

# ひかり通信

第48号  
令和5年4月1日  
社会福祉法人 文珠会  
常明園



がんばらない  
いつも  
一所懸命  
だから



## 職員紹介



大安 昭子

昨年7月より支援員・看護師として入職しましたが、体調を崩し3ヶ月休職しました。職場の皆様の温かい配慮により、現在医務室で勤務しています。体調に気を付けて、感謝の気持ちをもって利用者様の声に耳を傾けて、寄り添って支援していききたいと思っています。



濱田 佐枝子

昨年8月より支援員として勤務し、半年が過ぎました。介護含め、まだ慣れない部分もありますが、職員の皆様にもありますが、職員の皆様にも快くご指導を受け、利用者様からも声掛けて頂く事もあります。利用者様・職員共に笑顔で過ごせる日々を目標に精進していききたいと思っています。



中里 洋一

昨年4月より支援員として入職しました。私自身、障害者の方と接する事や、介護の仕事が好きです。しかし、自身が今まで学んできた社会福祉・介護とは違い、新たに職員や利用者様から学びながら知識構築しております。これからも学びながら精進してまいります。

## 医務だより 花粉症について

看護師 大安 昭子

寒い季節が過ぎて、少しずつ暖かくなると、鼻がムズムズ、眼がかゆい、鼻水がでてティッシュが手放せない、花粉症の方には辛い季節がやってきます。早い方は1月過ぎから鼻炎症状が出てくる方もいらっしゃると思います。

花粉症とは、スギやヒノキなど、日本では約60種類の植物が花粉症を引き起こすと報告されています。主な症状としては次のような症状があります。

- ・ 鼻の三大症状（くしゃみ、鼻水、鼻づまり）
- ・ 眼の症状（かゆみ、涙、充血）
- ・ 皮膚のかゆみ、下痢、熱っぽい感じ

### ★花粉症予防

- ① 刺激の強い香辛料を控える
- ② タバコやアルコールを控える
- ③ 規則正しい生活を心掛ける
- ④ 過労や睡眠不足にならないようにする
- ⑤ ストレスを溜めない

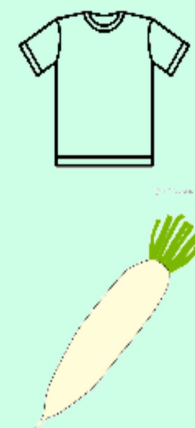
以上のことから、睡眠を良くとり、バランスの取れた食事（1日3食）を摂り、刺激の強い香辛料などを避け、鼻の粘膜を正常に保ち、規則正しい日常生活を送りましょう。外出時には、花粉情報を参考にしましょう。また、鼻炎症状が出る前の早めの受診をして、鼻炎を予防しましょう。内服、点眼、点鼻、注射などの治療が受けることができますから、医師へ相談してください。

## 提供品のお礼

＊東彼杵町社会福祉協議会様  
・・・ お菓子

＊松本久美子様  
・・・ 非常食品

＊渡部様  
・・・ 衣類・野菜



## 編集後記

東彼杵町では新茶づくりが始まりました。5月には茶市が開催される予定です。

コロナも収まり、外出の機会も増えると思います。

皆様健康で過ごしてください。新年度もどうぞ宜しくお願いいたします。



23年度 外に出よう

施設長 佐藤 正明

さて、新年度になりますね。新年とはまた違った切り替えの節目であります。いろいろな意味でいろいろな事が変わっていく過渡期にあつて、なんだか確実に進んでいけるような期待も大きなものがあります。

それではいつものように、利用者さんにも聞いてみましょう。「新しい年度はどうしたいですか？」

やはり多かったのは、圧倒的にどこかに行きたいというものでした。せっかくだから温泉、という声もありました。駅はそんなに近くはありませんが、一応新幹線も通って話題になってまして、乗ってみるのもいいかもね、という話も。そういうえば日本で一番短い記録を楽しんでもらうのもいいかもしれません。もちろんただ乗るだけでなく、目的地も大事です。降りたら美味しい物でもいただきたいましょかね。買い物ももちろんしましょ。暖かくなってきたので、涼しい服装も準備しなくては。いっぺんにみんなで行けるわけではないので、いくつか班を分けて、順番に都合をつけて行きましょ。

以前は当たり前だったことが、なんだかちよつとした冒険をやるような、そんな雰囲気もあります。でもどちらかというと、不安げなのは職員の方で、実際考えが上手く進まないのも、そういうことかもしれません。徐々にでもいいのですが、目標は外へ。風景が変わると、考えも変わるかもしれません。おひとりの方がぼつりと一言。「イオンでよかとよ」ほんとにそうですよね。それでは行きましょ！



# 生産活動

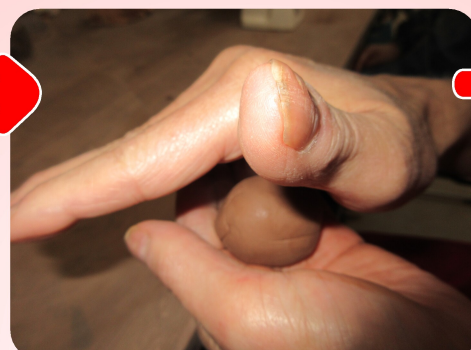
常明園の生活介護における生産活動では、一般的な「働く」イメージと異なる「働く＝活動」の提供を通して、身体機能の維持、生活のリズムづくり、リハビリ的な活動を行うことによる心理的な安定・やりがい、喜び、役割の獲得、同時に社会経済の一端を担っているという事を実感して頂くという事を目的に取り組んでいます。

現在、いろんな個性を持っていらっしゃる利用者様の苦手な「ところ」を共に助け合い（共助）ながら、工程を分解し、苦手なところを補完しながら一つのモノを作っています。

## リンゴの箸置き 製作工程



粘土の重さを量る人



量った粘土を締めて丸める人



粘土の穴を開けて形を作る人

素焼きしたものに  
釉薬をかける人

### 完成!!

作る工程を分解しいろんな人が関わり、素敵な【リンゴの箸置き】が出来ています。

## 今後の物販イベント予定

4/15（土）～4/16（日） 「手作り雑貨・古民家カフェ 桃」イベント出店予定

5/3（水）～5/5（金） 「のだけグリーンフェスタ」出店予定 会場：ロザモタ広場

ぜひ、利用者様が作製した商品を手に取って見られてください。  
皆様のお越しをお待ちしております。



## グループホーム ジャスタウェイ ホットケーキ作り



通所先がお休みの日に、おやつを作りませんか？  
と声をかけると、「作りたい！」とのお返事が♪  
そこで、ホットケーキをすることにしました！  
ホットケーキミックスの袋に書いてある作り方を  
読み、正確にとっても真剣に取り組みました。  
「楽しかった♪クッキーとかケーキ作りも良いね」  
という声も出ていました。また作りましょう♪



## 防犯・災害訓練風景

3月30日に防犯訓練と災害訓練を実施しました。防犯訓練では、今回初めて利用者様と職員と一緒に訓練を実施しました。警察の方に来ていただき指導を受け、皆さん緊張の中、怪我無く無事に終える事が出来ました。災害訓練では、発電機の方法等を学びました。

いつどのような時でも、火災・防犯・災害に備えましょう。



発電機の使い方も確認!!



防犯訓練では、避難場所の確認をしました。