

令和6年11月4日発行

ふる里からの 「ふくろうだより」

今年の指針
“陽光”



あかるく やわらかく やさしく

社会福祉法人 隆明会
デイサービスセンター ふる里

長崎県 大村市 鬼橋町 1416番地
TEL (0957) 27-4500
FAX (0957) 27-4501

11月号

HP検索：[デイサービスセンターふる里](#)



『祭り（催し事）は準備に始まる！』

先月のおたよりの巻頭言で高校の同窓会の事を書きましたが、水曜日ご利用の方で101歳のY様が、「理事長は、佐世保南高校出身ですか？ おたよりを見て私の知り合いが佐世保南校出身で東京大学に進学しました。後にも先にもその方だけでしょう。」と、言われました。平成3年に大村市に住んで33年、佐世保の事が話題になることはほとんどありませんでした。特に母校の高校の事が話題のなったことが大変嬉しかったです。“ふくろうだより”は、平成17年から毎月、令和6年の今月まで一回も休まずに皆さんに発刊して参りました。ざっくばらんに私が感じたその時々の記事を書いて参りましたが、そうか！私自身がこれまでに書いた巻頭言は、新しくふる里をご利用になられた方には、まだ知らない私の話題が多いと知りました。Y様との会話で、「これからは、過去に執筆したことも少し交えて書いていこう。」と思いました。南校の同窓会の記事は、平成30年のおたより『ふる里行事“敬老感謝週間”』の中で紹介しています。Y様のように、おたよりを通じてご自分が小さい頃、若い頃のお話をして、会話できることは私にとってもとても嬉しいことです。

さて、先月は、『ミニミニ運動会』を開催しました。その二日前の日曜日に私は家族と福岡での『お祭り』にも参加しました。大変な行事が二つ重なっていたのですが、自分の事を言うのもなんですが、とにかく、二つとも一生懸命に頑張りました。当然、私ばかりではなく、行事やお祭りに向かう仲間、職員も一生懸命だったと思いますし、毎日仲間のその頑張りを感じていました。仲間が頑張っていることがとても嬉しくて、その嬉しい気持ちが『ミニミニ運動会』と『お祭り』の成功につながったと思います。『お祭り』をつかさどる会長様が、「祭りは準備に始まる。」とおっしゃいました。仲良く準備できたことが成功への導きでした。楽しみながら準備をすることで気持ちが一つになり成功へと導かれると思った10月でした。余談ですが、『お祭り』を終えて会長様から、ひよっとこ個人賞を授かりました。

ふる里10月行事“ふる里ミニミニ運動会”は、例年と同じように利用者様と職員が、和気藹藹とした雰囲気の中で開催されました。開会式から競技、閉会式まで、緊張感のある毅然とした態度の皆さんの姿が、運動会の成功を導いて下さったと感じました。しかし、腹の底から笑った運動会でもありました。職員と皆さんに感謝！感謝！

センター長 森 隆敏



10月行事は“楽しい気持ちで体を沢山動かし、みんなで声を掛け合いながら一丸となって、優勝を目指そう”を目標に『**第26回ふる里ミニミニ運動会**』を開催しました。今年も玄関からフロアまでの廊下に万国旗を飾り、運動会の雰囲気にも包まれながら行事を行いました。今年も選手宣誓を利用者様にお願いし、三日間共に皆さん元気に力強く宣言され



ました。最初の競技は『**パクッと丸ぼうろ**』は口や肩を使って吊るしてある“丸ぼうろ”を取り、ゴールまで戻ります。皆さんスタート前からやる気満々で、スタートの合図を今か今かと待たれていらっしやいました。そして“丸ぼうろ”に到着するや否や口で取ろうと挑戦されていらっしやいました。最後になっても誰もあきらめず挑戦されゴールすると周りから拍手が沸き上がりました。二つ目の競技は『**リング DE あそぼう YO!**』を行いました。このゲームは椅子に座った状態から大きな輪っかの中に立っている職員へ投げて、頭や腕、足でキャッチ出来るように投げます。キャッチす



る職員も熱が入り「絶対に取って見せる♥」と言わんばかりの勢いで腕や足、頭を出していました。うまく高得点の頭に入ると「おー！」と歓声が上がりチームに関係なく拍手が起きました。行事中盤では職員による『**応援合戦**』を行いました。両チームともに音楽のリズムに合わせてノリノリでダンスを踊り、利用者様も手拍子で応援して下さいました。踊りきると大きな拍手がおこり、とてもやりがいのあるダンスになりました。会場が盛り上がる中、行事の後半戦に突入。最初の競技は『**たくさん玉入れ**』を行いました。この競技は棒の上と真ん中に籠がついていてその



周りを囲んで玉を投げ入れます。皆さん沢山入れてやる。と膝の上に沢山玉を乗せ、スタートの合図と共に投げ始めました。どんどん投げられるので玉がなくなると落ちている玉や職員さんが集めている玉を貰いさらに投げていらっしやいました。そして最後の競技は『**借り物運試し競技**』を行いました。この競技では利用者様にも協力して頂き着ぐるみやヘルメット、浮き輪などを利用者様に持って頂き行いました。仮装は簡単なものから難しいものまで多数用意されていました。仮装した後『つく』『はさむ』のカードをめくって引いたカードでバランスボールをつくのか、股に挟むのか、カードの指示に従って廊下を回ってフロアに戻ります。前の職員を抜かしたり、後ろからの職員から抜かされたりなど接戦でした。今回もとても楽しく満足できる行事となりました。すでに次回の行事も準備が始まっています。皆さん健康に気を付けて笑顔でふる里へお越し頂ける事をおまちしております。



行事担当 中邑 典子 坂井 洋子

応援合戦



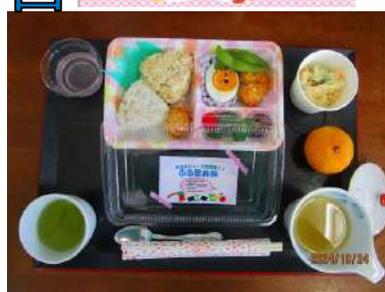
今年も赤組と白組で分かれてダンスを準備しました。早い段階から音楽や衣装の相談をされ両チームともに素晴らしい物になりました。初日は赤組は『おどるポンポコリン』の音楽に合わせて踊られました黄色い帽子に白いTシャツと赤いズボンで主人公のちびまる子ちゃんの仮装をされました。愉快的テンポの曲に合わせて利用者様も手拍子で応援されました。対する白組は『ザ・ジャクソンファイブ』の音楽に合わせて、カラフルなTシャツに黒いズボン頭にはアフロを乗せて踊りました。二日目と三日目は紅組は山本リンダさんの『狙い撃ち』を赤いつなぎにアフロ、そしてカラフルな眼鏡をつけて軽快に踊られました。利用者さまも音楽にノリノリで応援されてました。対する白組は『しなこワールド』をサンリオのキャラクターが描かれているTシャツとスカートで可愛く表現されていました。踊りが終わった後皆さんからも『可愛かったね』と声をかけて下さいました。

豪華な行事特別メニュー “大人様ランチ”

一日目



二日目



三日目



今年の『第26回ふる里ミニミニ運動会』の昼食は、若かりし頃の当時を回想させてくれる弁当箱で配膳されました。弁当箱の蓋に貼ってあるラベルが興味をさそるものでした。学生・子供の頃の運動会の昼食といえばお弁当。色んな味付けのおにぎりとおかずが入っていて、昔友達や家族と一緒に食べていた事を思い出すものでした。お弁当は、運動会の雰囲気味わって頂くとするもので、利用者の皆様も午後の“運動会”に思いを馳せていらっしゃいました。お弁当箱のおかずは、玉子焼きやタコさんウインナー、勝負には欠かせないゲン担ぎのカツなどいろいろなおかずが盛りだくさん。利用者様や職員もとても楽しそうで、美味しく完食されました。おやつは最後にみんなでジュースを飲み運動会の話に花が咲きました。帰りには、参加賞のお菓子もらって、最高の笑顔と満足感を抱いて帰宅されたようです。玄関に飾られていたウェルカムボードは、行事にかける厨房職員の意気込みです。

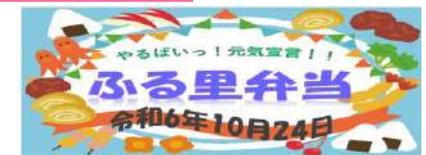
玄関のウェルカムボード ※玄関の献立ボードもおしゃれな感じです



おにぎり (ゆかり・ゴマ)
肉じゃがコロッケ
卵焼き ウインナー
マカロニサラダ
人参のポタージュ
ぶどうゼリー みかん



おにぎり (わかめ・サケ)
ハムカツ
ナポリタン バターコーン
りんごとさつまいものサラダ
オニオンスープ
マスカットゼリー みかん



おにぎり (つけみそ・しららす)
紫陽花揚げ ゆで卵
塩ゆで枝豆
ポテトサラダ
コーンスープ
ピーチゼリー みかん

第26回ふる里ミニミニ運動会写真集 1日目



『選手宣誓』



『パクツと丸ぼうろ』

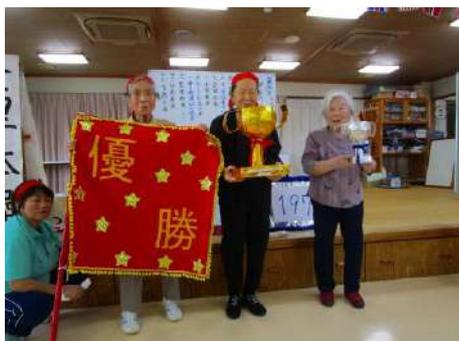


『リングDEあそぼう YO!』



『たくさん玉入れ』

『借り物運試し競争』



『閉会式』

第26回ふる里ミニミニ運動会写真集 2日目



『開会式』



『パクツと丸ぼうろ』



『リングDEあそぼう YO!』



『借り物運試し競争』



『たくさん玉入れ』



『閉会式』

第26回ふる里ミニミニ運動会写真集 3日目



『開会式』



『パクツと丸ぼうろ』



『リングDEあそぼう YO!』



『たくさん玉入れ』



『借り物運試し競争』



『応援合戦』



『万歳三唱』



『応援合戦』



『閉会式』

10月訪問ボランティア

10月の訪問ボランティアは『わがんせサクソアンサンブル様』と『マーラ・プア様』の二組来て下さいました。まず19日の『わがんせサクソアンサンブル様』は5名の方がいらっしゃいました。ドラムやアルト、ソプラノなどいろいろな音色のサクソを使い音楽を演奏されます。“新喜劇のテーマ曲”など演奏されました。なんとサプライズで事務の池田さんが『青い珊瑚礁』を生演奏で歌われ、利用者さまも職員もノリノリで合いの手や手拍子をされていました。最後には質問タイムをされ、利用者さまから「楽器の種類と値段を知りたいです。」という質問に応えられました。そしてサクソの種類も沢山あり“ソプラノサクソ”や“アルトサクソ”“バリトンサクソ”“テナーサクソ”などです。それぞれに役割がありどんな時に使ったりするなども説明して下さいました。



二組目は、31日に『マーラ・プア様』が来られました。今回も『ロコ・アカマイ』の方と一緒に、にいられてフラダンスの可憐な動きで利用者様や職員は曲の世界に引き込まれました。『青い珊瑚礁』を『マーラ・プア様』が踊られました。まるでビーチでフラダンスを踊られているように感じました。そして3曲目に鈴田先生が“恋の季節”をカラオケで歌われそのバックダンサーを『マーラ・プア』の皆様が行いました。いつもと違う黒い衣装に黒いハット姿には会場もびっくり。少し大人の雰囲気にも包まれ、いつもの可憐さではなくカッコよさをダンスで表現して下さいました。



在宅介護支援センター ふる里

【在宅介護支援センターふる里】とは…

社会福祉法人として設立され運営している事業です。地域の身近な総合相談窓口として、福祉専門のソーシャルワーカーが安心生活のため様々な相談に応じます。

また、地域の老人会や趣味サークルを中心とした団体等に介護予防教室、健康体操、レクリエーションの指導を行い、生活の安心と喜び、地域の活力が生み出されるように取り組んでおります。相談に関する手数料やご利用に係る料金は無料です。

お気軽に皆さまの地域の身近なパートナーとしてご活用下さい。



十一月の行事予定

◆ふる里 11月行事『秋を感じよう!クイズ』
11月19日(火)・20日(水)・21日(木)



◆生け花教室～齊藤マサミ先生～ 13日(水)・25日(月)

◆書道教室～中村朱実先生～ 11日(月)・28日(木)

◆おはなしの部屋～鐘ヶ江先生他～ 23日(土)

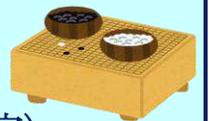
※1 ふる里おはなしの部屋の時は、**午前中入浴**となりますので、皆様のご協力を宜しくお願いします。

◆押し花教室～中村壽美子先生～ 26日(火)

◆麻雀・将棋・囲碁～鬼橋クラブの皆様他～

毎週水曜日午後(6日、13日、27日予定)

◆訪問ボランティア 13日(火)～グリーンネスジャギー教室様～
29日(金)～大村少年合唱団様～



～10月の趣味活動の作品～



書道教室



押し花教室



生け花教室

今年の秋は前半に暖かい日が続き、後半で急に朝方など冷え込む日が訪れてきました。ニュースでも今年は秋を感じられる期間が短いと言われ、紅葉やコスモスなど秋の楽しみにも影響が出ているそうです。遅い秋の後に来る冬は一足早くおとずれそうですね。まだ体が寒さに慣れてない為家などで過ごす際には体調を崩さないように気を付けてお過ごしください。手洗いうがい、十分な水分を取って下さい。編集後記 田口 真一