

ワラカド

～あなたが笑う門には福来る～

2015
VOL. 9
FREE PAPER

CONTENTS

D1 特集記事【施設紹介】

- 特別養護老人ホーム若葉台
“豊かな緑に囲まれた生活の場”
- スタッフ紹介“私こう見えて〇〇なんです！”

D5 保育部【エンタメ・お役立ち情報】

- ピックアップスタッフ 『ゴム編み』 松保保育園
- お家でおためし！ Let's クッキング！
- 絵本おすすめセレクション

D7 介護部【エンタメ・お役立ち情報】

- ピックアップスタッフ
『ローラーカナリア』 うぶみ苑
- 家庭で役立つ豆知識！ “認知症予防メニュー”

D9 投稿企画

- 第7回 フォトコンテストぐらんぷり

D10 古来のパワースポット『神社めぐり』

- 賀露神社

D11 インフォメーション

- 津ノ井保育園&デイサービスセンター
- とうごう保育園

D13 記者のおすすめお店紹介

- グルメ・スイーツ・健康・趣味 etc

D14 ひといき 波まと場

- 投稿川柳 『保育士川柳・介護川柳』
- 編集部コラム「飄々記」



豊かな **緑** に囲まれた **生活の場**

護老人ホーム 若葉台

特別養護老人ホーム若葉台

野村智恵美所長に聞きました

記者：「特別養護老人ホーム」とはどのような施設ですか？

所長：いろいろな病気が原因で、常に介護が必要となり、自宅での介護が困難な方が入所されている『生活の場』です。利用者一人ひとりを見つめながら、日々のケアや、健康管理・自立支援・生きがい活動などを行います。

記者：一人ひとりの充実した生活を送るためには多様な分野での専門的な支援が要求されますね。

所長：はい、介護職だけではなく、看護職・作業療法士・歯科衛生士・管理栄養士・生活相談員・介護支援専門員等の多様な職種が連携し、チームケアを行っています。

記者：職員のチームワークがとても重要ですね。施設のモットーがあれば教えてください。

所長：「まるで家庭のような温かさ！明るく・優しく・親しみやすく」です。

また、日々の細やかなケアの一

潜入取材!!

特養若葉台の魅力を教えます!



いつまでも食事の楽しさを 味わっていただきたい...

若葉台では嚥下がしやすいように食事の形態を変えて調理した新食事メニューがあります。

その名も「ふんわり食」♪。

美味しく・楽しく食べる喜びを大切に、見た目や口当たり、当然味にもこだわっています。



大好きなビールもゼリーで飲みやすく!!
泡もゼリーなんです!



普通食



ふんわり食

書道



書道や生け花にも取り組んでいます。

生け花



季節に応じたイベントや楽しみを、
一人ひとりのニーズに合わせて提供しています。

ドライブ



外食



イベント



クッキング



潜入取材を終えて・・・

所長さんをはじめ職員の方々に温かく迎えていただきました。優しい笑顔でご利用者にゆったりと寄り添う職員さんの姿に、心がホッと和んだ取材のひとつでした。

《記者》 稲村慎太郎 (松保保育園)



小林 晴行



川田 莉沙



中村 直哉



森下 愛・三ツ國愛性



山本 知幸



南部 典子

特養若葉台の
スタッフ28名に聞きました!!
(2F・医務スタッフ編)



坂口 朱美

私こう見えて
〇〇なんです!



森岡 裕次・高山 孝



中尾 崇俊・田村 一也



野村 美香



中村 由唯



平田 純子



岡本 恭彰



藤井 友子



岸 嘉子



奥田 理恵



田中 香織



新 麻里奈



長尾 健二



福田 恵太・濱本 博貴



竹内杏由美・岡本 美紀



野村智恵美



河原 典子

気になるあの人はズームイン!

ピックアップ スタッフ

～ゴム編み名人～
看護師 山本 美紀さん

今回は、松保保育園に勤務しながら、趣味の“ゴム編み”を楽しんでいる山本美紀看護師を紹介します!!



もともと細かい作業が好きだった山本さん。編み物やプラモデル作りなどを楽しんでいましたが、昨年の夏頃からゴム編みもチャレンジするようになりました。今では、作品総数が50個を超えるそうで、保育園の子どもたちも新しい作品ができあがるのを楽しみにしています。

ゴム編み名人山本さんの活躍に今後も注目です!



山本看護師に直撃インタビュー!

- Q1** どんなゴムで作るの?
A1 ゴム編み専用のゴムがあるのでそれを使っています。
- Q2** ゴムはどこで購入できるの?
A2 玩具店や、手芸店で購入できますよ。
- Q3** 作品作りは難しいの?
A3 途中で切れたら最初からになるので慎重に編むことと配色にも気を付けてます。
- Q4** 作った作品はどうしてるの?
A4 友だちにプレゼントしたり、自分の子どものおもちゃとして遊びを楽しんでいます。

『ともだち』の絵本です。とんとん広がる友だちの輪にいつのまにか引き込まれていく楽しい絵本です。



『ともだちいっばい』

『ともだち』のともだちはとんとん増える友だちー歌も空もみんな友

逃げようとしません。そんなことは知らないおおかみくんはみんなを助けようと大奮闘。動物たちもそんなおおかみくんの優しさに気づいて……。相手を思いやる心や優しさに気づかせてくれる『ともだち』。



『ともだちほしいな おおかみくん』

森の動物たちと遊びたいおおかみくん。しかし動物たちは怖がり、仮病を使って

保育士が選ぶ
絵本おすすの
せしゅしゅん

ともだちシリーズ



Let's クッキング ♡



朝ごはんを食べることで朝から力いっぱい元気に活動できます!!
 今回は給食の先生がお勧めする「お手軽朝食」をご紹介します。
 忙しい朝だからこそ包丁を使わず簡単に!でもおいしい朝食を
 ぜひお試しください♪



栄養士 山本 由紀子
 (のぞみ保育園)

～朝からお手軽!カルシウム～

ちりめんトースト

【材料・子ども1人分】

- 食パン 1枚
- ちりめんじゃこ 小さじ2
- きざみのり お好みで
- とろけるチーズ 1枚

【作り方】

- ① 食パンにちりめんじゃこを載せる。
- ② とろけるチーズを①の上に載せる。
- ③ 刻みのりをかける。
- ④ オーブントースターで焼く。



～安い! 美味しい! ローカロリー!～

わかめともやしとさくらえびのスープ

【材料・子ども1人分】

- 乾燥わかめ 0.5g
- もやし 適量
- コンソメ 1g
- 乾燥さくらえび 適量

【作り方】

- ① 鍋に乾燥わかめ、もやし、コンソメを入れる。
- ② 材料が煮えて、仕上げに乾燥さくらえびをパラッと入れれば、出来上がり!



～スイッチひとつで、ヘルシードリンク!～

黒ゴマバナナスムージー

【材料・子ども1人分】

- バナナ 中3本
- 黒すりごま 大さじ1
- 牛乳 100ml
- 氷 5～6個

【作り方】

- ① ミキサーに、材料を全部入れてスイッチオン!!
はい出来上がり!



栄養士 米本 みゆき
 (よねさと保育園)



す! がどんなものにも変わっていくか注目です!



うなぎさんはどうそのいす」と書いた立札をたて、木の下に小さないすを置き

『どうぞいす』

せん。そんなくろくんにはシャープペンさんが耳打ちをします。だれもがみんないところ持っている、そんなことを教えてくれる絵本です。



くれよんたちは真っ白な画用紙に花や雲などを次々描いていきます。けれど、くろくんを仲間に入れてくれま

『くれよんのくろくん』

あげるのです。ある日おおかみに呼ばれてトランプの相手をするところに。楽しく遊んだ後、おおかみにお代を請求するとおおかみは...?



ある日キツネは「ともだちや」を始めます。1時間100円で友だちになっ

『ともだちや』



ローラーカナリアとの出会い

カナリアといえば色を楽しむというイメージがありますがさまざまな種類があります。色を楽しむ(カラーカナリア)、巻き毛や細さなどの形態を楽しむ(スタイルカナリア)、鳴き声を楽しむ(ローラーカナリア)が主にあげられます。その中で石川さんはローラーカナリアの鳴き声に魅了されました。

全国大会への出場

全国に11か所あるアマチュアクラブのうち京都のクラブに所属し、鳴き声の質を競う全国大会に出場されています。そして先日、アマチュアクラスで見事首席の座を射止めました。

次なる目標

新たにチャンピオンクラスへ挑む石川さんは「最高峰のマスタークラスで優勝することが目標!」と意気揚々と語っていました。

大切なこと

石川さんがカナリアを育成するうえで大切にしていることがあります。それは責任を持って最後まで面倒を見るところです。

京都の大徳寺には鳥塚があり、落鳥(らくちょう:死んだ鳥)を供養しているそうです。それが石川さんが京都のクラブを選ばれた理由でした。

生き生きと語られる石川さんからは、目標を掲げ探究心を持って趣味に取り組む素晴らしさ、命と真摯に向き合う大切さを教えられました。

気になるあの人のズームイン!

ピックアップ スタツフ

カナリアとの出会い
～名鳥と名声を追いかける～

職業指導員 石川 勇さん

うぶみ苑に勤務する石川さんは職人気質で何事にも研究熱心!そんな石川さんの意外(?)な趣味がカナリアの育成!今回は石川さんのカナリアに対する情熱について紹介します。



研究室に潜入!



現在30羽以上も
いるんだとか!
石川さんのカナリアに対する
愛情でいっぱいでした!

A4 Q4 鳴き声の教え方は?
調教鳥と一緒に過ごすことで鳴き方を覚えます。良い調教鳥との出会いが大切です。

A3 Q3 何かエピソードはありますか?
一度大会に向かう途中に高速のパーキングで鳥に逃げられたことです。餌をやるうと車のドアを開けたら籠の蓋が開いていて飛んで逃げたので本当にがっかりしましたよ。

A2 Q2 大変なことは?
やはり生き物ですから世話が大変です。餌は鳥の成長や状態、そして時期によって成分を調整します。経費も高むので家族(奥さん)にも気を使う部分がありますね(笑)

A1 Q1 面白そうと思うことはありますか?
やっぱり交配ですね。いい形質を出すにはいろいろな交配を考えなければいけません。数年がかりでなければ答えが出ないので最も奥が深いところだと思います。

石川さんに聞いてみました!

作業療法士 **リサ** & **アヤカ** がお送りする

*** 一人でも出来る認知症予防メニュー ***

現在、認知症の症状を有する高齢者は、65歳以上の10%と言われています。
2015年には、およそ700万人(5人に1人)に昇ると推測されています。
そこで今回は、**声を出して指先を刺激し、脳を活性化させる**ことで、1人でも出来る
簡単認知症予防メニューを作業療法士(OT)の2人からご紹介します。

Lesson 1

一人でも出来る手遊び運動

右手：人差し指から順番に親指と付けて行く。
左手：人差し指⇒薬指⇒中指⇒小指の順番に親指と付けて行く。

①と②をチューリップの唄を歌いながらリズムに合わせて同時にやってみよう。



Lesson 2

家族で楽しむ後出しじゃんけん

相手が出したじゃんけんを見て、
勝ち・あいこ・負けを出してみよう!!

レベル1
あいこ



レベル2
勝ち



レベル3
負け



作業療法士とは?

日常生活を送る上で必要な機能回復をサポート!
「日常生活活動(ADL)」ができるようになるための治療や援助を行うことで、仕事、趣味、遊びなど「元気な日常生活を送ってもらうため」のリハビリを支援します。

第7回

フォトコンテスト

ぐらんぷり

今回のお題：ほっこり写真



時は川の流れるように過ぎ去っていくんだってさ



はじめての恵方巻き



花びら ゲッツ!

投稿者 謎の保育士 『せ〜のでパチリ! 満開の桜に子どもたちも元気満開!』



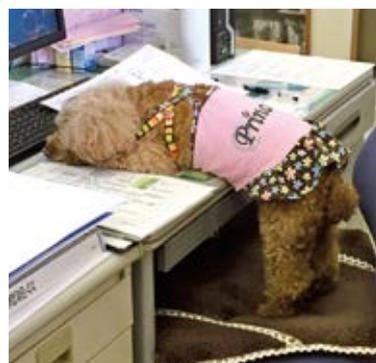
こまち&はやぶさ チューチュー♥トレイン



賽銭なげても入れ歯は
なげないで〜 出雲大社



ピョットひと休み



オフィスレディもオツカレティ
byモナ



リ्यूージュ ちびっ子代表



神社めぐり

歴史情緒溢れる港町と
美しい日本海が一望出来る丘陵☆
賀露神社をご紹介します……



賀露神社 (かろじんじや)

- 所在地 / 鳥取市賀露町
- 祭礼日 / 4月29日
- 御祭神 / 山祇命 (おおやまづみのみこと)
吉備真備 (きびのみきび) 公
猿田彦命 (さるたひこのみこと)
木花咲耶姫命 (このはなさくやひめのみこと)
武甕槌命 (たけみかづちのみこと)

●由 緒

賀露神社は歴史情緒あふれる港町として美しい日本海を望む丘陵上に鎮座する神社です。吉備真備公をお祀りしていることから、江戸時代には「吉備大明神」とも呼ばれていました。現在でも「明神さん」と呼ばれ親しまれています。

創建時代は不明ですが、『日本三代実録』に貞観3年(861)年から元慶2年(878)にかけて神階を与えられた記録がみえることから、1200年以上の歴史を持つ神社と考えられます。

江戸時代には歴代藩主である池田氏の祈禱所としてあつい保護をうけ、社殿や社領など多くの寄進を受けました。藩主が船遊びをされた際には必ず当神社へお参りになられたといわれています。境内に建つ随神門や神饌所には藩主池田氏の家紋である「揚羽(あげは)紋」が刻まれています。また社殿にかかる「賀露神社」の扁額は15代将軍徳川慶喜の実兄にあたる藩主池田慶徳の自筆によるものです。

1200年以上の歴史を持つ賀露神社



白い物を身につけて
いくと運氣アップ!?



賀露神社、
到着!!

先に泣いた方が勝ち! 赤ちゃん泣き相撲♥

賀露神社では1歳前後の赤ちゃんが参加する赤ちゃん泣き相撲が行われています。赤い金太郎の腹巻きと豆絞りののはちまき姿で壮年力士に抱かれて土俵上で対面するもので、「神様に早く声が届く」ということから「先に泣いた方が勝ち!」という全国でも珍しい行事です。



津ノ井保育園・ デイサービスセンター

新築工事 スタート



完成予想図

平成27年12月の完成を目指して、津ノ井保育園・デイサービスセンター新築工事が始まりました。現在の津ノ井保育園園舎は昭和52年に建てられ築38年が経過し、老朽化が顕著となっています。さらに、桜ヶ丘デイサービスセンターでは介護予防や機能訓練のニーズが高まっています。鳥取福祉会では、これらに対応するため新たに津ノ井地内に土地を取得し保育園とデイサービスの複合施設を建てることに致しました。世代間交流や認知症予防等、園児とお年寄りが刺激し合い、寄り添いながら日常生活を育むことが出来るといった大きな特色を持つ施設となります。

社会福祉法人の使命は地域貢献であり、地域に愛される施設づくりを行っていききたいと思います。



地鎮祭の様子

去る4月17日に工事の無事を祈る地鎮祭が行われ、関係者40名が出席しました。



とうごう保育園

一時預かり保育を開始しました!



一時預かり保育とは?

保護者のパート就労や病気、冠婚葬祭、ボランティア活動等により、一時的に家庭での保育ができない場合や、育児に伴う心理的、肉体的な負担を解消するために、お子さんをお預かりします。一時預かりは、保育園や幼稚園に在籍されていない方に限定されます



とうごう地区の自然いっぱいの中でのびのび・あたたかい保育を心掛けています。「子どもも大人もほっとできる」そんな保育園を目指しています。田んぼでの泥んこ遊びや近隣の山探検・公民館に集うお年寄り交流等、保育内容も盛り沢山です。



少人数のお友達とゆったり!!



●保育時間

午前8時30分～午後5時
(月曜日～金曜日までの週3回まで)

●一日当たりの利用料

☆3歳未満児・・・2000円

(おやつ・完全給食)

☆3歳以上児・・・1300円

(おやつ・副食給食・白ご飯持参)



近隣の山歩き!!



利用申し込み・問い合わせ先

鳥取福祉会 とうごう保育園

(鳥取市立保育型児童館)

〒680-1173 鳥取市西今在家205-1

TEL FAX: (0857) 53-1321

E-mail: tougou@tottorifukushikai.jp





鳥取県鳥取市片原2-116
TEL 0857 (23) 7021
FAX 0857 (23) 7160
営業時間 / 8:30~19:00 (月~土)
8:30~17:30 (日・祝)
定休日 / なし

亀甲や

亀甲やの屋号は、その祖先が江戸時代初期(寛永九年)に岡山県の亀ノ甲という土地から鳥取に移り住んで来たことに由来しています。

慶應四年に九代目の次男が「菓子屋・亀甲や」を創業し、「亀甲もなか」が風流をたしなむ人々の心情をよくあらわした名菓として好評を博しました。以来、各種和洋菓子の素材にこだわり、多岐に亘って製法の研究に取り組み続け、大正4年と昭和3年には宮内省御用の栄誉を賜りました。

亀甲やは、この信用あるのれんを守るため、代々治郎平を襲名し、誠実一筋の営業方針でのぞんでおります。

クーポン特典

〈特典〉クーポン券をご持参の方には
「銘菓 二十世紀」を一枚プレゼント
〈期間〉平成27年6月末まで



Kitchen Cafe EN カラオケパラダイス RONGO RONGO

1階がカフェ、2階がカラオケのお店です。ENは、オムライス、ハンバーグ、パスタなどなど…メニューが豊富!!どの料理もおいしいので、ゆったりくつろげる空間で、お腹いっぱい食べてください。満腹になった後は、2階のロンゴロンゴでカラオケ♪はいかがですか?

鳥取市新105
TEL 0857 (21) 1112 (EN)
0857 (21) 6565 (ロンゴロンゴ)
営業時間 / 8:30~22:00 (EN)
11:00~翌朝3:00 (ロンゴロンゴ)
定休日 / 水曜日 (EN)
なし (ロンゴロンゴ)



おすすめ&特典

ケチャップオムライス 760円
明太子とおろしの和風あんかけオムライス ... 820円
デミグラスハンバーグの温泉卵添え 960円

〈特典〉クーポン券ご持参でお食事をされたお客様に
プチデザートをプレゼント!
〈期間〉平成27年6月末まで



中華飯店 龍華

ひんやりスープでさっぱり美味しい「冷やしラーメン」はいかがですか?これからの時期にもオススメ♪な一品です。



お昼時にはラーメンセットや丼セットなど一品では物足りない方にもご満足いただけるセットメニューです。

鳥取市興南町51
TEL 0857 (29) 2531
営業時間 / 11:30~15:30
17:00~22:00
定休日 / 木曜日

おすすめ&特典

平日ランチ 680円~
ラーメンセット(ラーメン&半チャーハン) 850円
丼セット(ラーメン&中華or麻婆or天津丼) 950円

〈特典〉クーポン券をご持参で
ラーメンセット又は丼セット
が100円引き!
〈期間〉平成27年6月末まで

クーポン券
「銘菓 二十世紀」を一枚プレゼント
特典期間: H27.6月末まで

カラオケ VOL.9

クーポン券
Kitchen Cafe EN
カラオケパラダイス RONGO RONGO
プチデザートサービス
特典期間: H27.6月末まで

クーポン券
中華飯店 龍華
ラーメンセット又は丼セットが100円引き!
特典期間: H27.6月末まで

カラオケ VOL.9

投稿川柳

第7弾

保育士 川柳

- ・壁ドンで アピール続ける 1歳児 (びすたちお)
- ・桜咲く 花びら集めて おままごと (サッチー)
- ・子どもをギユ 心も身体も 温まる (独身女子)
- ・ギャルママの 短縮言葉を 検索し… (ウラ話)
- ・時間ない マスクの下は ノーメイク (おれんじ)
- ・かわいいな 笑顔が光る 子ども達 (春一番)
- ・うとうとと してはいけない 寝かしつけ (二年目寝太郎)
- ・100回は 軽くしたわよ ダイエット (母ノ情)
- ・「おかあさん…」と、思わず呼んで 照れ隠し (キラ星)
- ・アツタカイ もしかしてだけど 漏らしたか (カトちゃんペツ)

介護 川柳 職員投稿編

- ・いつも杖 怒った時だけ 早歩き (はるさんの孫)
- ・春だねと 一緒に見たね おぼろ月 (ねこのちやき)
- ・ボケ防止 九九を唱えて 四苦八苦 (83)
- ・この話 何回言えば 伝わるか…
その話 何回聞けば 良いものか… (拓心)
- ・難聴か? 聴こえてないふり 自己都合 (はるさんの孫)
- ・初孫の 笑顔を運ぶ LINEかな (ジュークボックス)
- ・焼きサバと 新玉煮つけ 祖母惚ぶ (ランクルアングル)
- ・天然の ウナギと妻が 好きなのだ (ティーハウス)
- ・待ってたよ! あったかご飯と ヘルパーを (マリコの部屋)

利用者投稿編

- ・介護保険 資産申告 ご勘弁 (俺は持ってない)
- ・砂丘にも 四季折々の 顔がある (近藤秋星)
- ・面接に 堂々としとれ… 孫に言う (哲夫)
- ・「また行きたい…」 そんな気持ちでデイへ行き
仲間と笑って「まだ生きたい」 (やすお)

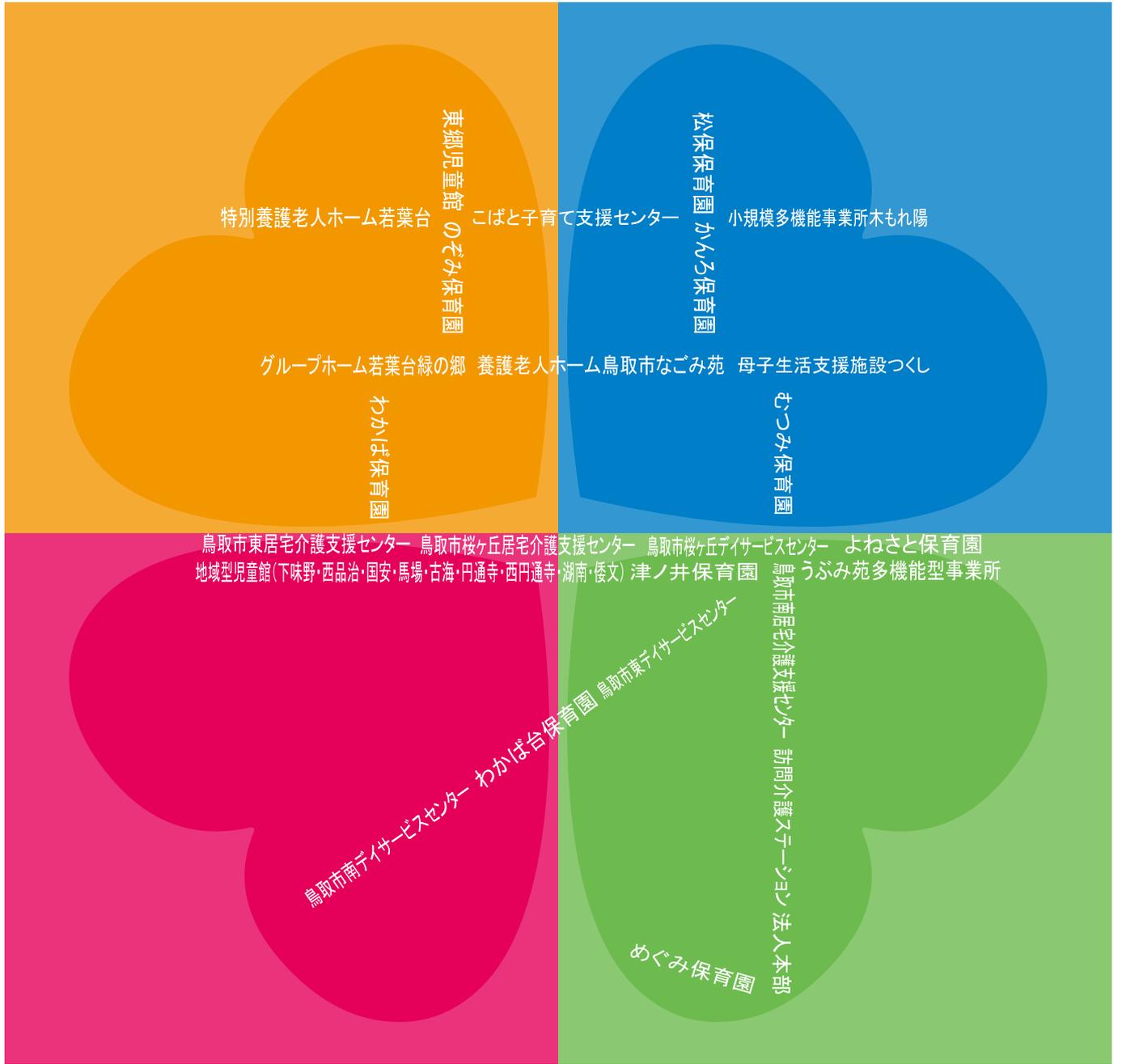
たくさんのご投稿、ありがとうございました(^-^)

編集部 コラム

飄々記

ぬくもり

◆ゴールデンウィーク、愛媛から姪っ子たちがやって来た。小学5年・3年・年中のやんちゃトリオ。「鳥取の海が好き。海に連れて行け〜」と指令がきた。磯遊びでもさせてやるか、我が子3人と共にいざ行かん。◆ジオパークは鳥取の誇りだ。白砂青松、切り立った崖には威風堂々と古木の松。まさに美しい。◆磯には家族4人の先客がいた。夫婦はテントでくつろぎ、子ども2人は磯釣りを楽しんでいる。◆やんちゃトリオ×2は大はしゃぎ。カニ探しに見合い、ウミウシを捕まえて「持って帰る!」却下である。◆どうせ濡れるだろうと妻は着替えを準備していた。ズボンとパンツを6セット。◆「うわあ〜。」と我が長男の叫び声。と同時にザブーンと嫌な音。上着の準備はしていない。ニヤリと笑った残り5人、ザブーン。海開きである。◆それを見ていた夫婦が流木を拾い始めた。集めた流木で焚火を始める。「寒いだろう、こっちで暖まりんさい。」優しい笑顔で呼んでいる。磯釣りをしていた子どもも一緒に薪を拾う。感激している場合ではない、私も手伝う。◆なんと温かい人たちのだろう。素敵な家族に出会えた。◆こんな素敵な日を子どもの記憶にしっかりと残してやろう。「みんな暖かいか?暖かいのは焚火のおかげじゃない、人の温もりで暖かいんだぞ。」決まった1名台詞。夫婦は笑顔で拍手をくれた。◆「よっしゃ暖まった。もう一回泳ごう!」やんちゃトリオ×2は波しぶきに消えていった。妻が言う、「せ〜んぜん聞いたらん。」私の顔も焚火に照らされ赤く温もった。 【ラム代打「拓心」】



社会福祉法人 鳥取福祉会

〒680-0873 鳥取市的場2丁目1番地

TEL 0857(51)7272 FAX 0857(51)7273

URL <http://www.tottorifukushikai.jp>

mail honbu@tottorifukushikai.jp