

# ほほえみ

## Vol.59

ず〜っと笑顔で「まごころを込めて」

私たちは、「真心を込めた安心」をご提供し、地域社会への貢献と企業価値の向上を実現します。

推しスタッフリレー



今号の推し!!

グループホーム  
よつ葉  
小坂 渉

### 「身だしなみ」と「言葉遣い」、当たり前のことを徹底することでご利用者の気持ちよい暮らしをサポート

私が小さかったころ、一緒に住む祖母がいました。祖母は癌を患っており、とてもつらそうにしていました。何かしてあげたくても知識も何もない自分は、何もしようとはできず、無力感でいっぱいでした。そんな経験から、将来は介護の仕事に就きたいと思い、介護の専門学校へ進学しました。さまざまな経験を経て、現在は、グループホームよつ葉でリーダーをしています。

私が普段、支援している中で大切にしていることがあります。それは「身だしなみ」と「言葉遣い」です。当たり前のことではありますが、当たり前のことを徹底していくことが大切だと思っていますし、気持ちよい暮らしを送っていただくためには、清潔であることと人間関係が良好であることが何より大切だと思っています。長い期間、支援する中で信頼関係もできてきますし、ご利用者様との仲も良くなっていくことで徐々に砕けた関係性になってしまいがちですが、きちんとした言葉遣いと距離感を持っていくことをいつも心がけています。

お休みのときは、家事をしています(笑)。妻も同じ介護職ですので育児・家事もできる方がやっています。趣味はあった方が良いとは思っていますが、なかなか夢中になることを見つけることができていません。来年はぜひ新たなチャレンジができればと考えています。

今回は、セキショウ居宅介護支援事業所の 笠原輝也さん

えみあす住家で勤務を始めたときに、いろいろなことを教えていただきました。今は別々のところへ異動になってしまいましたが、元気になっていますか?!一緒に、セキショウの介護を盛り立てていきましょう!



今号のNo.1  
スマイル

運動の休憩ではいつも楽しいお話で盛り上がっています。  
【楽フィット筑西】

### より良いケアを目指して

ライフサポート、まごころの杜合同で研修を行いました。今回はハラスメント研修と階層別研修です。介護施設ならではの課題や取り組みなどについて、グループディスカッションを含め話し合っていました。



### お知らせ

スーパーカスミの移動販売車が下記の通り毎週来所します。地域の方もぜひご利用いただければと思います。

- 介護付き高齢者向け住宅えみあす二木成駐車場 (筑西市二木成827) 毎週水曜日 15:05~
- グループホームよつ葉駐車場 (筑西市蔵316-2) 毎週土曜日 14:50~



### 編集後記

筑波山の記事ですが、20代のスタッフとともに、それよりも20歳ほど年上の私が一緒に登ってきました。きれいな紅葉と真っ青な空は心が洗われるようでしたが、体力は限界に近く下山では足がガクガク、日ごろの運動不足を痛感。今年は毎日コツコツと運動を頑張ろうと思っています!1月は、新たな目標を立てるのにぴったりなタイミングです。皆様も今年一年健康で笑顔で過ごせますようお祈り申し上げます。

### Facebook 更新中!!

ライフサポートでは、各事業所の活動をFacebookにて発信しています。ぜひ、ご覧ください。  
facebook.com/sekishols



セキショウライフサポート  
**Sekisho Life Support**

本部  
〒308-0841 茨城県筑西市二木成827  
TEL.0296-25-3220 FAX.0296-25-5861  
https://sekisho-ls.co.jp/

全通付き高齢者向け住宅えみあす  
**Emiasu**

茨城県筑西市二木成827  
TEL.0296-25-5851  
FAX.0296-25-5861

デイサービスセンターえみあす二木成  
**Emiasu**

茨城県筑西市二木成827  
TEL.0296-25-5880  
FAX.0296-25-5861

自立支援型デイサービスセンター  
**楽フィット**

茨城県筑西市蔵317-1  
TEL.0296-25-2770  
FAX.0296-25-2776

グループホーム  
**よつ葉**

茨城県筑西市蔵316-2  
TEL.0296-54-6288  
FAX.0296-23-6031

セキショウ居宅介護支援事業所 茨城県筑西市二木成827 TEL.0296-45-8033 FAX.0296-25-5861

# 正月遊びといえば、「かるた」ですね!

### 目次

- 新年のごあいさつ…2
- 新年の抱負…2
- 今年の年男年女…2
- 事業所紹介…3
- 推しスタッフリレー・今号のNo.1スマイル…4



# 新年のごあいさつ



株式会社  
セキショウライフサポート  
取締役社長執行役員  
鈴木 信広

令和5年の年頭にあたり、謹んで新年のごあいさつを申し上げます。  
皆様におかれましては、健やかに新年をお迎えになられたことと、心よりお慶び申し上げます。  
私ども株式会社セキショウライフサポートは、おかげさまで創業10周年の節目を迎えることができました。これもひとえに、皆様方のご支援の賜物と、深く厚く感謝しております。今後とも変わらぬご指導ご鞭撻をいただけますよう、よろしくお願い申し上げます。

また、新型コロナウイルス感染症の拡大防止におきましては、職員の努力だけでなく、ご利用者様、ご家族様のご理解とご協力によって、最小限の影響でとどめることができていること、この場をお借りして、重ねて御礼申し上げます。

今年の干支であります「卯年」は、芽を出した植物が成長していき茎や葉が大きくなる時期で、目に見えて大きく成長する年だと言われています。また、うさぎは飛び跳ねることから、飛躍するという象徴でもあります。弊社はこの10年の間、事業理念である「真心を込めた安心」をご提供できるよう、職員全員で誠意努めてまいりました。今年、その土台をもとにして、より一層の努力を重ね、人と人とのご縁を大切に、地域の皆様にさらなるご評価をいただけるような飛躍の年にしたいと思っております。

末筆ながら、皆様のご多幸を心より祈念いたしまして、新年のごあいさつとさせていただきます。

## 新年の抱負



介護付き高齢者向け住宅  
えみあす二木成 施設長  
デイサービスセンター  
えみあす二木成 センター長  
セキショウ居宅介護支援  
事業所 管理者  
永木 美穂

### 笑う門には福来る

今年もとにかくご利用者様、職員ともにたくさん笑って、たくさんの福を呼び寄せたいと思っています。心から和やかに笑顔あふれる毎日をご過ごしていただけるよう職員一丸となり、楽しいことがいっぱい、笑いが絶えない事業所運営を行ってまいります！



デイサービスセンター  
楽フィット筑西  
センター長  
佐々木 亮太

### 初心を忘れず一生懸命に！

楽フィットは去年の12月3日に記念すべき10周年を迎えました。私も楽フィットに所属してから7年になります！いろいろなことを経験させていただきましたが、初心に立ち返る時期になったな、と考えさせられました。もっといろいろなことを、支えてくれるスタッフ、ご利用者様と一緒に経験していきたいと思っております！



グループホーム  
よつ葉 施設長  
滝田 幸子

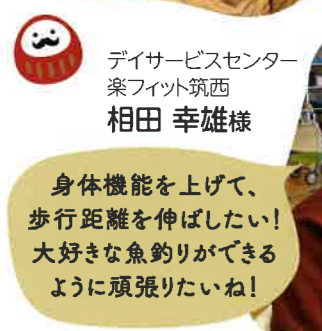
### とびっきりの笑顔！！

コロナ禍でもご利用者様のすてきな笑顔が出るようにレクリエーションに力を入れ、スタッフも一緒に笑って行えるような企画を創意工夫していきます。



デイサービスセンター  
楽フィット筑西  
鈴木 稔様

今年をもっと歩けるようになりたい！  
そのための運動が  
どんどん必要だし、  
楽フィットでもっと  
頑張りたい！



デイサービスセンター  
楽フィット筑西  
相田 幸雄様

身体機能を上げて、  
歩行距離を伸ばしたい！  
大好きな魚釣りができる  
ように頑張りたいね！

デイサービスセンター  
えみあす二木成  
川田様

とにかく  
健康に気をつけて、  
歩けるように  
したい。



介護付き高齢者向け住宅  
えみあす二木成  
木城様

これからも  
歩く練習  
がんばっぺ！



デイサービスセンター  
えみあす二木成  
スタッフ  
石川

ウサギ年にちなんで、  
えみあすデイと共に  
飛躍できるように  
頑張りたいと思います！



## 事業所紹介

### Emiasu

#### 芋煮会

食欲の秋ということで、毎年恒例の芋煮会を行いました！里芋や根菜類などの野菜を手際よく切ってくさり、ちょうどいい味に仕上がりました。「芋を煮るときのいいにおいがしたね」「野菜のいい味が出ているよ」と皆でおいしく食べました！



#### 秋の大運動会開催！

準備運動のラジオ体操から始まり、車いすでのパン食い競争、各階対抗大玉転がし、スタッフ同士のデカパン競争ではご入居者様の応援に熱が入りました！最後に玉入れをして、競技終了！勝ったのは赤組ですが、皆様全力で競技に取り組みました！



### グループホーム よつ葉

ホッと一息どうですか



「コーヒー入ったよ」との声とともに、お茶の時間になるといい香りがしてきます。ご自宅にいるから豆をひいてコーヒーを入れることが日課だったというご入居者様。せわしなく動くスタッフも、このコーヒーの香りがするとても癒されています。

### Emiasu

#### えみあすデイのクリスマス会

毎年恒例のクリスマス会、今年もスタッフのハンドベルにゲームやプレゼントなど盛りだくさんの企画で楽しんでいただきました。ハンドベルでは、発表の日までスタッフが一生懸命練習して当日に臨みました！演奏に合わせてご利用者様が歌を唄いえみあす全体がクリスマスモードに包まれました。



### 自立支援型デイサービスセンター 楽フィット

#### 10周年を迎えました！

このたび、平成24年に開設したデイサービスセンター楽フィット筑西は、令和4年12月をもちまして開設10周年を迎えることができました。これもひとえにこれまでたくさんの方にご利用していただいたおかげだと心より感謝申し上げます。12月はそういった感謝の気持ちを込めて感謝祭を開催いたしました。これまで楽フィットに勤務していたスタッフからのお祝いビデオメッセージ、皆様の普段の運動風景やこれまでの催しの様子などを写真で振り返るなど、思い出話に花が咲きました。

また、開設当初からご利用いただいているご利用者様には特別に記念品も贈呈させていただきました。これからも楽フィットは、運動を通して地域の皆様が元気にお過ごしいただけるよう、スタッフ一同努めてまいります。

### 筑波山へ行って来ました！

EPAベトナム人介護福祉士候補者と一緒に筑波山登山してきました！登山路は紅葉もちょうど見ごろを迎え、真っ赤に染まった紅葉を見ながら歩くことができました。その日の頂上は快晴。真っ青な空をみんなで見る事ができました。「次は富士山に登りたい！」と、まだまだ余裕のスタッフ。せっかくの日本です、さまざまな経験ができるよう支援していきたいと思っております。



### 健幸手帳 第1回

#### 「笑顔」

笑いや笑顔には、ナチュラルキラー細胞という免疫細胞を活性化させ、免疫力をアップする効果があります。笑えるテレビ番組や映画を見て、ひとりで笑っているだけでも効果的と言われています。作り笑いでも、口角を上げてはほほ笑んでいるだけで、表情筋の動きは脳に伝わり免疫力がUPするそうです。

人と笑顔で向き合っていれば効果は2倍！お互いの免疫力がアップできますよね。「笑顔を絶やさずにいることが、健康や命を守ることに繋がります」。今年も笑顔でいっぱいの方にしていきたいですね！

