

# 幸寿園だより

令和5年  
No.281  
4月号

発行 / 介護老人保健施設 **グリーンヒル幸寿園** 西松浦郡有田町南原甲678-1 ☎0955-41-1070



看護師長  
原 良三

新年度がスタートし忙しい毎日が少し落ち着いた頃でしょうか。3年前に新型コロナウイルスが世界中で猛威を振るい、感染防止の為に行動制限となり社会生活が一変し、心身共に疲弊しました。第8波もやっとピークアウトしたようです。日本では3月13日からマスク緩和となり、新型コロナの感染症法上の位置づけとして、政府は5月8日に今の「2類相当」から季節性インフルエンザなどと同じ「5類」に移行する方針を決定しました。5類となれば制限などどのようになるのでしょうか。行動制限について今までは感染者は最大7日間、濃厚接触者は最大5日間の制限でありましたがそれなくなります。診察は発

熱外来中心でありましたが、一般の医療機関でも受けられるようになります。ワクチン接種は無料でありましたが今後有料になるかも知れません。屋内でのマスク着用を推奨していたが原則不要となります。検査については検査キットの普及や他疾患との公平性を踏まえ公費負担は終了し自己負担となるようです。(但し、高齢者施設等のクラスター対策は支援継続となる。)

当施設としては新型コロナウイルス感染症対策の一つである予防接種を、国の方針に従い高齢者等の重症化リスクが高い人や医療従事者等は春と秋2回接種をする方針である為、5月8日を目標に準備、接種していきたいと考えています。任意ではありますがデイケア利用者や入所者、そして職員の皆様には接種をお願いしたいと思っています。

さて5月8日からどのような暮らしをしていけば良いのでしょうか。コロナ禍以前の様な、極端ですが

「何でもあり」の生活を送って良いのでしょうか。それぞれの立場、生活環境によってはマスク着用の継続であったり、3密(密閉、密集、密接)を避けたり、コロナ禍であるこれまでと同じような生活を余儀なくされることがあるかもしれません。政府の判断と共に自身の体調や環境(家族や職場)を踏まえバランス良くメリハリを持って生活していきたいと思っています。この3年間、何をしても新型コロナウイルスに振り回され、人と会う機会も少なくなり、電話や画面越しでの会話となったため効率的にはなりましたが、画面越しでは相手の表情や雰囲気を感じ取ることが出来ないようになったと思います。これからは以前の様に人に会いコミュニケーションを図る中で人の温もりを感じ、信頼関係が育まれ日々の生活が

豊かになると信じています。最後にNHK連続ドラマ小説「舞い上がれ」に出てくる五島の「ばらもん凧」は、五島に伝わる鬼に立ち向かう「元気者」五島の方言で「ばらか」が由来と言われています。そんなばらもん凧の様に、皆さまそれぞれの立場で目標を持ち、向かい風にも負けず、逆に利用し舞い上がって行きたいものです。



# 3月誕生会

## 誕生者紹介

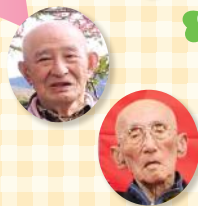
### DCご利用者様

- 秋山 輝義様(79歳)
- 田中 良文様(61歳)
- 福田 英子様(98歳)
- 久家 正敏様(80歳)
- 越田 公子様(76歳)
- 加藤 元章様(89歳)
- 一ノ瀬ハルノ様(87歳)
- 吉永 芳枝様(94歳)



### 2F入所者様

- 西山 誠様(87歳)
- 池田 満様(100歳)



### 3F入所者様

- 川久保千代子様(94歳)
- 林 武義様(75歳)
- 昀迫 美知男様(89歳)



※ご本人様、ご家族様の確認のもと掲載をさせていただきます。



3月の誕生会は、カラオケ大会を行いました。最初は皆さん「私は歌いきら〜ん」と遠慮がちではありましたが、職員の全力で歌う姿を見て、利用者様の表情がハツラツとしてこられるのがわかりました。後半は盛り上がり皆さんマイクを離されませんでした(笑)懐かしの歌謡曲や演歌など、ご自慢の美声を披露してくださり、和気あいあいと楽しい会となりました♪



## 池田満様 100歳 おめでとーございませう!

3月25日に満100歳の誕生日を迎えられ、3月28日、桑本副市長が来園され表彰状と記念品が贈られました。この日は長男様夫婦と職員も一緒に百寿を盛大に祝いました。池田満様は、80歳まで現役で毎日忙しく働かれ、98歳まで一人暮らしをされていました。現在の施設での生活では、毎日ラジオ体操やレクレーションに参加され、好きなスナック菓子を食べたり、炭酸飲料を飲んだりと楽しまれております!長生きの秘訣は何ですか?の声かけに「皆さんのおかげで長生き出来ています、ありがとう」と力強い声で答えられました。これからも元気で過ごされますよう心から願っています♡



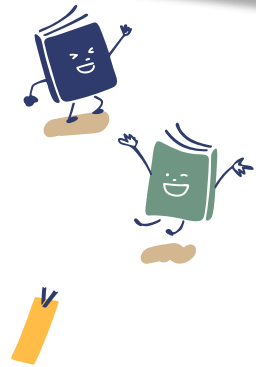
### 祝ご長寿



## CHECK 秀ちゃん先生がオススメするこの一冊!



### 「聞き屋与平」 宇江佐真理 (うえざまり)



今回は、女性時代小説作家の先駆けともいえる方を取り上げます。作者は私とほぼ同年代で、1990年代半ばから時代小説作家として活躍されています。シリーズ物が有名でなかでも「髪結い伊三次」は1999年に中村橋之助主演でTVドラマ化されています。「髪結い伊佐次」は髪結いをしながら岡っ引きとしていろいろな事件に当たっていくという、いわゆる「江戸の捕り物帳」ですが作者が女性でありこのジャンルに優しい新しい風が吹いてきたような気がしました。作者の旺盛な創作欲はこのシリーズにとどまらずに、「泣きの銀次」というシリーズやそれ以外にシリーズ外の作品もたくさん生み出しています。ここで取り上げた「聞き屋与平」は、シリーズ外のものになります。江戸の薬種問屋の10代目として、成功を取めた主人公が老境に差し掛かり、子供達に家督を譲った後の物語です。店が閉まった後に自分の店の近くの路上に椅子と机を置き、「お話を聞きます」と書いた置き行燈を机の上に置き、そして通りがかりの人の話を聞くという「聞き屋」を始めるところから物語がスタートします。始めて3年たったころ、話を聞いてもらいによく来ていた若い娘が、親の借金のために遊郭に売られそうになるのを与平が助けるところから話が展開していき、それに色々なエピソードが絡んでストーリーが進んでいきます。読んでしまった後もほのぼのとした温かい気持ちが残るような作品で、特に気分が落ち込んでいる時のあなたにお勧めです。



宇江佐真理は、函館に生まれ育ち、青春時代を過ごし、そして函館で結婚、二人の男の子を産みそして育てながら、主婦として妻としての多忙な家事の合間に、台所の片隅の机で小説を書いたそうです。江戸の庶民の哀歓を優しい目で見つめた温かい数多くの作品は、意外なことに書齋ではなく主婦の台所で生まれたのです。作家として充実期を迎えていた2014年1月に突然、本のあとがきで乳がんの全身転移を告白されました。それからも精力的に作品を書き続けられました。翌年の11月

に力尽き函館で亡くなられました、66歳の今の時代では早すぎる死でした。遺作となった「うめ婆行状記」は亡くなられた翌年に1月から朝日新聞に連載を開始され、本人の遺志をもって3月15日分をもって「未完」として終了しています。まさに円熟期を迎えての死、せめてもう10年生きられてもっと新しい作品を書きそして読者に読ませていただきたかったと思います。



早いもので宇江佐真理の新作が読めなくなってもう7年を過ぎました、作家も作品も亡くなったら次第に忘れられてしまいます。それがもったいなくて、ぜひ一度読んでいただきたいとここで紹介させていただきました。

# 栄養課より



3月3日

## ひなまつりメニュー

- 押し寿司 ● 炊き合わせ
- 呉豆腐 ● 清汁
- いちごババロア
- ひなあられのおこし風(おやつ)



3月22日  
お彼岸

- おはぎ(おやつ)



3月14日

## ホワイトデーメニュー

- オムライス
- コロッケ
- マカロニサラダ
- スープ



3月27日

## 誕生日会メニュー

- 赤飯 ● 天ぷら
- からし和え ● 茶碗蒸し
- 杏仁フルーツ
- チョコレートシフォン(おやつ)



# 防災

3月29日に職員で、非常食の研修・試食会を行いました。今は長期保存のものでも、とても美味しい非常食がたくさんあります。幸寿園でも災害に備えて100食、3日分の備蓄をしています。今年度も防災研修を通して、職員間でも災害に対する備えを、日頃から意識していきたいと思えます。

# 介護福祉士に合格しました!!

幸寿園の職員のみみなさんのおかげで合格する事ができました。資格を取ったからには日本語をもっと勉強し、分からないことを学びながら仕事に頑張っていきたいと思えます。

カウ サン チョー

# ～原看護師長の還暦を祝いました～

原看護師長は、先日還暦を迎えられました。日頃からの感謝の気持ちを込めて、感謝状を贈らせてもらいました。お祝いは、サプライズでしたので、びっくりされていました!これからもお体に気をつけて、いつまでも若々しく元気でいてください☆☆☆

## 祝還暦

## 編集後記

4月になり新年度が始まりました。環境が変わったり、新しいことに挑戦されている方も多くいらっしゃると思います。ワクワクドキドキする気持ちとスタートダッシュの勢いに押され、頑張りすぎて疲れていませんか? そんな時、「深呼吸」をぜひ試してみてください! 深呼吸をすることで細胞が活性化されるので、疲労回復に効果的だそうですよ~! (C.I)

## 謙仁会Facebookにて 随時情報発信中!!

グリーンヒル幸寿園ホームページより、お越し下さい♪  
幸寿園ホームページ  
<http://www.kenjin-kai.com/koujyuen/>