



# ムストホフ志木だより

～ 愛 と 感 謝 と 奉 仕 ～



## 『感謝を胸に』

地域包括支援センター ブロン  
社会福祉士 T・C

平成30年4月にブロンに入職いたしました。以前は板橋区内の地域包括支援センターに勤務していましたが、いつかは出身地の埼玉県内で働きたい、とかねてから思っておりましたので、良い職場が与えられ大変感謝しています。

早いもので入職してから1年近くが経過しました。ブロンに入職する決め手となったのは、毎朝朝礼で唱和している【職員綱領】の存在です。その中で特に気に入っているのは『愛と感謝と奉仕の経営理念に徹し、職員相互の人格向上に努め』という箇所と、『常に調和を旨として相手の欠点をとがめず、美点を認めて褒めあい』という箇所です。これらの言葉を常に意識して、共に働く上司や諸先輩方からの指導をいただきながら、地域の皆様のために更に貢献出来るよう努力を重ねていきたいと思っています。

以前の職場では介護予防ケアマネジメント業務の比重が重く、地域の方々と接する機会が限られていましたが、現在では、自分自身が以前からずっと関わりたいと考えていた「地域包括ケアシステム」構築のための各種事業(オレンジカフェ、認知症徘徊模擬訓練、遺言・相続セミナー、健康講座等)に直接携わることができ、やりがいと充実感を持って日々の業務に取り組んでいます。

さて、私自身のことを書かせていただきます。私の趣味は「音楽鑑賞」です。音楽はクラシック、特にバッハなどの合唱曲が大好きです。学生の頃は、今流行りのQueenが好きで、英語の歌詞の意味がわからないながらも音楽に合わせて歌っていました。その頃はクラシックには全く興味がありませんでしたが、人間の趣向は年齢によって変化するものですね。去年はバッハの「マタイ受難曲」、「クリスマス・オラトリオ」、ヘンデルの「メサイア」(ハレルヤコーラスで有名な曲です)、今年はベートーヴェンの「交響曲第9番合唱付き」を聴きに行きました。いずれも合唱が素晴らしく、心が揺さぶられました。かつては合唱団に所属し、川越市民会館、飯能市民会館にて第九演奏会に出演したことがあります。それゆえにコンサートでの合唱の美しさに感動しました。レベルが違いすぎて、まるで別の音楽のようでした。4月には再度バッハの「マタイ受難曲」を聴きに行く予定です。自分にとって音楽は心を伸びやかにし、癒やしてくれる大切な存在となっています。

このような私ですが、どうぞよろしくお願いいたします。

## 【1月のご様子】

厳しい寒さと乾燥した気候が続く中、あちこちでインフルエンザが広がっておりますが、ブロンにおきましてはみなさま変わらずにお過ごしいただいており、とてもうれしく感じています。

今月も恒例となっている誕生日会を開催し、大いに盛り上がりました！ 1月は誕生日をむかえられる方が多く、プレゼントを渡した際の笑顔をたくさん拝見することができました。みなさまの笑顔が、インフルエンザを吹き飛ばしてくれると思います！！

まだまだ寒さも続くことと思われませんが、ご家族のみなさまもお身体にお気をつけてお過ごしください👪

### 《誕生会》

介護職員：Y・I 記



『カワイイねえ👩🏻』



『おいしそう😊』



『プレゼント、ありがとう♥』

## 特別養護老人ホームブロン2月の予定

■節分・豆まき 3日(日) ■店屋物 9日(土) ■誕生会 24日(日)

### <ボランティアさんによる催し>

2月はインフルエンザや風邪などの感染防止のため、特養での催しは中止とさせていただきます。ボランティアの皆様には、ご理解・ご協力のほど何とぞよろしくお願い申し上げます。

## 厨房だより

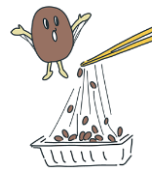
### <インフルエンザ予防のカギは腸内環境>



この時期になると毎年のように猛威を振るうインフルエンザや風邪。感染しないために手洗いやうがいを徹底するのはもちろんのこと、感染しにくい抵抗力のある「体づくり」も心掛けたいものです。それには日々の食生活が重要な要素の一つです。そこで今回は、感染予防に役立つ食材を紹介したいと思います。

#### ① 腸内環境を正常に保つ食品

- ・「納豆」や「ヨーグルト」といった発酵食品
- ・「根菜」、「キノコ類」などに多く含まれる食物繊維



#### ② 粘膜を強くしてウイルスの侵入や炎症を防ぐ食材

- ・「緑黄色野菜」(ブロッコリー、かぼちゃ、ピーマンなど)
- ・ビタミンAの含有量が多い「レバー」、「卵」など



腸内環境と粘膜を強くして、ウイルスに対する免疫力を高めることが、インフルエンザや風邪の予防に役立ちます。抵抗力・免疫力を高めて、この冬を元気に乗り切っていきましょう！

栄養課：J・N 記

# ケアハウスリヒト

## 【1月のご様子】

ご入居者の皆様におかれましては、今年も何事もなく静かな新年を迎えられました。  
1月20日(日)には恒例の「新年祝い会」が行われました。施設長の挨拶による開会の後、職員が演じる「獅子舞」が登場。皆様、頭を噛んでもらって『無病息災』を祈念しました。

昼食では美味しい「祝い膳」に舌鼓。食事の後には「投扇興(とうせんきょう)」と呼ばれる日本古来の遊びを行って、楽しいひと時をお過ごし頂きました。また今回は「喫茶風車」にて利用できる「お買物券」をプレゼント。皆様、何を購入されるのでしょうか？

今年もお互い健康に気を付けて、明るく穏やかな生活が送れるよう過ごして参りましょう。

### ＜新年祝い会＞

介護職員：R・S 記



『獅子舞に噛んでもらって無病息災♥』



『投扇興。的はうまく倒れるかな??』



## ケアハウスリヒト 2月の予定

- 節分 3日(日)
  - 入居者懇談会 8日(金)
  - 誕生日会 24日(日)
  - どんぐりの会 毎週土曜日
  - 100歳体操 毎週水曜日
- ※どんぐりの会は、編み物や裁縫等をみんなで楽しむ会です。

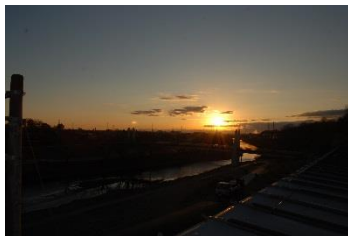
# グループホームブロン

## 【1月のご様子】

正月もあっという間に過ぎていく中、1月20日(日)には「新年祝い会」が開催されました。詩吟を披露される方や、真剣な表情で書初めをされる方がおられたほか、スタッフと一緒にお正月の歌を唄うなど、新年を祝うのに相応しく、終始和やかな雰囲気にも包まれた会となりました。厨房スタッフによる「祝い膳」も大変好評で、入居者の皆様にはご満足いただけたのではないかと感じております。

まだまだ寒い日が続きますので、入居者の皆様が体調を崩されることのないよう、些細な変化も見逃さないようケアに努めていきたいと思っております。本年もどうぞ宜しくお願いいたします。

介護職員：Y・T 記



『初日の出☀』



『健康に過ごせますように♥』



『筆を持つ表情は真剣そのもの!』

## グループホームブロン 2月の予定

- お誕生会 19日(火)
- 節分 3日(日)
- 夕食作り 3日(日)・20日(水)
- 店屋物会 27日(水)
- おやつ作り 16日(土)

### ＜ボランティアさんによる催し＞

2月はインフルエンザや風邪などの感染防止のため、GHでの催しは中止とさせていただきます。ボランティアの皆様には、ご理解・ご協力のほど何とぞよろしくお願い申し上げます。

## 【1月のご様子】

新年を迎えたデイサービスでは、毎年恒例となった初詣週間の期間中、館内のホールに建立された「ブロン神社」にて皆様に初詣をして頂きました。健康運や金運などの祈願とおみくじを引いて頂いた後は、甘酒やイノシシの形をした「練り切り」などが振る舞われ、食の面でもお正月を味わって頂けたことと思います。最後は獅子舞いが登場し、皆様と記念撮影で「パチリ!!」  
 本年も皆様が健康で過ごせますようにと、職員一同も祈願いたしました。

### 《ブロン神社初詣》

相談員：M・M 記



『どんなお願いをするのかな?』



『今年は〇〇でありますように...』



『おみくじの結果は◎』

### デイサービスブロン 2月の予定

■ 誕生会 18日～23日 (月～土)

＜ボランティアさんによる催し＞

■ 詩吟 7日(木) 21日(木)

■ ウルル&ブルーハーブ 18日(月)

■ ハーモニカ 28日(木)

■ 大正琴 18日(月)

■ 坐って太極拳 23日(土)

### 2月全体の予定 (於 多目的ホール)

■ ギターオカリナ 20日(水)

## ルストホフ志木 トピックス



## 新年祝い会

1月20日(日)、特養・グループホーム・ケアハウスにおいて「新年祝い会」を開催いたしました。当施設にご入所・ご入居されていらっしゃるみなさまにお正月の気分を味わっていただこうと、毎年いろいろなアイデアを盛り込んで行っています。

その中でも皆様に特に喜んでいただけたのは、厨房の職員たちが丹精を込めて調理したルストホフ特製の「祝い膳」です。また、お正月定番の「獅子舞」も大活躍でした。

特製の祝い膳



閉会の際には「この一年も、みなさまが健康で明るい毎日を過ごしていただけますように」との願いを込めた挨拶で締めくくりました。



イノシシの「練り切り」

