

笑顔あふれる生活を願って

# ほほえみの丘

平成31年1月1日発行  
社会福祉法人札幌光陽会  
電話011-585-4322  
<http://s-kouyoukai.jp/>  
札幌市豊平区西岡5条12丁目18番7号  
発行責任者 木村 典子

## 北海道新聞社工場見学



### 札幌光陽会 基本理念

1. 地域の需要に応じた事業展開を行い、地域に根ざした経営を行うことを目的とする。
2. 利用者の立場に立った福祉サービスを提供し、利用者の満足感と笑顔を喜びとする。
3. ノーマライゼーションの普及・実践を行い、個人の尊厳を守り高める事を使命とする。



# 新年のご挨拶

明けましておめでとございます。  
新年を皆様と共に迎えられましたこと心よりお喜び申し上げます。

昨年9月に台風と地震による影響で当法人では3日間の停電がありました。

入所の2施設は食料調達・水運搬等生活維持に全力で奔走し、なんとか無事に過ごすことができました。通所事業所の内、保育園の営業は法人判断に委ねられ、当園は通常営業をおこない、利用された保護者の方から感謝の言葉をいただきました。通所デイサービス2事業所及び訪問事業は、交通事情悪化から営業休止にしました。災害時には食料の寄贈・物品の貸し出し等で多くの皆様にご協力をいただきましたこと改めて感謝申し上げます。また、各事業所において予定していた行事等の中止・日程変更等利用者の皆様にご迷惑をおかけしましたことを心よりお詫び申し上げます。

いつか来るのではと恐れ備えていたつもりでしたが、実際に起きて分かったことがたくさんありました。この経験と反省を今後の活動に必ず活かしていきたいと考えています。さて、社会福祉法人札幌光陽会は昭和53年10月20日に設立され、同年11月1日に西岡高台保育園が開園してから40年を迎えることができました。前理事長をはじめとする先達の皆様が「この地域に福祉を」という想いを形にしたご尽力に敬意を表しますとともに、役員の皆様、入居者・利用者の皆様とご家族様、職員の皆さん、地域の皆様やこれまで関わっていただいた多くの皆様に支えられてここまで続けることができました。本当にありがとうございます。

40年という節目を迎えるにあたり、「札幌光陽会」にご縁のある皆様に満足していただけるよう、また着実に歩んでいきたいと思えます。これからもご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

## 永年勤続表彰者

勤続40年

### 西岡高台保育園 園長 木村 典子



昭和53年11月1日に平屋の三角屋根の保育園が誕生し、翌月の12月1日より1か月遅れてでしたが、ご縁があって、前理事長に保育士職として採用していただき、平成14年度より園長として、勤務しております。

40年という長い月日の中、正直を言って公私ともに山あり谷ありでしたが、どうにか無事に勤続40周年を迎える事が出来ました。これも家族、保育園の子ども達、職員一同、そして、理事長はじめ法人職員の皆様に沢山支えてもらい助けていただいたからこそと、心より感謝申しあげます。保育園の職員も一人一人が力をつけている姿に微笑ましく思い私の誇りとなっています。将来保育園をさらに発展させてくれる事でしょう！ 最後になりますが、札幌光陽会、西岡高台保育園のために微力ながらも少しでも恩返しができるよう努めて参りますので、今後ともよろしくお願い致します。

### 西岡高台保育園 主任 渡辺 史子



西岡高台保育園に勤務して40年、保育士として43年間働いてきました。振り返ると人生の3分の2を保育園と共に歩んできたことになります。こんなに長く勤務できるとは思っていませんでしたが、縁あって西岡の地に引っ越してきたことがスタートでした。今思うととても幸せで、感謝の思いで一杯です。保育士という仕事に就かなければ40年も続かなかったかも知れませんね。元気な子ども達の笑顔が私のパワーの源でした。また自然に恵まれた西岡の大地が私の肌に合ったと思います。そして一番のエネルギーになったのは、職場の人間関係だったと思います。とても頼りになって、温かでお互いを認め合い・助け合える、この職場が有って仕事を続けることが出来たと思います。札幌光陽会の更なる発展を心より祈っております。(親までお世話になり、本当に助かりました。感謝。)



# 永年勤続表彰者

## 西岡高台保育園

### 勤続30年



石川 美智子

自然に囲まれた西岡高台保育園でたくさん子どもたちとふれ合い、気がつくと30年。たくさんの出会いの中で学び、楽しい経験もありました。私にとって保育園は生活そのものです。園長先生をはじめ諸先輩方、職員の皆様に支えていただき、今日を迎えられたのだと改めて実感しています。本当にありがとうございました。

### 勤続20年



菅原 めぐみ

毎日子ども達の笑顔から元気をもらい、暖かな職員の皆様に支えて頂きながら過ごす事ができた20年だったように感じます。居心地の良いこの高台保育園で今日まで続けてこれた事をとても嬉しく思い、また感謝の気持ちでいっぱいです。そしてこれからも皆様と共に過ごしていけるよう頑張っていきたいと思います。

### 勤続10年

## 西岡高台保育園



上田 英恵

元気一杯の子ども達と優しく明るい先生方に囲まれ毎日楽しく勤めさせて頂き感謝しております。

園外では卒園児に声をかけてもらったり、また成長を見られる事も喜びです。これからも子ども達の為日々、より良い環境づくりを目指す先生方のお手伝いをさせて頂ければと

### 勤続10年

## 特別養護老人ホームみどりの丘



谷内 幸江

気がづけばあっという間の10年間だったと思います。入居者様と接する中で出会う味わい深い言葉の数々、また、職員の皆様方には様々なことを教えていただき、大変貴重な日々を過ごさせていただきました。心より感謝を申し上げます。今後とも宜しくお願い致します。



西尾 益代

初めて勤務したのは、平成14年8月でした。途中私事で1年間休む事となりましたが、このように働けるということは、ひとえに入居者様、ご家族様、職員の皆様のおかげと感謝しております。これからも入居者様の笑顔がみられる様、頑張っていきたいと思っております。よろしくお願い致します。



中村 かえで

10年間でたくさんの方々との出会いがありました。人生の大先輩である利用者様、仕事でご指導くださっているの方々など、人との出会いは貴重な財産だと思います。

そして毎日支えてくれている家族にも感謝の気持ちでいっぱいです。



塩崎 友子

三度の出会いで、ここで働くこととなり早いもので10年が過ぎました。その中で、病気、骨折、多々ありましたがこのように長く勤められたこと、うれしく思います。

皆様のご理解、ご協力があったからこそと思っています。(利用者様含め) これからも日々勉強と思っています。ありがとうございました。



# 平成最後の光陽祭

## 入居者作品集



和合さんご家族



俳句や短歌・箱・服など入居者が自由に制作したものを展示しています。介護予防で制作した「秋の名月」月の輝きが表現されています。

(中央写真)

チャレンジレクで制作した折り紙や和紙で作った可愛い「小物入れ」です。(下写真)



青木さん作

## 道産昼食

1日目



- ☆鮭いくら寿司
- ☆いか飯
- ☆松前漬け
- ☆ザンギ
- ☆いもち
- ☆鮭のあら汁



2日目



- ☆赤飯(甘納豆)
- ☆鮭と豆腐のフワフワ揚げ
- ☆ジンギスカン
- ☆甘エビとユリ根のマリネ
- ☆てっぽう汁
- ☆南瓜ぜんざい

ちぎり絵で北海道を表現  
入居者作

## 入居者水口さん 作品展



水口さんは今年9月に入居して初めての光陽祭です。元々装飾業をされており、退職した後、趣味でイラストや段ボールなどを使用して間仕切りや壁掛けなどいろいろな作品を仕上げてられています。



## 地域交流



津田さん(上写真・右)  
明声会の方(右写真)



### 地域ボランティアの紹介

手品や似顔絵あてクイズなど披露し、楽しませてくれる津田さん。琴や三味線の活気ある演奏でお祭り気分にしてくれた明声会の皆さん。



トランペットとピアノの素敵なハーモニーを届けてくれた教育大学の学生さん。



教育大学の学生さん

# 札幌市豊平区介護予防センター西岡

## 介護予防センターの新たな活動！

介護予防センター西岡では、今年度、札幌市の介護予防モデル事業として、7月より来年の3月まで西岡地区、5カ所の会場にて各8回～10回、介護予防センター西岡の職員2名と北海道リハビリテーション協会の理学療法士や作業療法士、包括支援センター職員の協力のもと介護予防体操教室を実施しております。

毎回20名～30名の方が健康講話や介護予防体操、レクリエーションに参加され、介護予防に取り組まれています。

冬場の閉じこもり予防や転倒予防に興味のある方や参加してみたい方は、お気軽にお問い合わせください。

## お問い合わせ先

札幌市豊平区介護予防センター西岡  
担当：本間、内海  
電話：011-581-3000

札幌市豊平区介護予防センター西岡は、札幌光陽会が札幌市から委託を受けて運営しています。

今後も、高齢者の心身の健康維持や保健・福祉・医療の向上を地域の皆さまと共に目指してまいります。

## 体操教室の様子



まずは体を伸ばしましょう！



みんなでやると頑張れますね♪



ふまねっともやっていますよ！

## 新入職員の紹介

### よろしくお願いします！

介護の現場から、介護予防へ移ってまいりました。内海照美です。

「笑う門には福来る」をモットーとしております。

皆さんの笑顔を引き出せるように頑張っていきたいと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。





## くま組



西岡高台保育園には恵まれた大きな畑（はだしっこふぁーむ）があります。夏場にはそこで夏野菜を収穫し、そのままの素材の味を楽しんだり、漬物にしたり、クッキングをしたり…色々な野菜の味を楽しんできました。夏野菜で畑は終了…と、ならないのが高台保育園の畑！秋にも色々な収穫を楽しんでいます！

うさぎ組3歳児クラスは白菜を収穫しました。たくさんの白菜を収穫することができ、味を楽しんだりクッキングをしたりしました。

くま組4歳児はさつまいもを収穫しました。昨年より今年は大きなさつまいもがたくさんできました！炊飯器で蒸かすと、とっても甘くておいしかったようです。

きりん組5歳児は大根を植えて大根抜き！とても立派な大根を収穫できました。主に漬物や、大根の葉っぱはみどりの丘の利用者にアドバイスをもらい、炒めておいしく食べました！



## きりん組



## うさぎ組



## あひる組0歳



## あひる組1歳

小さいクラスも毎日の給食をもりもり食べて成長しています！あひる組0・1歳児クラスは介助してもらいながら自分でスプーンを持って食べたり、自分で食べる意欲を大事に育てています！りす組2歳児はほとんど自分の力で食べたり、フォークの持ち方も上手に持って食べています！たくさん食べて大きくなろうね！



## りす組

特別養護老人ホーム

## みどりの丘

## 音楽療法ってなんだろう？

### ①音楽療法とは

みんなで楽しく歌を歌って、遊んでいるイメージを思い浮かべる方もいらっしゃると思います。

実はしっかりと考えられているんですよ。音楽療法は音楽を聴く、歌を歌う、楽器を演奏するなど、音楽を通じて脳に刺激を与え、健康の維持、心身の機能回復、生活の質の向上などより豊かな生活を送れるように支援をしていく療法です。

対象者は子供から大人まで全ての方になります。

### ②音楽療法の効果は

音楽療法には脳の活性化、気持ちを落ち着かせるリラクゼーション、笑顔が増える、身体運動の向上、ぐっすり眠れるなどがあります。



### ③みどりの丘では

音楽療法士（月2回）や地域のボランティアサークル「さくらうたの会」の方々（月1回）にもサポートしていただき音楽療法（レクリエーション）をおこなっております。

ピアノ演奏やオカリナ演奏とともに約1時間程度、歌を歌ったり、楽器演奏を聴いたり、口の体操、鈴や太鼓、鳴子などの楽器を使用しながら身体を動かします。

普段は発語が少ない方や表情の硬い方も、徐々に大きな声で歌ったり、いきいきとした表情になってきます。昔の懐かしい歌により若いころの思い出を回想することで気持ちも安定するようです。

利用者のご家族の参加も可能ですのでぜひ参加して、効果を感じてみてはいかがでしょうか。

### ④手軽にできないの？

家庭でおこなう場合は本人の好きなCDや映像などの音楽を流したり、一緒に思い出の歌を歌ったりすることで、脳は刺激されますのでおすすめです。



# 祝・10年 表彰！

皆さんの「いつまでも元気」を応援し、職員も共に運動に励む毎日。リハビリデイサービスふあいとも、平成19年4月の開所から、丸11年を迎えました。



## 10年間通い続けた方をお祝いする「10年表彰」

この表彰は平成29年の敬老会から始めたお祝いで、平成29年には開所当時から通っていた3名を、平成30年にはなんと、8名もの方をお祝いすることが出来ました！ふあいからは感謝状と、ささやかなお祝いの品を贈呈。理事長と一緒にお写真を撮らせていただきました。

年を重ねても体調を維持し、変わらず運動をこなしながら10年間も通い続けることは、本当に大変なことです。理事長からは「ふあいとのレジェンド」と呼ばれていますが、まさしくその通りですね。

## 10年間通い続けられる秘訣は運動！

「良く食べて、寝て、ふあいとで運動すること！」とお話ししてくださる方が多いです。利用者の「いつまでも元気」を、ふあいとが少しでもお手伝い出来ているのであれば、とても嬉しいです。

来年も再来年もその先も、通っている皆さんを10年表彰で、更には15年、20年でお祝い出来ることを、ふあいと職員一同の楽しみにしています。そのためにも職員も負けじと一緒に運動を頑張りますよ！



# ボランティア紹介

デイサービスのボランティアってどんな事をしているの？との声が寄せられ、現在11名いるボランティアの活動を紹介します！

利用者の趣味活動として囲碁、将棋、麻雀、オセロのお相手、カラオケ、手工芸にと、楽しい時間を過ごしています。他にはお茶出し、入浴後のドライヤーかけ、体操の椅子の出し入れなど職員のお手伝いもしていただきとても助かっています。ボランティアの豊かな個性と明るさで利用者はいつも笑顔いっぱいです！



齋田義治さん



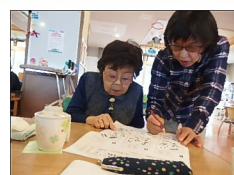
西尾キヨさん



小山理恵子さん



杉本一子さん



佐々木京子さん



坂東邦夫さん



野家弥之枝さん



工藤百合子さん



田中眞由美さん



矢野秀寿さん



菊川珠規さん

# 感謝

## ボランティア紹介

4月1日～9月30日まで順不同

### 特別養護老人ホームみどりの丘

「余暇活動支援」

日本赤十字奉仕団

○池田 初枝様

○鎌田 恵子様

○阿部 エミ子様

○高橋 静子様

○野村 ヒロコ様

○古川 廣子様

○治田 道子様

○治田 真弓様

「日常支援」

○佐藤 恵子様

「車椅子整備」

○齋木 昭吉様

「工作クラブ」

○青木 千恵様

○林 悦子様

○山田 澄子様

○岸本 光子様

「園芸療法」

ぐりぐりの会の皆様

○高橋 タカ子様

○岡野 牧子様

○細川 登美子様

「歌と演奏の会」

○榎本 文代様

○前田 祐子様

○菊地 恭子様

○木村 史子様

西岡分団の皆様

○長利 美奈子様

○曾我 光子様

○岸本 光子様

○広瀬 悦子様

○田口 弘子様

○森 たき子様

○沼田 榮子様

「絵本の朗読と傾聴」

○鳴海 愛子様

○山口 朱美様

### ケアハウスグリーンライフ光陽

「日常支援」

○津田 正毅様

○津田 榮子様

「お話しボランティア」

○近藤 愛海様

○柿内 陽葵様

### みどりの丘デイサービスセンター

「車椅子整備・日常支援」

○小山 理恵子様

○菊川 珠規様

○佐々木 京子様

○穴戸 秀寿様

○杉本 一子様

○西尾 キヨ様

○野家 弥之枝様

○齋田 義治様

○工藤 百合子様

「囲碁」

○坂東 邦夫様

「書道」

○田中 眞由美様

「日常支援」

○仲川 勉様

○堀川 卓様

### リハビリデイサービスふあいと

「楽器演奏」

ピエモンテ企画エスポワール☆

○山本 舞様

○山下 裕子様

### その他ご協力頂いた沢山の皆様

本当にありがとうございました

## 長寿のお祝い

「喜寿のお祝い」

みどりの丘デイサービスセンター

○高田 幸子様

○出口 公子様

リハビリデイサービスふあいと

○荒木 光様

○鹿野 義徳様

○齋藤 末子様

○佐藤 匡史様

○高橋 敦子様

○平井 タイ様

○村上 健二様

「米寿のお祝い」

特別養護老人ホームみどりの丘

○永山 勲様

○小笠原 コト様

○佐藤 千恵子様

○松山 フミエ様

ケアハウスグリーンライフ光陽

○青木 千恵様

○亀田 登代子様

○清宮 ハル工様

みどりの丘デイサービスセンター

○折笠 陽子様

○平岡 あさ様

リハビリデイサービスふあいと

○内海 利夫様

○坂井 美代様

「満100歳のお祝い」

特別養護老人ホームみどりの丘

○佐藤 スイ様

ケアハウスグリーンライフ光陽

○赤代 政春様

「満101歳のお祝い」

特別養護老人ホームみどりの丘

○岩崎 フチエ様

○大槻 ウメ様

「満102歳のお祝い」

特別養護老人ホームみどりの丘

○原田 與悦様

「満105歳のお祝い」

特別養護老人ホームみどりの丘

○福井 ハチヨ様

ケアハウスグリーンライフ光陽

○畠谷 ふじ様

### 編集後記

昨年は、台風、胆振東部地震の震災等、自然災害の猛威を身をもって知らされ、たちうち出来ない無力さを痛感させられた年となりました。

今年は、新年号が誕生する記念すべき輝かしい年を迎えます。皆様にとっても穏やかで幸多き年となりますよう心よりお祈り申し上げます。

インフルエンザが流行する時季を迎えます。どうぞお体ご自愛ください。

(木村)