

発行：一般社団法人だんだん会

責任者：宮崎和加子

# だんだん便り

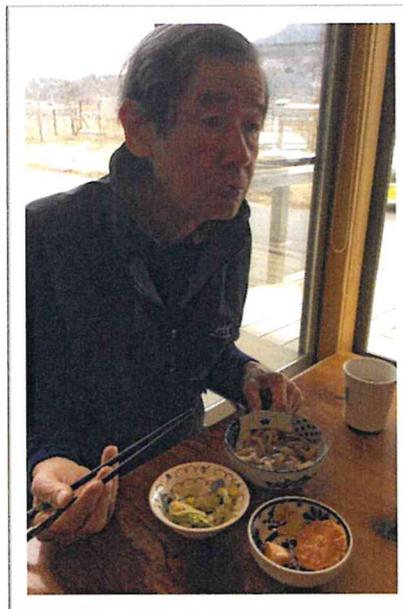
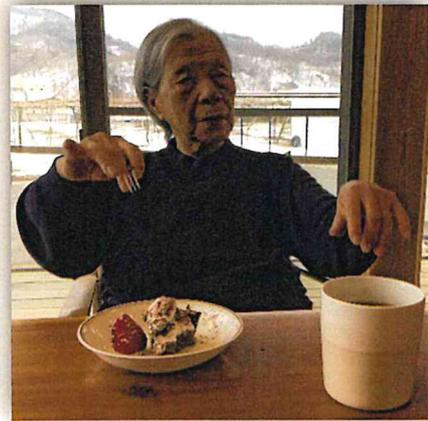
第53号 2022年3月10日



ねえ、ねえ、ムーミン  
ムーミンの国にもグミってあるの  
甘くてちょっと渋い味がするよ  
水差しにグミをいれてみたら  
なんだかほっとした気分

からまつ会 滝沢 清次 (富士見町)

摩利支天 バレンタインデーとあずきぼうとうの巻



バレンタインデーにチョコケーキ食べました。  
男性に先にあげるはず・・・だったのに、なぜか？  
女性の皆様、お先にいただきました。  
「あずきぼうとう」も作られ美味しいと皆様いい笑顔です。  
摩利支天：山口 陽子

## 地域看護物語

### 「あんあん」で働き始めて半年弱



地域看護センターあんあん 奥石里美

昨年10月に地域看護センターあんあんに入職しました奥石里美です。生まれも育ちも北杜市です。大好きな故郷で看護師として働けることが嬉しく、働き始めて5か月が経ちましたが、あっという間という感じです。充実しているからこそその感覚でしょうか。働き始めての感想を綴ってみたいと思います。

#### \* 訪問看護師を目指したきっかけ \*

2020年11月に末期がんで闘病していた義母を自宅で看取りました。その際にケアに来て頂いていた浅見所長との出会いが訪問看護師を目指すきっかけとなりました。不安の中にいた義母や私たち家族を支えてくださいました。その時の気持ちは今も忘れません。訪問看護師はベテランナースという印象。臨床経験の浅い私にはとても務まらないと思い込んでいましたが、浅見所長は「そんなことはない。新卒でも働くことはできるよ」と声をかけて下さいました。やってみようという気持ちが大きくなり、入職を決めました。看護技術や一人で訪問することへの不安を率直に打ち明けるとプリセプター制度など新人の教育体制を整えてくださり、今では少しずつ単独での訪問も始まっています。

#### \* 実際にあんあんで働いてみて \*

最初に感じていた不安は、所長やプリセプター、ベテランの先輩方の細やかなご指導のおかげで払拭され、日々楽しく訪問させて頂いています。また診療所や居宅介護支援事業所、訪問リハビリなどでの研修も充実しており、働きやすく学びやすい環境です。

所長や先輩看護師の実際の支援や訪問している利用者から多くのことを学ばせて頂いております。私たち支援者はつい、利用者やご家族を誘導したり、事実ではない問題を想像したりしがちです。より良い支援を継続していくには、起こっている事実とは何か、利用者やご家族は何を望んでいるのかを細やかにキャッチしていくことが必要であるという学びを得ました。そのためには利用者が主体であることや丁寧に関わっていくことの大切さを実感し、そこを忘れてはいけないと思いながら日々訪問しております。

#### \* これからの目標 \*

所長や先輩看護師が実践されているように、利用者によりよい関係を築き上げていくことが今の私の目標です。もちろん在宅での医療ニーズが高まっている今、利用者に安心安全な看護を提供するため、看護技術を習得していくことは必須です。しかし、それだけではなく私たちは生活を支援する看護師であること、とても身近な存在であることを利用者を感じて頂けるように、日々の支援をしていきたいと思っています。

また、新卒や新人看護師でも訪問の場で活躍できることを体現したいです。新たな仲間が北杜市に増え、市民の方に「この地域にはいい看護師がたくさんいるから大丈夫、家で生活していける」と感じて頂きたいと思っています。

## オレンジテイほかほか

今年の2月は寒くて、いつもの年よりも雪が多かった年でした。

でも、すっかり日が長くなり、ようやく春が巡ってきたようです。

1月の終わりに送迎先の庭で見つけた、小さな春の使者「フクジュソウ」が、ビロードの黄色の花びらを咲かせて、背丈も大きくなりました。

不安がぬぐえない毎日ですが、春は確実にここまで来ています！

自然の営みに癒されています。



フクジュソウ(福寿草)



水仙も膨らんでいます

## 節分の習慣と言えば「豆まき」と「恵方巻」



恵方巻(太巻き)は、自宅によく作られていたかと思いますが、最近では中々、巻くこともなかったかもしれませんので、ぜひ、ご自身の太巻きを作っていただけたらと、思い、企画させていただきました。

衛生管理、感染症対策は、ばっちりさせていただいておりますので、ご安心下さい。

節分の巻き寿司を、ご自分で巻いてくださいました。手作りした巻き寿司を、美味しそうに、召し上がっておられます。

スタッフと一緒に作りました。巻く事も意外と出来るなと感じていただきました。



巻き寿司の断面が、どんな美しさかは、召し上がるまでの楽しみです。

# オレンジサロンわいわい白州・長坂

“あかりを点けましょ ぼんぼりに…”  
「ひな祭り」、お雛様を飾ることが少なくなりましたが、春を感じて、子供たちを含め無病息災を祝う行事です。  
こちらは3月3日ではなく、一か月遅れの4月3日が「お雛祭り」女の子のお節句です。



地元高校との交流

## 『あわじ結びの伝承と飾りづくり』

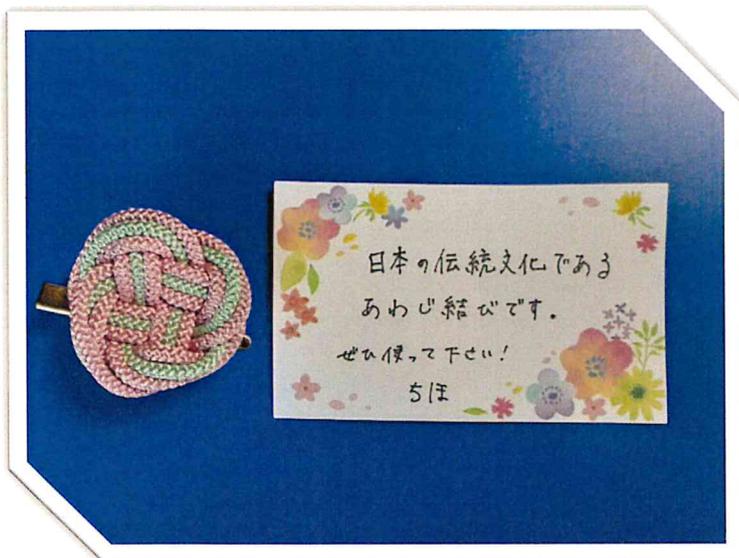
感染が拡大した第6波の影響で、計画していた地元高校生との交流会が開催できなくなりました。

北杜高校は市内にある高校です。高校の取り組みの一環で「認知症サポーター養成講座」を開催し、若き認知症サポーターが誕生しているとのことでした。

認知症を理解した高校生がサポーターとしてできることとして、高齢者との交流を企画していました。交流のツールは「創作活動」で「あわじ結びの伝承と飾りづくり」でした。

3年生は企画のみで実現ができずに3月1日学び舎を卒業いたしました。

卒業を前に、交流会は実現できなかったのですが、生徒が手作りしたあわじ結びのブローチをサロン参加の高齢者の方にプレゼントしていただきました。



高校生からのメッセージが添えられていました。



令和4年3月3日

15時30分～

## 白州小学校から介助用車椅子が寄贈されました

グループホームわいわい白州駐車場にて贈呈式が行われました

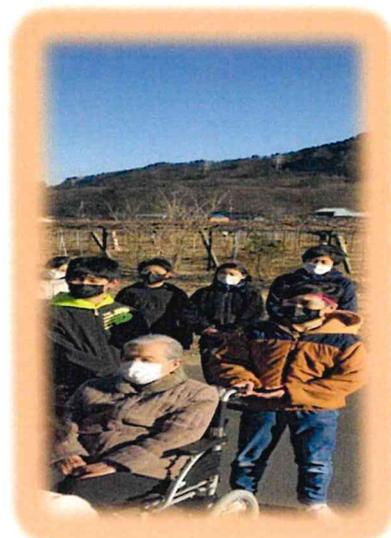
たくさんの人の思いが詰まった素敵な車椅子

世界に一つしかない貴重な車椅子

大切に使用させていただきます



アルミ缶をたくさん集めて、車椅子に変え  
地域に貢献することを目指して  
取り組むこと約2年  
たくさんの人の協力があって  
念願の車椅子となりました  
これからも、地域の人との繋がりを  
大切にし地域の為になるような活動  
をしていきたいです  
(児童会長6年 前島秀蓮君)



グループホームわいわい白州代表入居者  
(摩利支天) 斎藤様・関様(尾白) 高橋様・高嶋様

地域密着型グループホームである当施設は  
このような形で地域の小学校と繋がれた事に感動をしております  
改めて私達も嬉しい気持ちになりました  
善意の贈り物であることを深く心に刻み  
いただいた車椅子はフルに活用させていただきたいと思えます  
本当に有難う御座いました(グループホームわいわい白州代表)

\*CATV(3/12～時間は未定)・広報紙の表紙に本日の贈呈式が記載されます。楽しみにして下さい。

摩利支天：サブリーダー 大久保利恵

# わがままハウス山吹 (支援付き共生すまい)

## いっしょに楽しむ“外出支援”

今回は『わがままハウス山吹』介護スタッフが、入居者さんの外出支援を担当していることを少しご紹介させていただきます。

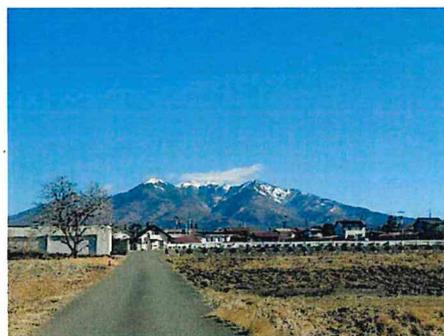
外出支援と申しましても多岐にわたります。コロナ前には入居者さんをスーパーマーケット等のお買い物にもお連れすることも頻繁にありましたが、残念ながら今現在は、“コロナ自粛”のためにご要望にお応え出来ない状態となっております。

2022年3月時点での外出支援は、医療機関への送迎やリハビリ施設&サロンへの送迎が主となっております。医療機関は北杜市内の病院はもとより、お隣の富士見町（長野県）にある病院や同じく長野県野辺山にあるクリニックにも定期的にお連れしています。そう！そう！一昨年には日帰りで京都大学病院受診なども経験しました。これは、理事長の「出来ることは、何でもしましょう！」という理念から実現できたようにも感じています。

話は変わりますが、コロナ禍で行動制限を強いられておられる利用者さんを送迎車にお乗せして喜んで頂けることは、“八ヶ岳・南アルプス周辺の自然の美しさ”を運転手の私も一緒に楽しませて頂けることです。今年の冬は久々にまとまった雪が降った小淵沢周辺ですが、運転していて後ろから掛けて頂く「山がキレイね！ 楽しいドライブありがとう！」というお言葉が、何よりの明日の糧です。だからこそ、もう少し先ですが桜の開花が待ち遠しい今日この頃です。そして小淵沢周辺では、かなりの確率で梅と桜と雪を同時に愛でることができる素敵な環境です。私はそこで皆さんの支援をさせていただいています。  
(介護スタッフ 岡本静佳)

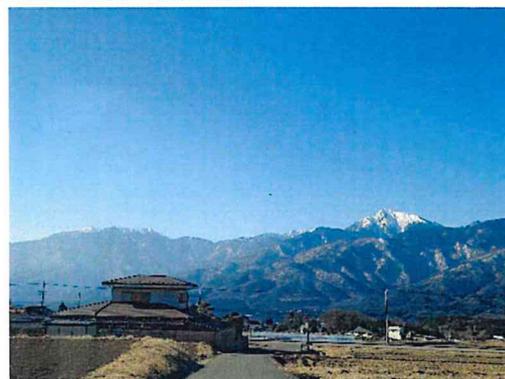


日照時間日本一の北杜市



青空に堂々と八ヶ岳

甲斐駒ヶ岳(右)と  
鳳凰三山(左側の山塊)



# 「リハ特化半日デイるんるん」

新築トレーニングルームで

## 5月より 週5日 とないます！！

昨年7月から、週2日(水・金)実施している『リハ特化半日デイるんるん』。利用者が増加してほぼ満杯状態です。“リハビリ”に対する需要・期待がとても大きい！！

そこで、「オレンジデイほかほか」の事務所から独立します。同一敷地内の建物を事務所としてお借りする予定です。

5月から、週5日(月～金)午前と午後の2単位、定員1単位12名⇒15名で体制を強化して実施します！

“るんるん”と体力維持・増強し、少しでも元気に長生きしましょう！

**利用者、大募集！！**

問い合わせは、  
リハ特化半日デイるんるん  
0551-30-7509



完成予定図



現在、基礎工事中

## 一般社団法人だんだん会

### <長坂事務所>

- ・法人本部 0551-45-9566
- ・地域看護センターあんあん 0551-30-7505
- ・定期巡回てくてく24 0551-30-7787
- ・訪問介護にこにこ 0551-30-7787

408-0035 山梨県北杜市長坂町夏秋 918-5

### <小淵沢地域>

- ・わがままハウス山吹 0551-45-6323

408-0044 北杜市小淵沢町 10123-2

### <白州地域>

- ・グループホームわいわい白州 0551-30-7566

408-0315 山梨県北杜市白州町白須 1023

### <オレンジ館(長坂上条)>

- ・オレンジデイほかほか 0551-30-7509
- ・リハ特化半日デイるんるん 0551-30-7509
- ・オレンジサロン長坂・白州

408-0021 北杜市長坂町長坂上条 436-4