



■不安やとまどいを共有するものとして■

TVや新聞のニュースはおおかた気が滅入ることばかり。暴力、理不尽な弱者切捨て、原因不明の病気、地球の温暖化に因る異常気象や生態系の破壊等々。今まで慣れ親しんできた生活がどんどん変容していく。世の中はいったいどうなってしまうのだろう。不安や悲しみに駆り立てられている自分。そんな状況から逃げたくて、スポーツや映画や音楽に癒しを求めたり、ごく親しい者との触れ合いの中に、かろうじて安心を得ようとしている自分。多くの人達は、こんな落ち着かない毎日を過ごしているのだろうか。

片や、私共が仕事で直接関わるお年寄りの多くの方々も、日頃から身体の不調に悩まされ、何人もの親しい者との別れに心が傷つき悲しんでいるのだろうか。また、いま何故ここに居るのか判らず、不安が一杯で落ち着かない自分をどうしたら良いのかと、心底、悩んでおられる方も多いただろう。

同じ、悩み、苦しみ、迷っている者同士が同じ時間、同じ場所を共有するとき、ある種の連帯感の芽生えを期待することは、ちょっと無理があると片付けられてしまうだろうか。人は、そこに自分と同じ者がいると感じた時に、すでに傍観者で在り続けることは出来ない。自分自身がそこにいる意味、役割を改めて考えさせられることにはなるまいか。人として、また職業人として、他の人と空間を共有する存在である自分を感じることはないだろうか。

そうした中、すでに取り組みを始めている「ユニットケア」、「看取り介護」などは、本当の意味で人々の心を充足させられるものとして築きあげねばならない。人々が親しく触れ合い、互いに気持ちを共有し、穏やかに過せる日々を創造できるよう努めていきたい。

マザアス日野 施設長：今澤隆一郎

日野市多摩平 2-13-14
TEL 042-589-3668
FAX 042-589-3669

～「たまだいら」のモットーは、「食べる、寝る、わらう」～

自分達で掃除をしたり、食事を作ったり、体が思うように動かないこともあるけれど、クリーニング屋さん、洋服屋さん、隣や裏のお家の皆さん、ご近所のいろいろな方と親しくなり、地域に密着した生活を送っています。ホームではお茶を飲みながら、落語やお琴を聴いたり、おしゃべりをしたりと、元気に明るく楽しく過ごしています。



普段からお習字のお稽古をたしなまれる方や、「習字を習いたい」と、大好きな俳句を筆で書かれて楽しめる方もいらっしゃいます。

また、杖で外をお散歩することがご希望の方は、理学療法士の指導のもと、歩行訓練を行っています。上達する姿を見て、「うわあーすごい!」と手を叩いて励ましあっています。



「ひな祭り・お内裏様とお雛様たち」
ひな祭りを皆で楽しく過ごしました。

「グループホームたまだいら」は、豊田駅北口徒歩5分、閑静で景色が良く、日当たりもバツグンの場所です。是非遊びに来て下さい。皆でお待ちしております!

祝!マザアス日野1番のご長寿 甘利春様



マザアス日野4階にいらっしゃる甘利春様が、今年の2月21日で102歳を迎えられました。私が入社して初めて居室担当をさせて頂いたのが甘利様でした。当時まだ自信のない私に、ニコニコと笑みをかけて下さり、とても助けて頂いたのを覚えています。頼もしく、そして皆の気持ちを穏やかにして下さる甘利様は、4階居住者のリーダー的存在です。

めざせ日野市1番のご長寿!!

(生活介護課 金田典子)

開催日：平成19年2月19日

場 所：マザアス日野地域交流スペース

助言者：日向野明子先生（東京YWCA専門学校講師）

岩井道子先生（マザアス評議員）

<発表内容>

テーマ		発表部門
1	南多摩地域での集団給食相互支援体制	栄養課・管理栄養士 正木直子
2	介護予防通所介護の導入	デイサービス・介護員 篠原要
3	マザアスにおける音楽療法	音楽療法士 小原信子
4	ご家族が参加するケース検討会議	生活介護課・介護支援専門員 来島みのり
5	訪問介護計画書について	ヘルパーステーション 藤井久美子
6	ユニットケアその後と今後の展望	生活介護課（4階）・介護員 浅井潤



（発表の様子）



（助言者総評）

今年で4回目の開催となった研究発表会ですが、各部署が成果を披露し、全職員が学び合う場として定着した印象です。昨年に比べて発表テーマの数は減りましたが、発表者にこだわりと熱意が感じられました。また、発表時間が20分まで延長可能となり、ゆったりと掘り下げた取り組みを聞くことができました。

助言者から「発表は続けることが大切。来年もテーマを継続させると良い」とアドバイスがありました。発表することで更に良質を求められるという点では、私達のサービスも同様であると感じた発表会でした。

（職員研究発表会 実行委員長 中島康博）

男の料理教室は、東久留米市内にある3つの地域包括支援センターが、60歳以上の男性を対象に介護予防の一環として行っています。少人数から発足した教室も回を重ねる毎に希望者が増え、何でもやろうという主旨のもとに(野郎とかけて)「やろう会」ができ、その卒業生が自主グループ「三水会」「勝味会」を結成しました。「やろう会」発足から既に3年目を迎え、今や活気に満ち溢れた情熱ある定例会になっています。

今回、マザアス広報委員会は自主グループのひとつである「三水会」取材し、取材者自らも実際に料理に参加させて頂き、皆さんと一緒に男の料理を満喫することができました。当日のメニューはマッシュルームオムレツ、きゅうりとわかめの酢の物、みぞれ汁とご飯でした。集まったメンバーの大半が60代で、ベテランから初回の方まで総勢13名が集まりました。野菜を切る包丁さばきからフライパンの扱い方にいたるまで、その手際の良さは正にシェフ、鉄人、名人いずれにも勝るとも劣らないものを感じました。殺伐とした世の中で、このように男同士で料理を楽しんでいる姿を見ると、日本もまだまだ捨てたものじゃないという思いが沸々とこみ上げてまいりました。男の料理教室万歳。(田嶋記)



はいはい それをそうやって…



これが水とき片栗粉です



うーん さすがは先生ですなあ…



フライパンにとき卵を入れます



えーっと レシピどおりですよ…





きゅうりの酢物は得意です



これがオムレツの具なのです



卵ときなららせて下さい



男の料理教室「山水会」のオールスターメンバー+ボランティアの先生

男の料理 レシピ(4人分)

マッシュルームオムレツ

【材料】 卵8個・マッシュルーム100g・ハム8枚・玉葱1/2個・バター40g
サラダ油大1/2・ミニトマト4個・ハーブ適量

- ①ハムと玉葱は1cm角に切り、マッシュルームは薄切りに。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、①を炒め塩コショウを少々。
- ③1人分の卵2個と牛乳1/4カップをボウルに混ぜ、②を1/4加え混ぜる。
- ④フライパンにバター1/4を溶かし、③を流し入れオムレツ型に焼く。
- ⑤器に盛り、ハーブと半切りミニトマトを添える。



できあがった男の料理

MAKING OF COVER 表紙写真

マザアス日野に勤務されていた、M・Hさん(広報委員)からうれしい便りが届きました。
～マザアスの皆様、お元気ですか？私は故郷の福島に戻り、特養の相談員として働いています。退職後も『ひだまり』を楽しく懐かしく拝見しております。表紙の写真を募集中とのこと。昨年旅したアフリカでの1枚を同封致します。ケニア・ビクトリア湖近くのKadhiambo村で見た朝やけです。～



表紙写真大募集！

写真に興味のある方、趣味で写真を撮り続けている方。マザアスニュース「ひだまり」の表紙写真を飾ってみませんか。東久留米や日野の風景写真、もちろん絵画でも結構です。ご希望の方はマザアス広報委員会までお問い合わせ下さい。

■ 特別養護老人ホーム マザアス東久留米

TEL 042-477-7261 FAX 042-477-7500
〒203-0004 東久留米市氷川台2-5-7

■ デイサービスセンター マザアス氷川台

TEL 042-477-7263 FAX 042-477-7500
〒203-0004 東久留米市氷川台2-5-7

■ ヘルパーステーション マザアス氷川台

TEL 042-477-7260 FAX 042-477-0977
〒203-0004 東久留米市氷川台2-6-6

■ グループホーム ひかわだい

TEL 042-477-2150 FAX 042-477-2150
〒203-0004 東久留米市氷川台2-6-6

■ 居宅介護支援事業所 マザアス氷川台

TEL 042-470-1740 FAX 042-477-0977
〒203-0004 東久留米市氷川台2-6-6

■ デイサービスセンター マザアス大門

TEL 042-470-0065 FAX 042-470-8024
〒203-0011 東久留米市大門町2-10-5

■ 東久留米市東部地域包括支援センター

TEL 042-473-9996 FAX 042-473-9986
〒203-0011 東久留米市大門町2-10-5

■ グループホーム たきやま

TEL 042-477-1525 FAX 042-477-1525
〒203-0032 東久留米市前沢5-25-14

■ グループホーム おがわ

TEL 042-349-0160 FAX 042-349-0161
〒187-0032 小平市小川町1-113-8

■ 特別養護老人ホーム マザアス日野

TEL 042-582-1661 FAX 042-582-1730
〒191-0024 日野市万願寺1-16-1

■ デイサービスセンター マザアス多摩川苑

TEL 042-582-1675 FAX 042-582-1730
〒191-0024 日野市万願寺1-16-1

■ ヘルパーステーション マザアス多摩川苑

TEL 042-582-1673 FAX 042-582-1730
〒191-0024 日野市万願寺1-16-1

■ 居宅介護支援事業所 多摩川苑

TEL 042-582-1672 FAX 042-582-1730
〒191-0024 日野市万願寺1-16-1

■ 在宅介護支援センター 多摩川苑

TEL 042-582-1707 FAX 042-582-1730
〒191-0024 日野市万願寺1-16-1

■ グループホーム たまだいら

TEL 042-589-3668 FAX 042-589-3669
〒191-0062 日野市多摩平2-13-14

■ 研究発表会 まとめ

1月30日マザアス東久留米におきまして、毎年恒例の施設内研究発表会が開催されました。日常業務についての取組みについて、栄養課、生活介護課など6つのグループの発表があり、ご来賓の方々にも好評をいただきました。尚、栄養課の発表内容につきましては、11月21日、22日に福岡県で行われる全国老協の研究大会にて発表を行う予定です。今後も継続して充実した研究発表会を行いたいと考えております。

■ 開設記念日のお知らせ

下記の日程で開設記念式典を行ないます。この催しはマザアスに関わって下さるボランティアの皆さまへの感謝の意を表わす記念行事です。

(1) マザアス東久留米事業所(12周年)

日時:平成19年5月8日(火)10:00～

場所:3階交流ロビー

(2) マザアス日野事業所(8周年)

日時:平成19年5月1日(火)

場所:1階交流スペース

ひだまり No.44

EDITOR'S NOTES

編集後記

LEADERS' VOICE

緑の多い季節がやってきました。心なしか風もすがすがしく感じるものです。広報の仕事をはじめてはや一年が経ちました。文章を書くのも、写真をとるのもなかなかむずかしいもので、色々教わりながらあっという間に1年が経ってしまいました。今年も一年間頑張っていこうと思いますので、よろしくお願いします。

STAFF

マザアス広報委員会

発行責任者	高原敏夫
編集責任者	田嶋精二
広報委員	山崎宣子 関口乙彦 今坂亮一 水梨洋徳 鈴木陽祐 梅谷優子

発行所

社会福祉法人マザアス
〒203-0004 東京都東久留米市氷川台2-5-7
tel : 042-477-7261 fax : 042-477-7500
ホームページ : <http://www.moth.or.jp>