった、という感じでした。今回配属になり、当時の利

用者の方に再度会ったりして、懐かしいと感じると共に五年間という時間の長さも感じています。

五十歳で若い？

私が小さい頃に五十歳の人は完全におじさんでした。何を相談しても正しい事を教えてくれるけど、近寄りたいたいこわい存在でもありました。

でも自分が今その年代になつてみると、おじさんには違いないけれど、まだまだ人生に悩み、いろいろな物事の判断に迷う自分がいる事に気がつきます。

ある人に誘われて最近、謡(うたい)を初めました。五月下旬に松本市で発表会があり五十名ほどの方が集まりました。その人達の中で私は一番若い人間でした。年を聞かれては、誰もが「若くていいね」と云ってくれました。

この年になつても若輩者でしかない場所もあるのだと、感じました。

育った環境

木曾寮の利用者の方からみても、私は息子であり孫です。現在の最長老は九十九歳ですから、その方から見れば孫です。また六十歳代の方から見れば息子です。

一概に木曾寮と云つても、中で生活されている方の年代はそんなにも幅があり、当然ですが、育った環境は大きく異なります。

最近では住居空間は個室でないというプライバシーもない劣悪な環境と云われてしまします。ところが、個室では寂しいと思われる方もいる事を木曾寮に勤務して知り驚きました。大家族、大人数の家族で育つと寂しいほうが落ちつかない事もあるのですね。

大海を知ろう

誰でもそうですが、知り得る情報は自分の周りだけのものではないありません。よく「井の中の蛙(かわず)大海を知らず」と云いますが、同じような事が云えるのだと反省をしています。

役場勤務の時に、旅費を出すからどこへでも行つて勉強をして来い、という制度がありました。ある年は東京、次の年には大阪へ行つたりして、こんなところがあるのだとびっくりしたのを覚えています。

広くいろいろなことを知る事で、柔軟な考え方をし、最終的には木曾郡住民のために少しでも役に立つ仕事ができるいいなと思つていきます。



佐野明

通勤路緑を潜り行く五分

お寿司いっぱい食べてね

H
23
1
月
～
6
月

- | 木曾寮行事メモ | | | | | | | | | |
|-----------|------------|----|-------------|--|--|--|--|--|--|
| H23 1月～6月 | | | | | | | | | |
| 1 | 新年初顔合わせ | 4 | 桃の節句 | | | | | | |
| 2 | 正月ゲーム大会 | 5 | 県議会議員不在者投票 | | | | | | |
| 3 | 屋外活動日 | 6 | 屋外活動日 | | | | | | |
| 4 | 繭玉作り | 7 | 自治会総会 | | | | | | |
| 5 | どんど焼き | 8 | 避難訓練 | | | | | | |
| 6 | 誕生会と新年会 | 9 | 誕生会・観桜会 | | | | | | |
| 7 | (すぎ焼き風鍋) | 10 | (お花見幕の内弁当) | | | | | | |
| 8 | 苦情解決委員相談日 | 11 | しらかば喫茶 | | | | | | |
| 9 | 人権擁護委員相談日 | 12 | 春のバス旅行 | | | | | | |
| 10 | 避難訓練 | 13 | (山梨県ハイジ村) | | | | | | |
| 11 | 上松町民生委員相談日 | 14 | 苦情解決委員相談日 | | | | | | |
| 12 | しらかば喫茶 | 15 | 人権擁護委員相談日 | | | | | | |
| 13 | 映画会 | 16 | 屋外活動日 | | | | | | |
| 14 | 誕生会(海鮮鍋) | 17 | 防災ビデオ放映 | | | | | | |
| 15 | 出張デパート | 18 | 誕生会(赤飯と天ぷら) | | | | | | |
| 16 | 大桑中学校福祉体験 | 19 | 春の大掃除 | | | | | | |
| 17 | しらかば喫茶 | 20 | バスハイキング一班 | | | | | | |
| 18 | 布団乾燥 | 21 | (開田やまゆり荘) | | | | | | |
| 19 | 屋外活動日 | 22 | 上松町民生委員相談日 | | | | | | |
| 20 | 彼岸供養 | 23 | しらかば喫茶 | | | | | | |
| 21 | 誕生会(海鮮丼) | 24 | 端午の節句 | | | | | | |
| 22 | 法話(上松町玉林院) | 25 | バスハイキング二班 | | | | | | |
| 23 | 上松町民生委員相談日 | 26 | (開田やまゆり荘) | | | | | | |
| 24 | 家族会相談会 | 27 | 臨川寺草取り清掃 | | | | | | |
| 25 | しらかば喫茶 | 28 | 家族会相談会 | | | | | | |
| 26 | 家族会相談会 | 29 | しらかば喫茶 | | | | | | |
| 27 | しらかば喫茶 | 30 | 法話(木曾町大通寺) | | | | | | |

木曾寮 美味しい献立

今年は例年より早く入梅になり、雨の日が多くなっています。外食チェーンで大きな食中毒被害が出てしまいましたが、私たちもこれからの時期はいつもにまして食中毒に注意しなければいけないので、食品の取り扱いには充分気をつけていきたいと思ひます。ほう葉も大きくなったので、今年もほう葉寿司とほう葉まきを作ります。昔ながらの食べ物は大切にしていきたいものです。

	朝 食	昼 食	夕 食
6 月 1 日 (水)	ご飯 味噌汁 梅なめ茸 さんまのかば焼 白菜漬 牛乳	山菜ごはん かに汁 南瓜のグラタン もやしの酢の物	ご飯 豚肉の卵炒め 長芋の煮付 ごま和え
6 月 2 日 (木)	ご飯 味噌汁 しらす干し ふきの煮付 梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 豆腐ハンバーグ くるみおえ ゴールドキウイ	ご飯 八宝菜 さつま芋のレーズン煮 酢の物
6 月 3 日 (金)	ご飯 味噌汁 あみ佃煮 大根信田煮 野沢菜漬 ジョア	月見うどん ジャーマンポテト 蒸し鶏の酢みそ和え メロン	ご飯 煮魚 (金目鯛) 五目煮 辛子おえ
6 月 4 日 (土)	ご飯 味噌汁 赤貝味付け 白おえ はんわり漬 牛乳	ほう葉寿司 吸物 えびしゅうまい ほうれん草のナムル 夏みかん缶	ご飯 豚肉のごま味噌炒め けんちん煮 ゆかりおえ
6 月 5 日 (日)	ご飯 味噌汁 しそわかめ 白いんげん豆の五目煮 白菜漬 ヤクルト	ぎせい豆腐 味噌汁 ごまおえ 手作りほう葉巻き	ご飯 野菜のシーチキン煮 焼なす チーズサラダ
6 月 6 日 (月)	ご飯 味噌汁 ちりめん山椒 姫竹のかつお煮 梅干し 牛乳	大根カレー いんげんの三色ソテー フルーツ杏仁豆腐	ご飯 卵しめ 豆腐の田楽 おひたし
6 月 7 日 (火)	ご飯 味噌汁 納豆 炒り玉子 干枚漬 牛乳	焼魚 (ほっけ) 油揚げの炒り煮 マカロニサラダ びわ缶	ご飯 里芋のそぼろ煮 帆立の野菜炒め 鯛みそおえ

献立から簡単に作れるレシピを紹介します。

お揚げコロッケ

材料 (4 人分)

油揚げ… 4 枚、じゃが芋… 600g、牛肉… 100g、
生姜… 1 かけ、砂糖… 小さじ 1、酒、味噌、醤油…
各大さじ 1½、万能ねぎ… 1/6 束、ごま油… 少し、
塩… 小さじ 1/3、揚げ油

作り方

1. じゃが芋は蒸してつぶし、塩を加える。
2. フライパンにごま油を熱して生姜を入れて炒め、肉を加えてさらに炒め砂糖・酒・味噌・醤油で味付けする。

3. 2 の牛肉をじゃが芋に加えて混ぜ、万能ねぎも加える。
4. 油揚げは半分に切って中を開き、3 を詰める。
5. フライパンに油を 1cm 入れ、4 の袋の合わせ目を下にして並べて焼き固め、裏返ししながら揚げ焼きにする。焼き目がついたら出来上がりです。

- ♪ 牛肉はこま切れでもミンチでもお好きな方で作ってください。
- ♪ 鶏ミンチにすればあっさりコロッケになります。
- ♪ 小麦粉・卵・パン粉と衣をつける手間が省けるので手軽にコロッケが作れますよ。

木曾寮行事予定

平成 23 年 7 月～12 月

七月

屋外活動日
誕生会 (うなぎ料理)
鹿島神社祭礼 (獅子舞)
苦情解決委員相談日
人権擁護委員相談日
上松町民生委員相談日
バスハイキング (赤沢)
映画会
布団乾燥
しらかば喫茶
夜間避難訓練
八月
屋外活動
お盆法要
墓地の草取り掃除
誕生会 (ちらし寿司)
納涼会
映画会
終戦記念日 (すいとん)
バスハイキング (王滝)
しらかば喫茶

九月

防災訓練
誕生会 (秋の実ご飯)
木曾寮敬老会
屋外活動日
お彼岸供養
映画会
上松町民生委員相談日
バスハイキング (日義)
しらかば喫茶
十月
屋外活動日
バスハイキング (開田)
誕生会 (松茸ご飯)
しらかば喫茶
映画会
イベント食 (手打ち蕎麦)
苦情解決委員相談日
人権擁護委員相談日
十一月
上松町文化展見学
自治会旅行
誕生会 (野菜鍋)
イベント食 (五平もち)
家族会相談会
屋外活動日

映画会

寮内外環境整備
上松町民生委員相談日
イベント食 (握り寿司)
しらかば喫茶
十二月

クリスマスケーキ作り
誕生会とクリスマス会
屋外活動日
映画会
年末大掃除・すす払い
門松作り
お年取り・忘年会
年越しそば



一緒にお茶はいかが

ボランティアの皆様

平成 23 年 1 月～6 月

上松ボランティア連絡会・芙蓉会・上松町消費者の会・上松町民生児童委員会・大桑中学校・玉林院住職・大桑村民生委員会・傾聴ボランティア木曾・大通寺住職・上松町商工会青年部・岡本計・林下妙子
(敬省略)

所属団体名を掲載させていただきました。
ありがとうございます。

編集後記

想像をはるかに超えた悪夢のようなあの日から三ヶ月、今でも私たちの心に大きな爪痕を残したままの東日本大震災。被災された多くの方々に心よりお見舞い申し上げますとともに、一日も早い復興をお祈り申し上げます。

副所長 下山 貢