



社会医療法人 栄光会
医療介護施設

かめやま

広 報 誌
(介 護 版)

Vol. 29

2022 Feb

手と目と



「2022年の干支」
通所リハビリテーション利用者さんの作品

■Contents■

- 特集 ～季節のイベント～
- 部署紹介 ～通所リハビリテーション～
- わが家のペット自慢
- 志免町人物列伝
- 新入職員紹介
- 〇〇に夢中！
- 編集後記
- お問い合わせ先一覧

「手と目と」

この言葉には、
「手」と「目」で「見る」
(手+目=看)という
私たちの思いが込められています



介護付き有料老人ホーム
かめやま

クリスマス会

スタッフのギター演奏



くじ引きで景品が当たり

門松と作品をバックに記念撮影



お正月

書初めは干支の「寅」



新春

特別養護老人ホーム こころ



謹賀新年

あけましておめでとうございます。

2022年は 壬（みずのえ）寅年です。柔軟で、強く気高く、たくましい寅と壬（みずのえ）は、新しく立ち上がる、生まれたものが成長するといった縁起の良い年です。良い事、困難なこともあるでしょうが、コロナが終息し、私達が今まで普通にできていたことができる社会となれる様、皆様の健康を祈っております。

今年もよろしく願いいたします。

施設長 坂本久美子

こころのお正月！



1月1日はお正月気分を楽しんで頂ければと、入居者の皆さんにお屠蘇をご用意させて頂きました。



おせち料理！

おせち料理をご用意させて頂きました。楽しみにされていた方は10月頃から「伊達巻は入るかな？入らんかったら息子に頼んどこう。」「昔は黒豆炊いて、昆布巻きも作りよったよ。」など、いろいろな思いでお正月が来るのを楽しみにされていました。

栄養課 前田



入居者の皆様から、「おいしかった！」「毎日でも食べたい。」と、とても好評でした！

メニュー

おせち料理〈折詰弁当〉

- ・赤飯
- ・海老の甘煮
- ・祝かまぼこ
- ・伊達巻
- ・清し汁
- ・ブリの照焼
- ・数の子
- ・鳥鉄扇
- ・昆布巻
- ・黒豆
- ・蕪なます
- ・春菊の胡麻和え
- ・みかん

通所リハビリテーション



▲車椅子でも楽に入れる広いトイレが2室あります。



▲読書ルーム
ゆっくりとお過ごしいただけます。



▲明るく清潔なダイニングルームです。



風通しと日当たりも良く、
トレーニングマシンも充実しています。



お花や野菜を植えたり、
歩行訓練が出来ます。



**「いつまでも自宅で暮らしたい」「やりたいことが出来るようになりたい」
～そんな希望を支援します～**

通所リハビリテーションでは、利用者様が可能な限りご自宅で自立した生活を安心してお過ごしいただけるよう、毎回のリハビリメニューを専門スタッフが作成します。

利用者様ご自身が、心地よく一日を過ごしていただく事が私たちの願いです。

明日への一歩を踏み出すためにこの場所から一緒にはじめませんか？

見学・体験などご気軽にお尋ね下さい。

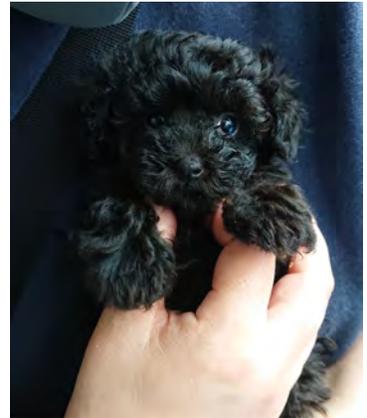
栄光会

ファミリークリニック
通所リハビリテーション

直通電話 092-935-1365 (担当：松岡／井手)



わが家のペット自慢

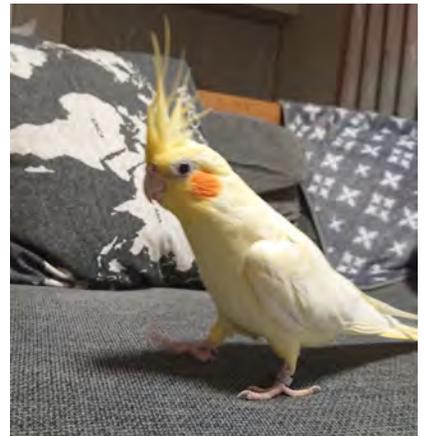


名前：馬場 ほたる

性別：女の子 体重：1.3kg 年齢：1歳半

性格：人懐っこい

私の夢はお姉ちゃんが将来オープンするトリミング
サロンで看板犬になる事です。



名前：馬場 つばき

性別：女の子 年齢：4歳

性格：用心深い、ツンデレ(※)

私はオカメインコのつばきです。歌は歌えないけど、
大好きなお兄ちゃんの肩に乗って過ごしています。



(※「ツンデレ」とは…「普段は無愛想だが突然甘えてくること」)

『炎のラリー』

吉村さんと初めて会ったその日、
「父がこの世を去った年齢まであと5年」という話を聞いた。

この言葉は、私を、この人とお付き合いをしたいという気持ちにさせた。

『志免祭 / シメサイ 国際コメディシアターフェスティバル』や、
志免の夏祭りを企画運営する『チーム前向き』の代表を務める吉村さん。
本業であるパソコン教室の経営を行いながらの活動だ。

ケンカ嫌いで平和主義者。
お母さんの実家に行くたび『和』という書に目がいったという。

『平和やなごむ』の意味を持つ『和』。
まさに名は体を表している。
その名を、多くを語らずいつも後ろで見守り、仕事と地域活動を両立させていた格好いい父と、
いろんな事に挑戦をさせてくれた母につけて貰った『和也』という名。

その名に誇りを持つ吉村さんに、『いのち』について質問をしたくなった。

「いのちは炎のラリーだと思っています。
炎が大きければ多くのモノを明るく照らす事ができる。
1つの大きな炎より、多くの炎をそれぞれ大きくすることでより広い範囲が明るくなると思っています。」

老若男女のいる団体のリーダーに推挙される理由がよくわかる。

「そして、熱意は炎の燃料だと考えています。
私が20歳の時に父の炎は消えました。
しかし、父から学んだことが私の熱意となり、
私の炎は大きくなったと感じています。」

「私の炎もいつかは消えます。
それが消える前に、生きる燃料となる熱意を仲間と共有しながら高めたいと
いつも心で思っています。」

限りある人生のなかで、『勇氣』をもって炎を燃やす行動をする吉村さん。
一瞬と真摯に向き合い、一瞬を大切に生きる人間の姿をみました。

『いのちは炎のラリー』だと語る彼の瞳には、
先祖代々から脈々と受け継がれた炎が、熱意を以て和となり、
大好きな仲間と地域の発展に寄与する活動を行うことで大きくなっているように感じました。

吉村さん、お父様の分まで『生きて・生きて・生きて』下さい。
そして更に大きな『炎』になって下さい。

語り継ぎたい素敵なお話を聞かせてくださり、ありがとうございました。

(取材&文：地域協働部 鷹尾剛)



◎吉村少年とお父さん



◎右から2番目 吉村青年



◎そして現在の吉村さん。



い で い ず み
井手 泉

以前から運営理念に共感し
あこがれていた栄光会の一員になれ
嬉しく思っています。
しっかり貢献できるよう
頑張りますので
ご指導よろしくお願い致します。

所属：通所リハビリ
テーション
職種：相談員（介護支援専門員）
趣味：手芸・料理・テニス



まつおかはるみ
松岡 晴美

10年ぶりに戻って来ました。
また、皆さんと一緒に
楽しく頑張っていきたいと
思います。

所属：介護付き有料老人ホームかめやま
職種：看護師
趣味：旅行・カラオケ



しもしいなばひかり
下稲葉 ひかり

よろしくお祈りします！

所属：介護事業本部
（売店職員）
趣味：BTSの音楽やDVD鑑賞



かわばたしほ
川畑 志保

人との関わりを大切に
明るく元気に
笑顔で頑張ります。

所属：ケアプランサービス
職種：介護支援専門員
趣味：映画・音楽鑑賞

【連載】 〇〇に夢中！

自宅トレに夢中



栄光会ヘルパーステーション
サービス提供責任者 井上千恵

私は、今「たけまり」こと、竹脇まりなさんに夢中です。彼女はYouTubeを中心に活躍されているフィットネスインストラクターです。

我が家には7歳になる娘がおりまして、コロナ禍になってからのお家時間は、特にYouTubeのダンス動画に夢中になっています。そんな娘に付き合わされている頃に、自らの健康診断で「毎日適度な運動を！」とドクターからの助言がありました。自分でも「体重は増える一方だし、年齢的にも体力が落ちないように何か良い方法はないかな」と考えている所でした。そこでYouTubeでヨガや簡単なエクササイズ動画があることを知り、これならお家で空いた時間に来れるのではと自宅トレーニングを始めました。

ただ働きながらの主婦にはなかなか時間が取れず、やりたいけどやれない、またやってみたらやっぱり身体がきつい。なので、時間を割いてまでやりたいとなかなか次の日に繋がらないのが悩みでした。

色々な方の動画を試して、そんな時たけまりさんの動画に出会ったのですが、彼女の動画は、短いものでは3分間から長いものでは30分間のいくつものエクササイズ動画があり、身体の部分的に絞ったエクササイズがあるのが魅力的でした。すると、無理なく今日は腹筋を重点的に色んな動画を組み合わせるだけで15分だけはやろうと意欲的に取り組むことが出来ました。

その日の自分に合わせたメニューで毎日無理なく続けることで負担にならないし、また次の日も

身体を動かしたくなる。とにかく、少し身体を動かすことで身体も軽くなり良い睡眠へと繋がります。体が余計に楽になる感覚を覚えたのです。また彼女の最大の魅力なのですが次の日もたけまりさんに会いたくなるのです！動画に合わせている選曲がリズム良く体に馴染む事と彼女のお声掛けが素晴らしい事、途中中のポイントでたけまりさんからの励まし言葉があり、一緒に頑張っているという気にさせてくれるのです。

とにかく、彼女の明るい性格と前向きな姿勢に惹かれ、体重はあくまでも目安で大事なのは見た目、健康で楽しく体を引き締めようとの考え方が素敵だなと感じました。今となつては動画録再生回数4億回を超え、NHKのプロフェッショナルにまで出演した彼女ですが、一般職を辞め、一人海外に渡り、アメリカやインドでヨガを学んだ実力者。私より年下なのに今では憧れの存在です。

でも、正直に言うと忙しさにかまけてこの数か月サボってしまっていて、4kgリバウンドしてしまいました。やはり、効果があったのだと実感し、ちりも積もれば毎日少しずつでも身体を動かすことは大事だと痛感致しました。なので、胸をはって「たけまりに夢中！」と言えるように私も自宅トレを再開します！皆様も一日の空いた時間に3分間でも身体を動かしてあげると身体が喜びますよ！

コロナ禍のお家時間に簡単な自宅トレーニングが私のおすすめです！



2月 栄光会ファミリークリニック 診療スケジュール

○日・祝日 休診です。

○午前の診療受付は12:00までとなっておりますので、ご注意ください。

■ 内科・呼吸器内科・アレルギー科

診療時間		月	火	水	木	金	土
午前	8:30-12:30 (受付12:00まで)	波多江	波多江	手越	波多江	波多江	波多江
午後	13:30-17:00	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	

■ 小児科

診療時間		月	火	水	木	金	土
午前	8:30-12:30 (受付12:00まで)	外 来	○	○	○	○	○
午後	14:00-15:00	予防接種・健診のみ	○	○		○	
	15:00-17:30	外 来	○	○		○	

TEL 092(935)0148 〈代表〉
092(937)5521 〈小児科直通〉

1) 月・火・木・金 14:00～15:00 予防接種・健診専用時間は予約制です。
予防接種と健診以外の方の入室はご遠慮ください。
2) 午後の診療受付は15:00からです。

■ お問い合わせ先 一覧

●通所リハビリに関するお問い合わせは

通所リハビリテーション 092-935-1365

●訪問介護に関するお問い合わせは

栄光会ヘルパーステーション 092-937-5815

●訪問看護に関するお問い合わせは

栄光会訪問看護ステーション 092-935-1030

●施設入居に関するご相談は

介護付き有料老人ホーム かめやま 092-935-2146

●介護相談及び介護保険申請に関するご相談は

栄光会ケアプランサービス 092-937-5021

●特別養護老人ホームへのお問い合わせは

特別養護老人ホームこころ 092-935-5560

栄光病院グロリア介護基金のご案内

栄光会の医療・介護・福祉の事業展開のために皆さまお一人お一人のお力添えを心よりお願い申し上げます。栄光会事業の趣旨にご賛同賜り、ご支援頂けますならば、誠に幸甚に存じます。

【グロリア介護基金 お振込口座】

グロリア介護基金 代表 井上 裕
西日本シティ銀行 博多支店 普 No.1905699
福岡銀行 粕屋支店 普 No.549383
郵便振替 No.01780-9-148645 (代表者名等なし)
*法人・個人を問わず任意の額で結構でございます



社会医療法人 栄光会
医療介護施設

かめやま

〒811-2205 福岡県糟屋郡志免町別府 2-2-1

Tel.092(935)2146

Fax.092(937)6141

社会福祉法人 栄光会
特別養護老人ホーム

こころ

〒811-2232 福岡県糟屋郡志免町別府西 3-3-10

Tel.092(935)5560

Fax.092(936)4192

URL: <https://www.eikoh.or.jp>
E-mail: eikoh@eikoh.or.jp

編集後記

東京オリンピックに続きコロナ禍での開催となる北京オリンピックが開幕しました。北京大会も感染対策として無観客での開催となるようですが、選手の方々の活躍が楽しみです。急に冷え込んだかと思えば暖かい陽気の日もあり体調管理が難しいですが先日、訪問した先のお庭で梅の花が咲き始めていました。徐々に春が近づいてきているのでしょうか。コロナに負けず、毎日笑顔で楽しく過ごしていきましょう。(田中)