

TSUBAKI

第92号 発行日：2024年10月1日
発行者：社会福祉法人 椿福祉会
発行責任者：松田明美



〒538-0031
大阪市鶴見区茨田大宮2丁目2番25号
TEL 06-6911-1002 FAX 06-6911-1006
WEB <http://tsubaki-fukushikai.com/>



地域に根ざした新しいクリニック ～子どもと家族の健康を支える～

2024年4月より、グループホーム安田の1階部分を増改築して、クリニックの設置工事が、クレヨンの建設に携わって頂いた長友産業株式会社に引き続きお願いし、5月末日の予定工期限内に完成して頂きました。6月9日に建物の引き渡しを終え、正式にクリニックとして開業できるよう開業届、定款変更の手続きをすすめ、7月28日には内覧会を、お花の寄贈や多くの方にお越し頂いて盛大に終えることができました。8月1日より開院して1か月が経過し、登録者も100名を超え、順調にスタートをきるできています。開院の目的である「子どもの健康管理はもちろんのこと親の心の健康も大切に考え、家庭が幸せな場所になるように心がけること」、また、「予防医療と健康的な生活習慣の啓発を通じて、子供たちの健康を促進すること」をめざしていきます。

お母さんが笑顔で過ごせる家庭、子どもがのびのび生きられる世の中を大切に考えます。保護者に対して子育てのサポートを提供し、育児教育セミナーや情報パンフレットの提供など親の不安を軽減したいと思います。クリニックは子どもたちとその家族にとって心地よい場所となり、笑顔で過ごせる家庭をサポートします。

スタッフについては、中村訓子院長を中心に、看護師2名（現在1名）、医療事務員（2名）体制で、安心して治療が受けれる体制と今後は来院が難しい方には往診等も含めて検討し、少しでも地域で貢献できるようにすすめていければと思っています。

常務理事 下中 敏行

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	●	●	/	●	●	●○	/
14:00~15:00	○	○	/	○	○	/	/
15:00~17:00	◎	●	/	◎	●	/	/

● 一般診療 ○ワクチン ◎乳幼児健診・慢性疾患予約外来



外 食

今までは作業工賃で買い物をして施設で食べていましたが、今回は外食にしようということで、頑張って作業に取り組んでもらった作業工賃でグループごとに分かれて7月30日（火）に外食へ行きました。近場のお店で行きたい所を事前に聞き取り、「マクドナルド」「神座」「ふくちゃんラーメン」の3つの店に決め、皆さんとても外食を楽しみにしていました。当日、お店に到着するとレジにあるメニュー表を指差して注文しました。ラーメン店はラーメン以外にもチャーハンや餃子を選んだり、マクドナル

ドではセットメニューと単品から更に追加して食べたいものを選んで注文した方もいました。注文後に頼んだメニューが運ばれると早く食べたいという気持ちや美味しそうという気持ちを少し抑えて、みんなのメニューが揃ってから「いただきます」をして食べました。皆さん「おいしい」と言いながら嬉しそうに食べていました。食べ終わった後は「また行きたい」「次はラーメン行きたい」など次回の外食の希望を楽しみな様子で話していました。

【クレヨン 後藤】



夏まつり行事

8月29日（木）にクレヨンで夏祭り行事を開催しました。午前はくじ引き、金魚すくい、射的、的当てのそれぞれの屋台を回って楽しみました。くじ引きは1人2つずつ事前に作った指輪やブレスレットなどを景品にしました。どれも全て綺麗に完成されていて、くじ引きでもらえたことで喜んでいました。射的では的を狙って撃つことが難しく、支援員が少し手伝って、お菓子交換券をもらいました。金魚すくいは支

援員が作った金魚を上手に掬い上げていました。的当ては的に狙いを定めてボールを投げるのが難しい方もいましたが、支援員が手伝うことで上手的を当てることができました。

午後は法被を身に着けて、事前に皆で作った神輿を担いで「わっしょい」のかけ声で作業室内を往復しました。最後にみんなで花火の動画を鑑賞してお菓子を交換し、楽しい夏祭り行事を終えました。

【クレヨン 後藤】



久しぶりの外出 いっぱい食べるぞ!

利用者さん数名と外出に行きました。車に乗ってフレスポ鶴見内のスーパーに寄り、好きなお菓子を購入しました。1人の利用者さんがカートを押して、他の利用者さんも好きなお菓子を選んでカゴに入れていて、ショッピングを楽しんでいました。(^^) その後、びっくりドンキーに入店し、各々好きなハンバーグを注文しました。1人の利用者さんは「チーズが食べたい」と言い、1人の利用者さんはパイナップルが乗ったハンバーグを指差し、また別の利用者さんは目玉焼きが乗ったハンバーグを選び、みなさんそれぞれ好みがかかれていて、面白かったです。(^^)

ハンバーグを食べた後は、デザートも食べたいとの要望があったので、ミニソフトクリームを注文して食べました。(みなさんお腹いっぱいですね^^) 昼食後はウエルシアに行き、ジュースを購入して茨田大宮西公園でお菓子とジュースを飲食しました。ピクニックみたいでいいですね^^)

コロナ禍もあり、なかなか外出できない中、久しぶりのお買い物や外出で、みなさんの笑顔が見られてとても良かったです。(^^) 【つるみの郷 三島】



七夕行事でハプニング!?

7月5日(金)に七夕行事がありました。(^^) 元々、ワークセンターつるみの郷と合同で行なう予定でしたが、事情によりつるみの郷だけで行なうことになりました。(T_T) 女性利用者さんにフルーツゼリーを作っていただく予定だったのですが…(T_T) ともあれ、気持ちを切り替えて、つるみの郷で七夕行事を楽しみました!

まずは、各階の利用者さんに「七夕の由来」のお話を観てもらいました。(織姫と彦星の話はいつ聞いても感動しますね^^) その後、みんなで食堂へ移動して、前日から作っておいたみかんゼリーとコーヒーを飲食しました。みかんゼリーもボリュームがあり、みなさん満足そうでした。(^^) そして、七夕といえば短冊! 利用者さんがそれぞれ書いた短冊を職員が発表しました。(願いが叶うといいですね^^)

突然の予定変更となってしまいましたが、事前に説明することができたので、不穏になる方もおらず、みなさんで楽しむことができました。飾り付けもキレイで、利用者さんに喜んでもらうことができました。来年はワークセンターつるみの郷と合同で行なえたらいいですね^^) 【つるみの郷 雫】



トマトの空中栽培



ワークセンターつるみの郷の就労B型では、トマトの空中栽培に挑戦しました。トマトが空中に浮くの？一体どうなるの？と質問が次々にあり、利用者みなさんはとても不思議そうでした。もちろん私達職員も初めてのことで、一体どうなるのかとわくわくドキドキしていました。毎日の水やりは当番制にして、こまめにお世話をする内に、少しずつ茎や葉が伸びてくるとみなさんととても興味津々でした。その茎や葉っぱが空を向いて伸びてきた時に、「空に向かっている！！」「これが空中栽培か！！」と、利用者さん、職員みんなで納得しました。

日々の手入れの成果もあり、少しずつ実が成り、最初は小さかった緑色の実が少しずつふくらんで、オレンジから赤へと変わり立派なミニトマトができました。みなさん「トマトできた！！」と大喜びでした。成長した赤いトマトは毎日収穫して、製パン担当者へ渡して冷凍保存してもらっています。冷凍トマトはトマトソースにアレンジして、パンやピザにのせようかと、みんなで考え中です。他にも空中栽培ができる野菜があれば、またみんなで挑戦したいと思います。

【ワークセンターつるみの郷 高田】



ハロウィンをテーマに創作活動

ワークセンターつるみの郷生活介護では、創作の時間にハロウィンの小物作りをしました。材料はトイレットペーパーの芯、折り紙、段ボールですが、可愛い??コウモリが完成しました。簡単なのにとても可愛くできたと、利用者みなさんも大満足されていました。

(作り方)

- ① トイレットペーパーの芯に自分の好きな色の折り紙を貼る。
- ② トイレットペーパーの芯を上と下に織り込む。
- ③ 目、口などを書いて羽をつけたらかわいいコウモリの完成です。

他にもおばけ、カボチャなどハロウィンらしいモチーフもアレンジできますよ！！みなさんも作ってみてください。

簡単に、とても可愛く完成したこともあってどの利用者さんたちも大満足されていました。





毎年恒例の夏祭りを8月22日に開催しました。今回はつるみの郷と合同開催で、ワークセンターはつるみの郷のために、つるみの郷はワークセンターのために、看板と御神輿をそれぞれで作成して、当日は作ってもらった物をお互いに使いました。どちらもとても手の込んだ立派な出来栄で、それぞれの味がありました。



景品が当たる模擬店は3種類で、スクイズすくい、ヨーヨー釣り、千本引きがありました。特にスクイズすくいが好評だったようで、何度も握ってスクイズの感触を楽しんでいる利用者さんがとても多かったです。その他の模擬店ではポップコーンとかき氷があり、「出来たてのポップコーンってこんなに美味しいのか！」と感動され、何味が当たるか分からないシークレットかき氷も「冷たくて美味しい」と好評でした。



クライマックスの盆踊りの時間は、リズムに合わせて太鼓を叩く方、音楽に合わせて踊る方、恥ずかしいと言ってみんなを応援する方、みなさんそれぞれのスタイルで参加し、一日楽しく笑顔で過ごすことができました。来年は更にバージョンアップした夏祭りを企画したいです！！



【ワークセンターつるみの郷 高田】



合同夏まつり！！

つるみの郷、ワークセンターつるみの郷で神輿を作り、作った神輿をお互いに交換し、写真撮影をしました。(ワークセンターの神輿…すごい…(^_^;))



昼食はお好み焼き、焼き鳥、からあげ、フライドポテト、チョコバナナと夏祭りにぴったりのメニューで、みなさんおいしそうに食べていました。(ボリューム満点ですね(^_^))





みんなで作る！楽しいワッフルパーティー

8月31日(土)、ワッフル作りを行いました。「今日はみんなでワッフルを作りましょう」と伝えると、「わー楽しみ」「ワッフルって何?」「うまくできるかな」などの声上がり、期待が高まりました。生地はホットケーキミックスを使って作



ることを説明し、卵を割ったり、混ぜたりと皆で協力して準備を進めました。ワッフルメーカーに生地を流し入れてしばらくすると、とても甘くて良い香りが漂ってきました。焼き上がるまでに約5分かかり、全員分が焼き上がるまでに30分程度かかりました。待ち遠しい時間でしたが、その分楽しみも増しました。焼き上がったワッフルには、みかん、パイナップル、シロップ、ホイップクリームをトッピングして完成です。「おいしい」「また作りたい」「イチゴものせたかった」などの感想があり、とても美味しくできたワッフルに皆大満足でした。【グループホームつばき 松田】



仕事の合間に発見

朝夕の気温が下がって少し過ごしやすくなりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか？ヘルプセンターひまわりではご家庭に向かうのに地域を自転車で走ることが多いのですが、そこで見つけたカフェのご紹介をしたいと思います。

移動支援として利用者の方とも訪れたのですが、とても雰囲気がよく内装もおしゃれで店員さんもととても良い方でした。カフェの名前は「café Hachi」といい名前の通りミツバチをモチーフにされていました。お料理は満腹感の得られるものからさっぱり食べられるものまであり、私はヘルシー日替わり定食を選んだのですが、主菜の手羽先がしっかり煮込まれていてお箸でほぐれるほど柔らかくておいしかったです。他にも彩りの良い副菜がたくさんあり、どれもしっかりと味付けなのに優しい味わいでした。ヘルシーというだけあってお野菜多めで身体にもとても良さそうです。

雑貨やカフェタイムのスイーツもあり、テイクアウトもできます。もしよければ足を運んでみてください。【ホームヘルプセンターひまわり 加藤】



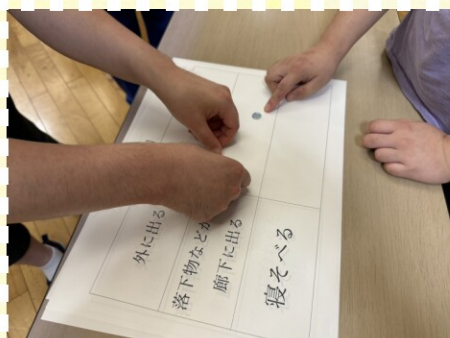
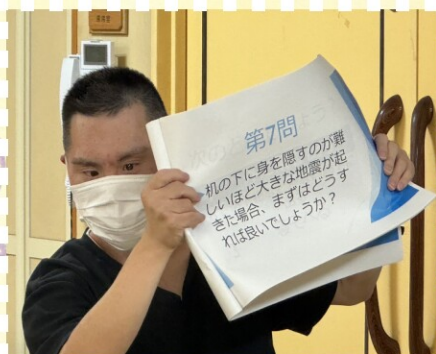
どれが正解？防災クイズで楽しく学ぼう

9月にワークセンターつるみの郷で防災クイズ大会を開催し、約40名の利用者さんが参加しました。利用者の皆さんに防災に関する知識を深めてもらうため、3択のクイズに挑戦し、正解だと思う場所にシールを貼る形式で行いました。

クイズの内容は多岐にわたり、「防災の日はいつ？」という基本的な質問から、「雷の時が鳴ったら行ってはいけない場所は？」や「海で事故があった時にかける番号は？」「地震や火災の時にエレベーターに乗っていた時はどうしたらいいのでしょうか？」など、実生活に役立つ質問をしました。利用者の皆さんは悩みながらも楽しみながらシールを貼り、大いに盛り上がりました。

防災の日は毎年9月1日とされており、これは1923年に発生した関東大震災にちなんで制定されました。また、雷の際に木の下に避難するのは非常に危険で、木に落ちた雷が幹や枝を伝わってくる可能性があるためです。さらに、海で事故が発生した場合には、海上保安庁に通報するための緊急番号「118番」があります。

利用者の皆さんはクイズを通じて防災の重要性を再認識し、日常生活での備えを見直す良い機会となりました。



インフルエンザに気を付けよう

今年もインフルエンザの季節が近づいてきました。例年、インフルエンザは12月から3月にかけて流行し、多くの人々に影響を及ぼします。厚生労働省によると、早めの予防対策が効果的であるとされています。

予防接種の推奨

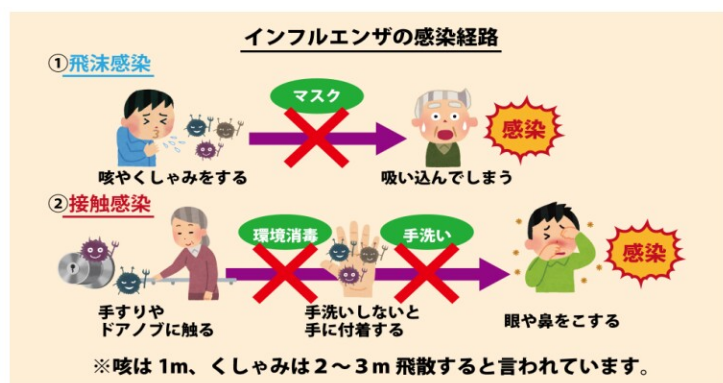
インフルエンザ予防には、ワクチン接種が最も有効です。ワクチンの効果が現れるまでには約2週間かかるため、早めの接種が推奨されています。特に高齢者や持病を持つ方、小さな子どもは重症化しやすいため、積極的に接種を受けることが重要です。

日常生活での予防策

ワクチン接種に加えて、日常生活での予防策も欠かせません。以下のポイントを心がけましょう。

- 手洗い・うがい
外出先から帰宅した際や食事前には、石鹸を使ってしっかりと手を洗いましょう。
- マスクの着用
人混みや公共交通機関を利用する際には、マスクを着用して飛沫感染を防ぎましょう。
- 適度な湿度の維持
乾燥した環境はウイルスが活発になりやすいので、加湿器を使って室内の湿度を適度に保ちましょう。
- 十分な睡眠と栄養
免疫力を高めるために、バランスの取れた食事と十分な睡眠を心がけましょう。

インフルエンザは予防が可能な感染症です。早めのワクチン接種と日常生活での予防策を徹底することで、自分自身と周囲の人々を守ることができます。健康な冬を過ごすために、今から準備を始めましょう。



編集後記

暑い暑い夏もようやく終わり：と思っても、近年は十月でもまだ暑かったりしますね。今年の夏は本当に暑かった！という記憶しかありません。みなさんは熱中症等大丈夫でしたか？

私はようやく涼しい季節になるので本当に嬉しいです。毎年暑さが長引くので、近年の秋は一瞬で終わるイメージが強いですが、そんな中でも秋の食べ物がとても楽しみです。柿や栗、あとキノコ類なんかも美味しいですよ！暑さで食欲が減退してた反動もあるのか、本当に食欲の秋という言葉がピッタリで食欲が増します。食べる楽しみ、美味しいと感じる喜びって本当にこの上ない幸せだと思えます。秋は季節も良くお出かけ日和で、紅葉や景色を眺めて身も心もリフレッシュできます。とても良い季節のおとずれが本当に楽しみです。

(高田)