

# 光の里



温泉に  
行ってきました



カラオケに  
行ってきました♪



薄荷記念館に  
行ってきました!



ボウリングに  
行ってきました☆

楽しみにしていた  
昼食タイム♪



4月のグループ外出  
の様子です(\*^^)v

ドライブに  
行ってきました!



みなさんお変わりありませんでしょうか。

今年の冬は全国的にインフルエンザが猛威を振るい、多くの方がインフルエンザA型、B型に感染する状況でしたが、光星苑のみなさんは一人も感染することなく、この冬を乗り越え春を迎えることができました。

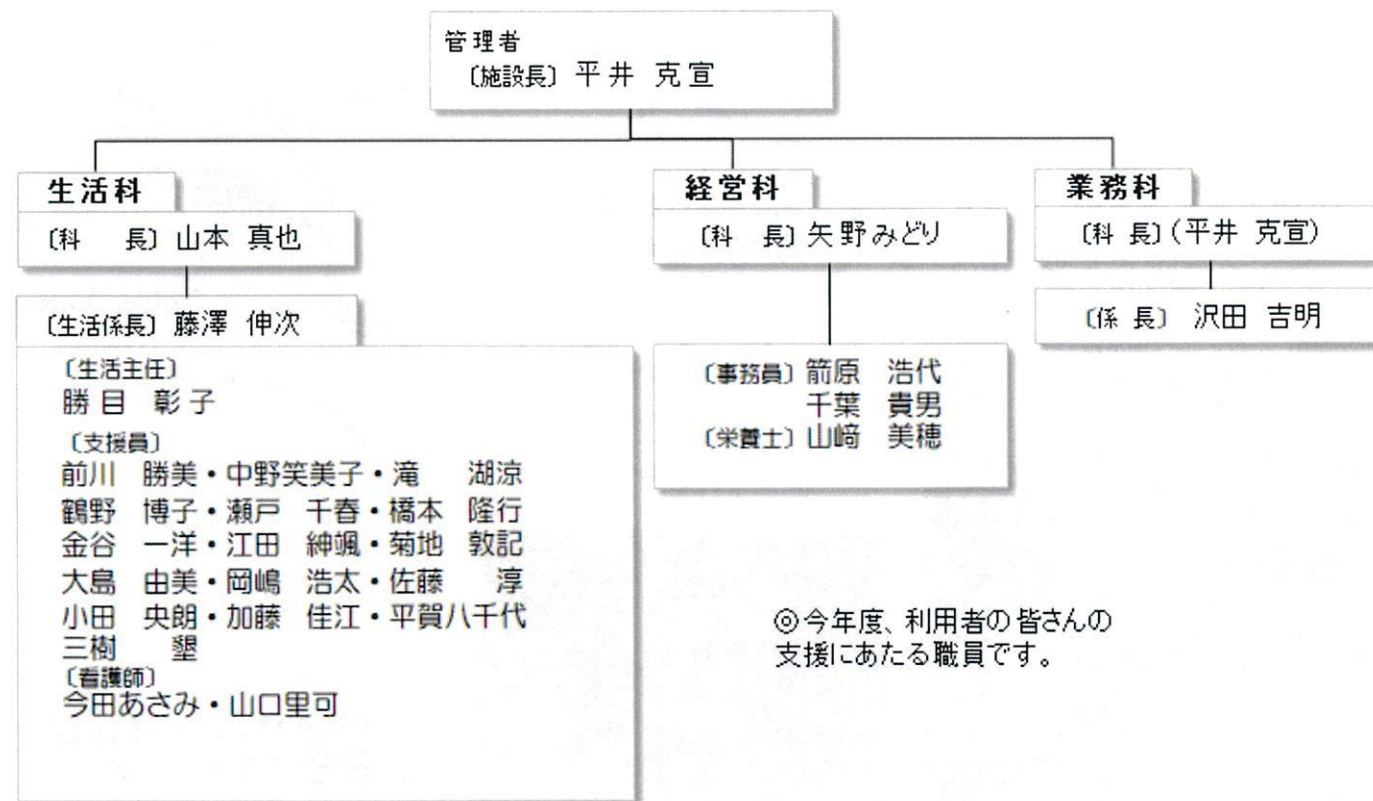
さて、早いもので新年度に入り、1カ月が過ぎました。早速ですが4月中に宿泊旅行を終えたグループもあります。今年度の宿泊旅行はいつもと少し違い、昨年度中に旅行先を支援員でプレゼンテーションして希望する方が多い場所を選定しています。プレゼンテーションではスクリーンに行き先を映して、分かりやすく説明したり、寸劇を披露して旅行に行った気分を味わってもらうなど趣向を凝らした一面も見られていました。今年度の行き先は道内のみではありますが、遠くは道南「函館」でイカール星人を見たり「札幌」での清宮選手が見れるかもしれない野球観戦、温泉好きの方には「登別」、食べマルシェに日程を合わせての「旭川」、北海道の食処「帯広」でばんば馬を見るなど・・・、人情芝居見物でやよい苑とも交流できる「阿寒」、世界遺産の「知床」観光と食のバイキング、体調に合わせての「近隣日帰り旅行」と8カ所予定しております。近隣日帰り旅行は新たな試みとして、夕食を外食で食べて帰ってくる予定です。

旅行するにも体力が必要です。光星苑のみなさんも高齢化が進み、以前に比べ体力が落ち気味の方も少なくありません。日々の生活の中で「宿泊旅行」という楽しみを目標に運動に取り組んでいる方もおられます。今年の宿泊旅行を終えたとき「疲れた」と感じるのではなく「楽しかった。来年は〇〇へ行きたい」と思っていただけのように、日頃からの生活には十分気を付けていきたいと考えております。

みなさんが毎日健康で安心して生活していただけるようできる限りサポートしていく所存でございますので、今後ともよろしくお願いいたします。

生活係長 藤澤伸次

## 平成30年度の光星苑職員配置



◎今年度、利用者の皆さんの  
支援にあたる職員です。



平成30年度 行事予定

◎各種の行事予定

- |   |                                 |
|---|---------------------------------|
| 4月 グループ外出<br>宿泊旅行（道東）                       | 9月 宿泊旅行（旭川）<br>秋祭り見物、<br>グループ外出 |
| 5月 連休一時帰省<br>宿泊旅行（道東）<br>お花見会               | 10月 収穫祭<br>観楓会<br>宿泊旅行（知床）      |
| 6月 合同レクリエーション<br>宿泊旅行（函館）                   | 11月 お楽しみ会                       |
| 7月 宿泊旅行（函館）<br>宿泊旅行（札幌）                     | 12月 開苑記念日<br>グループ外出<br>合同クリスマス会 |
| 8月 納涼盆踊り<br>お盆一時帰省<br>日帰り旅行（紋別）<br>宿泊旅行（登別） | 1月 正月一時帰省<br>新年会                |
|   | 2月 節分                           |
|   | 3月 雪中レクリエーション                   |

今年度の宿泊旅行について

今年度の宿泊旅行は、4月から10月にかけて道内旅行を行う予定で、次の中から利用者の皆さんに行き先を選択してもらい実施する予定です。

【道東方面】

阿寒方面へ行き人情芝居を見たり、帯広方面へ行き温泉やスイーツを楽しむ旅行です。

【札幌方面】

札幌ドームで「ファイターズ」の野球観戦、札幌市内の散策をして楽しむ旅行です。

【函館方面】

五稜郭タワーや北島三郎記念館を見学、朝市での食事などを楽しむ旅行です。

【知床方面】

自然豊かな世界遺産、知床で観光や海の幸を楽しむ旅行です。

【登別方面】

クマ牧場や温泉などを楽しむ旅行です。

【旭川方面】

食ベマルシェやショッピングモールでの買物などを楽しむ旅行です。

節分

2月3日、年男の皆さんの掛け声に合わせて「鬼は一外、福は一内」と鬼をめがけて豆を撒きました。その後は4つのゲームを行い、会場は熱気で溢れ白熱した時間となりました。昼食では、恵方巻と落花生が出て皆さん美味しくいただきました。



年男でーす(°^°)



はいれー！！



美味しかったです♪

お楽しみ会

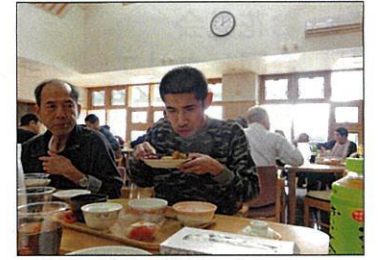
2月6日、光星苑食堂にてお楽しみ会が行われました。当日はバイキング形式で、からあげやお赤飯、サラダ、ケーキなど沢山のメニューが用意されており、特に人気の高かったからあげは列をなして並んでいました。食事中は、会話も弾み楽しいひと時を過ごしました。



何を食べようかな？



行列ができてまーす♪



幸せでーす(\*^^)v



手が止まりませ〜ん(笑)



食べるのに夢中です！！

あのね

2月16日、「読み聞かせサークルあのね」の皆様が来苑され、手遊び歌、大きな紙芝居や絵本、今回初めて見せていただくタングラムを披露してくださり、利用者の皆さんも歌を歌い、手や体を動かして楽しいひと時を過ごしました。あのねの皆様、いつもありがとうございます。



大人数が集まりました！



紙芝居に夢中です！(°^°)!



タングラムを真剣に見ています(°-°)



手遊びでみんなが1つに♪



湧別原野XCスキー大会

2月25日に例年同様、湧別原野XCスキー大会に参加しました。今年は6名の利用者さんが参加され、5kmコースに挑みました。道中で昼食を食べ準備万端！皆さんスタート前からいきいきとした表情で「頑張るぞ！」と意気揚々としていました。スタートしてからは、グングンと前に進む方、自分のペースでゆっくりと進む方など様々でしたが、季節を感じながら晴天の中を皆さん気持ち良さそうに滑っていました。ゴール後は、無料のうどんや菓子を頬張りながらお互いの健闘を称えあっていました。最後に記念撮影をし、帰苑しています。来年も皆さんで参加したいものです。



本番前からやる気満々！！



昼食を食べてパワーアップ！(^^)！



準備万全で～す！



気持ちいい～♪



完走しました(\*^^)v

雪中レクリエーション

3月9日に雪中レクリエーションを行いました。氷のタワーでは、牛乳パックをそーっと高く積み上げ、集中されていました。カーリングでは職員がブラシで床を擦り、平昌オリンピックさながらの盛り上がりを見せました。雪だるま叩きでは、土台が壊れそうな程に思い切り叩き楽しまれていました。レクリエーション後、甘酒とみかんを食べられ、楽しいひと時を過ごされています。



上手に叩いています！！



投げるよー？ そだねー！(笑)



いくつ積めるかな～？

グリーンプラスハーモニー

3月18日、今年も留辺薬グリーンプラスハーモニーの皆さんが演奏に来て下さいました。体育館いっぱい響き渡る迫力のある演奏に感動して涙を流す利用者さんもいました。皆さん、大満足であつという間の時間でした。留辺薬グリーンプラスハーモニーの皆さん、ありがとうございました。



演奏に、うっとり…♪



指揮者体験も！



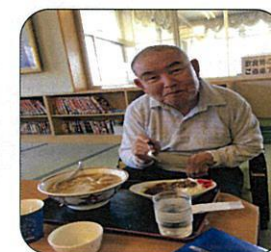
素敵な音だな～(^^)♪

グループ外出

4月19日、のんたの湯に行きました。皆さん温泉好きとあって複数の湯船を堪能されています。昼食は好きな物を注文され、大満足の外出になりました。



温泉の後のジュースは格別です♪



美味しい食事に大満足☆



カレーが大好き物(^^)！

4月21日、町内のスナック「フレンド」でカラオケを楽しみました。もちろんアルコールは無しでしたが皆さん7曲ずつ好きな曲を歌い満足されていました。



手拍子でノリノリです☆



小道具もバッチリ！



キマっています(\*▽)



楽しいですかー(^^)♪

他にも、ドライブやボウリングなどに行かれ、皆さん思い思いに楽しまれていました。

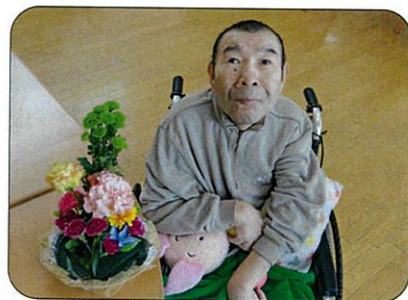




日中活動

【生け花】

3月23日、日中活動で、生け花を行いました。生け花の前に、皆さんで折り紙でチューリップを折りました。始めは、なかなか折るのが大変でしたが、2個目になると、上手に折ることが出来、同じ様に折ってもそれぞれに違う形になって様々なチューリップが出来、良い物に出来上がりました。最後に生け花を使用して、グループごとに素敵な作品が出来ました。皆さん、初めての事でとても喜んでいました。



皆さん素敵な作品になりました♪



【桜の壁画】

3月30日、利用者さんの手の平に絵の具を塗り、模造紙に手形を押し桜の花びらを作っていました。出来上がった手形をハサミで切り、大きな桜の木にペタペタと貼り付け、立派な満開の桜が出来上がり、皆さん満足気な表情でした。留辺薬町ではまだ開花ではありませんが、一足早いお花見となりました。



皆さん真剣です!!



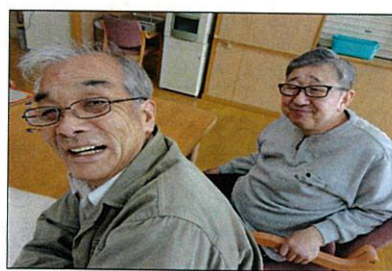
立派な桜が出来ました!(^^)!



慎重に…(:'▽')



上手です♪



完成が待ち遠しいです(^\_^)♪

お知らせコーナー

◎職員採用のお知らせ

【新採用】



三樹 壘 (生活支援員)

4月より、るべしべ光星苑の支援員として採用になりました。以前は、北見市の小林病院に介護助手として勤めていました。学生時代はずっと野球をしていました。少しでも役立てるよう、支援員として守備範囲の広い仕事をしていきたいと思っていますので、よろしくお願いします。

【異動】



沢田 吉明 (業務係長)

多機能型事業所サークル24より異動になりました。2年前まで光星苑でお世話になっていました。これまでの経験を活かし、できるだけサポートできるよう努めますので、今後ともよろしくお願いします。



山口 里可 (看護師)

3月より、特別養護老人ホームるべしべ希楽苑から異動になりました。利用者さんと毎日楽しく過ごさせてもらっています。趣味は海釣りで、秋アジなどを常呂や網走方面に行って釣っています。利用者さんの生活を医療面からサポートしていきますので、今後ともよろしくお願いします。



箭原 浩代 (事務員)

4月より、共同生活援助事業所旭荘から異動になりました。趣味はアウトドアで、キャンプが好きなので、これからの季節が楽しみです。少しでも皆さんのお役に立てるよう頑張りますので、どうぞよろしくお願いします。

【他事業所への異動】

- |       |       |                                |
|-------|-------|--------------------------------|
| 伊並 義則 | 経営係長  | 4月1日付けで特別養護老人ホーム希楽苑に異動になりました。  |
| 加藤 充  | 生活支援員 | 4月1日付けで多機能型事業所サークル24に異動になりました。 |
| 皆川 悠子 | 生活支援員 | 4月1日付けでるべしべやよい苑に異動になりました。      |
| 金谷 有華 | 生活支援員 | 4月1日付けでヘルパー事業所歩〜夢に異動になりました。    |

【退職】

- |       |       |                  |
|-------|-------|------------------|
| 増田 伸介 | 生活支援員 | 3月31日付けで退職されました。 |
|-------|-------|------------------|

☆編集を終えて☆

我が家の長男が5月で1歳を迎えました。子どもの成長は早いもので、ついこの間離乳食が始まったと思っていたのに、いまは「まんまんまー!」と猛スピードでハイハイしながら私を追いかけます。その笑顔に父はデレデレしています。日頃から抱っこしているせいか、上半身の筋力が増している今日この頃です。

帯広市から引っ越してきて1年が過ぎました。仕事と子育て、慣れない1年で大変な面が多かったですが、とても充実し、子どもと一緒に成長できたように感じています。

今後も、父として妻と子どもに元気をもらいながら頑張りたいと思います。(S記)