

福祉新聞
WELFARE NEWS
복지신문

VOL

141

社会福祉情報・活動情報誌「きれい」

伊勢亀鈴会

ウェブ検索

きれい

英語教育から薬膳活動もする中
薬膳から元気をもらっている毎日

薬膳 makes me UP!

鈴鹿医療科学大学

高木久代 副学長



はっとう
建仁寺 法堂
天井画～双龍図

臨済宗建仁寺派の大本山 < 京都市 >

2002年、創建800年を記念し法堂の天井に、日本画家・小泉淳作氏の筆によって「双龍図」が描かれた。

目次

■巻頭インタビュー ————— 1

薬膳 makes me UP!

鈴鹿医療科学大学 高木 久代 副学長

■道のり ————— 6

ありがとう“旧(江島)事業所”
よろしく“新(寺家)事業所”

■なかま ————— 8

よろしくお祈りします!!

第2南勢就労支援センター

五島徹也さん
堤 幸紀さん

■ハートフルリレー ————— 9

音楽療法

二見生活介護支援センター潮音

■春夏秋冬 ————— 10

行事・クラブ・活動紹介

■きれいトピックス ————— 17

きれい不動産事業部
入社式・辞令交付式

ご寄付いただきました
玉置かな子さん追悼

■職員の休日 ————— 20

美しい景色をみるのが癒しとなっています

南勢就労支援センター 須場 隆行

■きれいかいの動き ————— 表3

新職員・人事異動他

表紙写真

屋久杉 (武家杉・公家杉) < 鹿児島県熊毛郡屋久島町 >

写真撮影 / 石橋透江通信員

屋久島の標高 500メートル以上の産地に自生する杉のなかで、推定樹齢が 1000 年を超えるものを指す。その驚異的な樹齢の屋久杉をはじめ、貴重な自然資源が世界的評価を受け、1993年に屋久島は我が国で最初の世界自然遺産に登録された。

英語教育から薬膳活動もする中 薬膳から元気をもらっている毎日 薬膳 makes me UP!



鈴鹿医療科学大学

高木 久代 副学長

今回は、鈴鹿医療科学大学の副学長で日本薬膳学会の代表理事も務められている高木久代副学長にお話を伺いました。インタビューは第2南勢就労支援センターの澤と、南勢就労支援センターの久米です。よろしくお願いたします。

Q1・専門分野である英語教育について、どういったことを専門に研究されていますか？

高木副学長：鈴鹿医療科学大学は全ての学科が医療系なんです。医療系の学生というのは、卒業しても論文などで新しい情報を得る必要があります。今の時代、論文は必ず英語で書かれていますので大学1年生の時から医療系の英語に親しんでもらおうという事ですね。

英語を中学1年生から6年間学んで、好き嫌いとか差がありますよね。だけど医療系の単語なんかは全然違いますし、医療系を目指しているから英語が好きではなくても医療英語を勉強するモチベーションの高い学生が多いです。

モチベーションも上がって、医療にも特化した物ということで、授業で使う教科書は全部作っているんですよ。学生も教員が作った教科書なら親しみやすいのではないかと思います。さらに2年ごとに使用する教科書を変えるため何冊か作っています。同じ教科書を使用すると先輩から問題の答え等が回って来るのを防ぐためです。

やさしい メディカル英語

Medical English

高木久代 編著

講談社

Q2・色んなところで活躍されているのを、拝見させてもらっています。日本薬膳学会の代表理事も務めていらっしゃると思いますが、薬膳研究に入られたのはどういった経緯からですか？

高木副学長…先代理事長が私の父親で、彼が天津市の名誉市民だった関係から毎年天津からご招待されていました。天津に天津中医药大学があるんですけど、大きな病院を持っていて東洋医学で患者さんを全て治すんですよ。そこで具合が悪いと言ったら薬を食わせてくれるんですよ。疲れちゃった時とか、頭が痛い時に良いからって。鍼

なんかもやってくれるんですけど、色々教えていただきました。

日本に帰ってきて、中国人の先生がされている薬膳講座があるってわかり、勉強しに行ったんですよ。でも東洋医学の簡単な講座でしたが費用がすごく高かったんですよ。

鈴鹿医療科学大学・鍼灸サイエンス学科には中医(中国医師)の先生がたくさんいらして、他の先生もほとんどが天津中医药大学と北京中医药大学に留学経験もあり

知識が豊富で、レベルが高いんですよ。

薬膳教育について中国人の先生に相談しましたら「鈴鹿医療科学大学の教員たちで薬膳学会立ち上げ活動したら」と助言を受けたんです。

栄養については管理栄養学科の教員、東洋医学については鍼灸サイエンス学科の教員、漢方については薬学部



東西医学を融合した世界初の新しい薬膳

Japanese Society of Medicinal dietetics



一般社団法人 日本薬膳学会



ご協力して下さり、平成25年11月に日本薬膳学会を設立しました。

日本薬膳学会の理事には張伯礼(ちようはく)学長(天津中医药大学学長)もいらして、中国からも関心を持たれている学会です。薬膳で本格的に各専門の大学教員が関わっているのは「日本薬膳学会」だけです。

鍼灸・薬膳・栄養と色んな分野に広がっているんですね。

高木副学長…私たちの薬膳は東洋医学と西洋医学を融合した「新しい薬膳」になるんですよ。私は中国薬膳学会(世界中医薬連合会薬膳食療研究事業)で副会長もやっていて、最近では中国の薬膳の先生方も「栄

学会概要

東洋の伝統医学のひとつである中国医学(中医学)は、古代中国に発祥しました。長い歴史の中で特有の診断治療システムを確立し、「鍼灸(しんきゅう)」「指圧」「漢方薬」「薬膳」「気功」などの様々な治療手段を生み出し、今日までその豊富な治療経験を蓄積してきました。

日本における薬膳の重要性は、ますます高まっていますが、その使用法を誤れば効果が得られないばかりでなく、副作用や生活の質(QOL)の低下をもたらします。薬膳を安心して使用し有用性を最大限に引き出すには、薬膳適正使用のための良質な科学的根拠を構築し、薬膳の専門家である薬膳師が他の医療職や関係者と連携しながら科学的根拠に基づいて食事療法を実践する必要があります。また、東洋の伝統医学に立脚した薬膳に、西洋医学における栄養学のエッセンスを加味した新しい薬膳の創設が望まれます。

このような状況下では、高度な科学に基づいた議論を行う学会の設立が急務であり、薬膳情報の収集や提供、薬膳に関する基礎ならびに臨床研究を推進することは、薬膳の進歩にとって不可欠となっています。そこで、日本の薬膳のさらなる充実のために、医師、管理栄養士、薬剤師、鍼灸師、臨床検査技師、健康食品管理士、看護師、介護福祉士、社会福祉士、医療ソーシャルワーカー、臨床心理士、公認心理士などへの教育、そして大学での教育研究、企業との開発・学術研究の連携が必須であり、専門性を究める学術研究をより一層加速させる必要があります。

このような連携強化と専門性を究め、東西医学を融合した世界初の新しい薬膳を創設し、社会に貢献するために平成25年11月に一般社団法人日本薬膳学会は設立されました。

健美和膳とは

「健美和膳」とは、「日本風土に根ざした」「日本人に適した」「日本から発信する」いつまでも健康で美しくあるための膳を意味します。この考え方は、日本薬膳学会の理念であると共に学会が目指すものであります。そして「膳」に求められるのは、「美味しさ」に加え「どのように健康に寄与するか」を示すエビデンス(科学的な根拠)にあります。つまり、食材が示すエビデンスを用いて健康に寄与する「膳」を構築していくことが重要となります。例えば、料理を美味しくするために薬味を添えることを加味と言いますが、この薬味に「エビデンスのある健康機能を有する食材」を用いることにより、信頼性の高い健康的な和膳ができあがります。この「エビデンスのある健康機能を有する食材」とは、従来の薬膳に用いられている漢方食材(例えば、ショウガ、ニンニク、クコ、サンザシ、シナモン、ナツメ、ヤマモモ等の多くの食材)および国が保健機能表示を許可している保健機能食品(特定保健用食品、栄養機能食品、機能性表示食品)等を指します。

中国における薬膳とは、中医学に基づき分類されたそれぞれの体質のヒトに提供される料理で、概に三千を超える定番メニューが存在します。ところが、この効果のある薬膳メニューは、特定の漢方薬またはその素材を使用しなければなりません。そのような食材は、日本では入手が困難な場合があり、日本の薬膳法(旧薬膳法)および食品衛生法に触れることもあるため、利用できる伝統薬膳メニューは半分ほどになってしまっています。つまり、中国における薬膳をそのまま日本で活用するのではなく、日本人に適した美味しい「健美和膳」が必要となるのです。

ところで、ここ30年ほどの間、日本人の平均寿命は世界一であり、その要因の一つは明らかに日本食にあると考えられています。言い換えれば日本食は健康食であり、体質に応じたメニューとして開発すれば、新しい薬膳になります。この考え方を具体化するためには、漢方素材のような薬効機能を有する素材が必要となります。その素材として保健機能食品を調査すると、未病対策となる機能性表示がなされている「みかん、もやし、サバ缶、イワシ缶、鶏、おかゆ、納豆、ヨーグルト、スープ、シリアル、ソーゼージ、豆腐、ハム、パン等」の一般食品が数多く存在します。そこで、これら保健機能食品を従来の伝統薬膳の素材と共に使用することで、薬臭くなく美味しく健康に良い「健美和膳」ができることとなります。

学会活動

医療薬膳師 養成講座

東西医学の両面から高度な医学知識を学び、「食に基づく指導を通じた健康管理や疾病予防・回復」に寄与できる人材育成を目的とした講座。受講者は、学会規定のカリキュラムを修了し認定試験に合格することで、「医療薬膳師」(学会認定資格)を取得することが可能です。

管理薬膳師 養成講座

東西医学の両面から基本的な医学知識を学び、「食に基づく健康管理」に関する実践者を育成する講座。受講者は、学会規定のカリキュラムを修了し認定試験に合格することで、「管理薬膳師」(学会認定資格)を取得することが可能です。

管理薬膳師 アドバンスセミナー

管理薬膳師取得者を対象に薬膳学に関する知識を深めることを目的とした講座。体質・体調や病気のとらえ方(弁証)とそれらに合わせた食材選択(施膳)などについて学びます。

家庭薬膳セミナー

「食から健康を考える」をテーマに薬膳および栄養学の基礎知識や最新情報を学ぶ年4回の講座。講義ばかりでなく、薬膳料理や薬膳茶も楽しめます。

学術総会の開催および学会誌の発行

食・薬膳・健康をテーマに教育講演や学術発表などを行う学術総会を開催し、薬膳の啓発そして学術活動の推進を行います。また、有益な情報をまとめた学会誌も発行します。

市民公開講座、薬膳講演会など

薬膳の啓発や社会貢献を目的に実施。鈴鹿医療科学大学で行われる市民公開講座をはじめ、シェラトン都ホテル東京、志摩観光ホテル、四日市都ホテルなどで開催しています。



「養学を学ばなければいけない」とおっしゃっています。

Q3・東洋医学と西洋医学を言葉では聞いたことがあるんですが、具体的にはどういった違いがあるんですか？

高木副学長：東洋医学っていうのは全身を診て(ホリスティック治療)、西洋医学は心臓なら心臓だけといった各器官ごとに診察します。慢性疾患なんかも西洋医学で治らない場合は漢方とか東洋医学で治す場合がありますよね。東洋医学的に各器官を融合して診るっていうのは、最近では医学部でも指導していると思います。

Q4・東西医学を融合した薬膳と従来の薬膳にも違いはありますか？

高木副学長：あります。薬膳というと東洋医学の理論しか考えないため栄養学的な「総カロリー」「PFCバランス」「タンパク質」「皮下脂肪」「炭水化物」を全く考慮していませんでした。

私たちの勤める「新しい薬膳」は東洋医学の理論と栄養学の両方の考えが入っているため、より健康的なその人に合った食事(膳)が作れるという事です。

Q5・薬膳研究で苦労されたことはありますか？

高木副学長：中国では生薬をたくさん使った食事が多いのですが、日本は薬機法でこれは薬、これは食材ときちんと分かれているんです。

家庭で食材として認められていない生薬を使うことは問題ないんですが、レストラン、または薬膳学会で薬として区分されている生薬を使ったお食事を提供してしまうと法律に違反することになります。薬膳学会として何を使って良いのかきちんとお知らせしなければいけないと思います。学術総会では皆様に告知しています。日本人は普段から生薬を食へ慣れていないからか生薬いっぱいのお食事を召し上がると体に影響がある方が多いので、気をつけられた方がいいです。



日本では使えない食材も多いんですか？

高木副学長：当帰という生薬があるんですけど、中国では薬膳レストランに入ると「当帰」のおいしが充滿しているほど「当帰」があらゆるものに使われています。「当帰」は婦人病に有効な薬で、日本では「当帰」は薬に属しているため、食材には使用しません。生の「当帰」の葉は使用できませんが、なかなか手に入りません。

シナモンは食材として使用できます。桂皮と言って体を暖めてくれるんですけど、あんまり使うと血圧が上がっちゃったりクラしたりするから注意しなきゃいけないですね。日本でも薬膳料理専門店ではよく使っているところがありますが、生薬によっては副作用があるものがありますので十分気をつけなければならぬと思います。

Q6・新型コロナウイルス感染症で健康について関心も高くなっているように感じますが、教授が健康のために心がけていることはありますか？

高木副学長：新型コロナウイルスで免疫力を高めましょうって、薬膳学会なんかでも結構これ良いですよって言うんですけどね。まず、私と思うのは「疲れたら食べ過ぎない」んですよ。

疲れた時って胃も疲れちゃっているから、いっぱい食べると胃も余計に疲れて栄養がとれなくなり、栄養が体にいきわたらないという悪いスパイラルになります。

疲れちゃったなって思ったらあんまり食べない。胃を休めるって事は、結構大事です。鶏とか野菜とかを時間がある時に1時間くらい煮込んでスープを作り、ジップロックのある袋に入れて冷凍しておいて、時々そのスープにご飯を加えてリゾットに。お粥も良いんですけど、スープの方が栄養あるので良いと思います。

Q7・「薬膳」と聞くと自分に知識がなかったのだから難しそうないメージがあったんですが、日常に取り入れていく方法はありますか？

高木副学長：「薬膳」って聞くと薬臭い生薬をたくさん入れないといけないのかなってあるじゃないですか。「薬を入れる食べ物」じゃなくて、「薬となるような体に良くても美味しくなきゃいけないんですね。

薬膳には三つ重要ポイントがあります。三因制宜（さんいんせいぎ）です。薬膳のポイントには陰とか陽とか五行説とかあるんですけど、「季節に合ったものを食べよう」、「土地に合ったものを食べよう」、「体質・年齢・性別と・体調を考えて「人に合ったものを食べよう」っていうのが重要です。



夏の期間は夏のものを食べよう。夏は暑さで熱がこもっちゃって、イライラしちゃうたり頭痛くなったりするでしょう。そういう時に体の熱をとってくれるものを食べましょうって言うのがあります。

お肉をいっぱい食べると熱がこもっちゃうから、きゅうり・トマト・ゴーヤとか旬の野菜をいっぱい取って下さい。すごく疲れた時にはナツメとかも結構良いんですよ。生薬が難しかったら、旬のものを食べるのが一番良いですよ。

食べ物難しかったらお茶も良いですよ。夏に良いお茶は緑茶・ジャスミン茶・ハト麦茶・とうもろこしのひげ茶、すごく良いんですよ。ハトムギは梅雨とかのジメジメした湿気を排除してくれて、夏に湿疹ができたら湿疹も取ってくれます。ハトムギは

漢方ですからね。ヨクイニン飲料ってCMもしていますよね。もっと暑くなるとトウモロコシのひげ茶とか、薬局に煮出すようなものが売っているの。暑さでイライラする時はジャスミン茶なんかも良いですよ。そういう食材をちょっと勉強していただいて、季節に合わせて体に入るものに気を遣うことが大事なんですね。

そのようなことを知っているとちょっと具合が悪くなった時に、食養生することで回復できる。いわゆる予防医学みたいなものですが、良いんじゃないかなって思います。

Q8・障がいを持つ方々に仕事の支援をしています。先生は「人に教える」事の難しさを痛感しています。先生は「人に教える」ことのプロフェッショナルであり、様々な経験をされてきたと思いますが、先生が大切にされていることを教えてください。

高木副学長：そうですね、40年くらい教員をやっていますけど、やっぱり「その人の良いところを探す」という事なんです。教員っていいのは私がどう思われようと、やっぱり学生達や関わる人たちが良くなってくればいいってことを第一に考えないといけないわけですよ。

ありがとうございました。1人1人の良いところを探す事を意識していきたいと思えます。



道のり ありがとう、旧(江島)事業所 よろしく、新(寺家)事業所

旧事業所

令和4年4月30日をもって鈴鹿市中江島町から鈴鹿市寺家町に事業所が移転した。荷物の移動、備品などの配置などに10日程の日にちがかり、本格的に作業を開始できたのが、5月9日からとなった。

荷物をすべて搬出した旧事業所は賃貸物件であったことで当初の姿に戻すことが必要で、壁も天井もすべて解体する。最後に多くの利用者さんが思い思いのメッセージやイラストなどを壁に描いた。お気に入りのキャラクターを描いたり、職員の似顔絵を描いている利用者もいた。11年間お世話になった事業所に感謝の気持ちを込めて大きく「ありがとう。江島サポートステーション」と書き、少し寂しい思いを胸に抱いてお別れとなった。



みんなでかきかき



スマホを見ながら



感謝の気持ちを書こう



力作が出来ました



ありがとう江島サポート



お世話になりました



B棟



A棟



作業場



食堂



相談室



重い棚もよっこらせ



職員総出で棚移動



事務所



内装完成



内装工事

新事業所

新事業所は、鈴鹿市寺家町一四一六・一、鈴鹿サーキット道路に面した場所。福祉葬祭三重鈴鹿南会館の東隣りになる。事業所の裏にはきれいな田園風景が広がっている。

棚や作業台など重い備品は2日間で、それ以外の細かな備品、資材などを7日間にわたり移動した。荷物搬入後は、備品、資材、完成品の置き場所を利用者さんと話し合いながら配置を決め、皆で一体となって新しい事業所を作ることができた。これからこの場所で、利用者さんと一緒にたくさんのおいしい思い出を刻んでいきたい。



なかがま よろしくお願ひします!!

第2南勢就労支援センター

五島徹也さん
堤幸紀さん

第2南勢の新たな仲間をご紹介!

五島徹也さんと堤幸紀さんです。

五島さんはジャム班として加工作業に携わっている。

ジャム班の中では皆の弟のような存在になりつつある。

休日は動画配信サービスを視聴したり趣味であるアニメのフィギュア集めをして過ごしている。

目標は「ジャムの色んな作業を覚えたい!」とやる気は満々だ!



五島徹也さん

一方の堤さんはまかせ太班として外の現場で作業に携わっている。

職員や先輩達に作業を教してもらいながら日々さまざまな作業を覚えていっている。

休日は買い物をしたり、好きな電車に乗ったりして過ごしている。

目標は「工賃を多く貰いたい!」
新たな仲間も加わり、第2南勢はさらにパワーアップ。

それぞれの目標が達成出来るようにサポートしていく。



堤幸紀さん



がんばるぞ!!

音楽療法



綺麗な音色です♪



ちょっと叩いてみよう



うわあ〜きれい!



さあ!叩くわよ〜



うまく叩けるかな〜?



色んな楽器が勢ぞろい

潮音では毎月2回音楽療法を開催している。
4月より先生が変わり、藤坂先生・福本先生(村井楽器)の2名の先生が月の前半、後半に分かれ利用者さんと一緒に演奏、合唱、合奏を行っている。曜日により、参加される利用者さんが違う為、先生が一人一人の利用者さんとツリーチャイムを一緒に奏でながら音と音楽を通しての挨拶からスタートする。

合唱では、童謡や季節に応じた曲を、先生のピアノに合わせ利用者さんが歌われる。

その場で動きを交えながら歌っている利用者さんもおられ、様々な形で参加されている。

合奏では、利用者さんそれぞれが楽器を選び、先生のピアノに合わせ音を奏でる。なじみの鈴やタンバリンといった楽器を演奏できるのは勿論の事、ジャンベ、コンガといった珍しい楽器を体験できるのも楽しみのひとつだ。

イントロクイズといったクイズ形式で音楽に触れ合う事が出来るのも好評だ。昭和・平成・令和の曲と幅広く、先生方もいろいろと考えて問題を出されている。

最後に先生方との振り返りもさせてもらっている。先生からの感想、利用者さん個々の気づき、次回への提案等。音楽療法中は、終始笑顔の利用者さん。今回はどんなメロディが潮音に響きわたるのか...その日が待ち遠しい。

八野生活介護センター

江島公園でピクニック

4月16日(土)は、鈴鹿市東江島町の「江島公園」へ外出した。コロナ禍になってから、外出するイベントが久しぶりということもあって、参加する利用者さんはとても楽しみにされていた。利用者さんの願いも通じて、当日は天候に恵まれ、絶好のピクニック日和になった。

他の来園者が少なく、芝広場が自由に使えたこともあり、思い切り歩き回ったり、キャッチボールやサッカー、シャボン玉などを楽しむ利用者さんもいた。いっぱい動いた後、外で食べるお弁当は格別だったのではないだろうか。



シャボン玉出来た



日向ぼっこ



少し休憩



日焼け対策ばっちり

新しい企画・サービスの展開

令和3年10月からコロナ禍での利用者さんの不満やストレスを解消する為に、20代の職員を中心とするプロジェクトメンバーが企画を出し合い、利用者さんに満足いく新しいサービスの企画を組んでいる。

令和4年3月には、動物とのふれあいをを行い、4月には「芸術はバクハツだ」で、新たな芸術作品を作っていた。

5月には、家族さんに向けて動画をおくる企画や、利用者さんに新しい料理の提供の企画を実施した。今後もこれらの企画を継続していきたい。



芸術はバクハツだ



いちご動物園



キッチンカー

放課後等デイサービスURAURA

放課後等デイサービスURAURA八野

リモートコンサート

コロナ禍でも人と交流ができるリモート活動に力を入れている。リモート保護者会、南勢就労支援センター見学に続き、今回は袈裟丸さんのコンサートを行った。

袈裟丸さんが歌うと、児童は応援うちわをふったり、歌ったり、ダンスしたりして盛り上がった。最後の曲を歌い終わると『アンパンマンマーチ』と曲のリクエストをしたり、『またきてください』と職員よりも先に次回のお願いをしたりする児童が続出。袈裟丸さんのコンサートはこれからも企画していきますので楽しみに！



名前呼んでもらえた



うちわの文字みて



みんな大好き『パプリカ』



袈裟丸さんを大画面で

放課後等デイサービスURAURA稲生

みんなで防災訓練！

URAURA稲生には「みえ防災コーディネーター」の資格を持ち鈴鹿市消防団員でもある佐藤職員がいる。2ヶ月毎に行う防災訓練では、佐藤が現実に即した訓練内容を計画し取り組んでいる。今回は「防災頭巾をかぶってみよう」だ。実際と同じく大人が投げて渡す頭巾を自分で拾って瞬時にかぶる訓練をした。東北大震災の絵本「はなちゃんのはやあるき」の読み聞かせでは奇跡の脱出につながった避難訓練の大切さを強く心に刻んだ1日だった。



勉強になったよ



防災について勉強

火事がおきたらどうする？



うまくかぶれた



頭巾のかぶり方をレクチャー

八野就労支援センター

春祭り

4月9日(土)、春祭りが行われた。コロナ禍で外出規制がかかる中、「日本の桜を見に行こう」というテーマで、施設内に貼られた日本の桜の名所の写真とクイズをスタンプラリー形式で周った。東京の上野公園、北海道の五稜郭などと言った日本全国の桜の名所の有名な物や歴史などを学びながら、花見旅行を味わった。後半には桜が咲く深谷公園へお花見を兼ねて散歩に出かけ、満開の桜が咲き誇る中、公園内を歩いたり、ベンチに座って春のうららかな空気を浴びながら、お花見を満喫した。



八野生活介護センター入口にて集合写真



スタンプラリー楽しいです



満開の桜の前で



元気にそだってね

4月から5月にかけて、夏に向けておにぎり屋ではトマトの苗を、きらきらではアサガオとひまわりの種を植えた。「きれいに咲いてね」と思いを込め、植えた後には、当番で交代しながら毎日水をあげたり、芽が伸びたかなと鉢植えの様子を見たりして日々成長を見守っている。これから夏に向けて大きく育つ花やトマトを楽しみにしていた。



水やり中

夏に向けて

きれいサポートステーション

地域の歴史を学びながら

地蔵大松はその昔1本の松の下から地蔵が出土されたことが由来としてその名前がついた。そこには井戸から水を汲み上げる手押しポンプがあり、水を出しながら昔の時代に触れることができた。

長太の大楠は田園に大きくそびえたつ楠の木で、その大きさは23メートルもある。当日は快晴で、青空をバックに見る大楠は一層大きく綺麗にうつっていた。鈴鹿市内にこんな大きな巨木が2つもあるなんてと、みんなで話しながら散策を楽しめた。



おっきいな～



地蔵大松



歴史を紐解こう



青空の下で



体育館内の様子

スポーツクラブの取り組み

試み①

ドッチボールとバドミントンで対戦だ！

日差しが強い真夏は、体育館で思いっきり体を動かした。ドッチボールでは、飛び交うボールをすり抜け、一生懸命逃げたあとは汗がダクダク。バドミントンでは、シャトルを打つことが難しい。ラケットに当たっても簡単には飛ばない。それでも思いっきりラケットを振って相手のコートにシャトルが飛んだ瞬間は笑顔があふれ嬉しそうだった。

試み②登山

菰野富士に登った。菰野富士は標高369メートルと低く、約20分で登頂できる小ぶりで初心者向けの山。最初の100メートルほどの階段が一番の難関、それを乗り越えたらなだらかな山道。頂上は360度パノラマ風景を満喫できる。スマホで景色を撮影する利用者さん、和気あいあいと会話を楽しみ休憩する利用者さん、思い思いに楽しんでいただ。今年度もスポーツクラブは新しいことにチャレンジしていくつもりだ。



頂上でゆったり



木の根っこに気を付けて



山頂で記念撮影

南勢就労支援センター

南勢ゴールデンウィーク

今年のゴールデンウィークは南勢就労支援センターもお仕事を休みし、3日間イベントを開催した。屋外での活動が多かったが、幸い3日間とも天候に恵まれ、楽しんで参加していただけた。

初日は午前中に感謝の気持ちを込めたサンキューレター作り、午後からは南勢からバスに乗って明和町にある「斎宮きららの森」へと出かけた。広場でバレーボールやフリスビーをしたり、アスレチックで遊んだり、みんなでウォーキングを行った。



みんなでウォーキング



サンキューレター



フライングディスク



良いお天気!



山羊発見!



スタンプラリー

2日目はわかば学園の体育館をお借りしてフライングディスクを行った。大会も近かった事から出場予定者を中心に張り切って参加頂き、午後にはみんなで感染症対策も万全にクレープを作り、自分の作ったクレープを美味しく召し上がって頂いた。

3日目はスタンプラリーで南勢敷地内や押の池をグループ毎に散策。押の池の近くで山羊を発見し大喜びだった。

ゴールデンウィークは、めいっばい体を動かした3日間となった。

コロナ禍で体を動かす機会も少なくなってきたが、南勢では今後も体を動かせるイベントを開催していく。

第2南勢就労支援センター

やっぱりみんな大好き???

食に対する興味の強さを感じさせられた第2南勢ピザ会から一年、再び第2南勢に食イベントがやってきた！

みんな大好きバーベキュー大会。ゴールデンウィークに松阪森林公園で3年ぶりに開催。

炭火で焼くお肉、ソーセージに野菜。

焼いている間もソワソワ：焼き上がり、お肉を頼張る。もれなく全員笑顔である。

食事後、利用者さんから「3年ぶりのバーベキュー最高！」「お肉が柔らかくて美味しかった」との声が上がっていた。

消毒や黙食等の感染症対策をしながらでも、満足していただくことができた。



シューシー



おいしー!



たのしー!

長座体前屈最高50cm

怪我防止の為、今年度から毎朝のラジオ体操に加えて、ストレッチを開始。

4月に宮の里のPTによるアドバイスの下、個々の柔軟性を測定し、現状の分析を行なった。

測定には職員も参加し、職員の柔軟性の無さが発覚。



仕事前に入念に



どこまでいけるかな?

利用者さんはそれを見て「職員さん硬いなー」「私の方が柔らかいよ」など、職員と競い合っていた。

「肩、腰、脚」に重点を置き、各月ごとに新たなストレッチを取り入れたり、講師を招くなど1年間でもただ柔軟性を高められるか効果を検証していく。

体を柔らかくすることににより、作業面だけでなく、生活の中での怪我也防ぐ事ができれば嬉しく思う。



目指せケガ0!

宮の里ミタスメモリアルホーム

春の桜まつり

去る3月28日(月)、毎年恒例の春の桜祭りを開催。桜は八分咲きでしたが外気が冷たく施設内からの花見となった。

利用者さんの中には「花より団子」と言われる方も・・・

カツカレーやたご焼きに舌鼓され職員の出し物ではマジックショーやビンゴ大会で大盛り上がり皆さんの楽しまれた笑顔が見る事が出来た。



頑張るぞ



たご焼き美味しそう



貰ったで



頂きました



宮の里 さくら



マジックショーはじまるよ

お母さんいつもありがとう

5月8日(日)の母の日に向けてデイでは創作活動を行った。

今年はお花紙の花びらでブーケをみんなで作った。少し難易度が高かったが職員と一緒にお母さんの為に一生懸命、時にワイワイ楽しく制作し、素敵なブーケが出来上がった。表情豊かな写真入りメッセージカードを添えて気持ちを伝えるお手伝いをさせて頂いた。



いっぱい作ったよ～



一緒に作業して楽しかったね



丁寧に貼り付けてまーす!



出来たよ～♪



最後の仕上げだ～



お母さん喜んでくれるかな??

二見生活介護支援センター潮音

ミニ運動会

3月、ミニ運動会を行った。いつもリハビリで頑張って歩行訓練されている潮音のながい廊下は、とても賑やかだった。

うちわを使ったゲームやサッカーの要素を取り入れたゲームを楽しまれた。そして、恒例のボール運びゲームでは、リレー形式で、ラケットにボールを載せてさあスタート。恥ずかしそうに参加される方、真剣な表情でバランスをとりながら運ばれる方と、いろいろな利用者さんの様子が見られた。

ミニ運動会終了後の達成感のある表情は、笑顔が多く、素敵だった。



うちわ、難しい～



ちょっとどいてね～



運ぶぞー



真剣

お花見

潮音のテラスから、少しだけ遠くに桜を見つけた4月初旬…今年の桜はどいうらうね？と春探しをしながらの散歩道。

「あっ桜の花や〜」、「咲いとったね」、「桜あったね」、「今年も咲いてるね〜」、「きれいや〜」と利用者さんとの会話や表情から桜の開花を楽しみにされている様子が伝わってくる。やはり、春探しの中で桜は一番人気のようだ。

4月の創作活動で、桜の花を利用者さんと咲かせた。いろいろな色の花びらが、大集合！外出支援で花見をしていた頃が懐かしい。

是非とも来年は、いろいろな場所での桜を見たいと思う。



何の形かわかりますか？



桜 満開ですよ～



思いのこもった花びらです



ハイチーズ!

きれいな不動産事業部 開設しました

伊勢亀鈴会の理念であります施設利用者の親亡き後の「生涯支援」の一環として、令和4年4月1日より三重県知事の認可を受け、宅地建物取引事業「きれいな不動産事業部」をスタートさせました。

この事業部は三重県下で12万戸とも言われる「空き家」対策を公益事業として運営するもので、お葬儀、遺品整理、空き家の解体、土地仲介、土地活用の福祉施設建設まで一連の事業を総合窓口としてお引き受けする事業です。所有する休家屋や土地、故人の遺品整理や家屋解体、解体後の土地活用(例：福祉施設建設等)などをお手伝いいたします。

物件の大小に関わらず、ぜひご連絡いただきまして、営業担当がお伺いしお見積りをご提示いたします。

お客さまのニーズに合わせたきめ細やかなサービス

- お葬儀 → 福祉葬祭三重
- 遺品整理 → きれいまかせ太君
- 空き家の除草・剪定・伐採・空き家の解体 → きれいまかせ太君
- 各種相続手続き → 顧問弁護士・顧問司法書士・顧問税理士など、専門の先生方のご紹介
- 不動産売買仲介 → きれいまかせ太君(きれいな不動産事業部)
- グループホーム等の土地活用 → 「建築会社」建設・社会福祉法人等が運営

事例1のご紹介

空き家の解体 空き家の除草・剪定・伐採 遺品整理 不用品回収

解体実例 木造住宅 30坪 約180万円

Before After

不用品回収実例 2tトラック2車分 約18万円

お問い合わせ・ご相談先

きれいまかせ太君

きれいな不動産事業部

公益社団法人 全日本不動産協会会員 宅地建物取引業 三重県知事(1) 第3689号

北勢地区【津市から北】

☎0120-368-488 FAX.059-370-8119 平日/9:00~17:00
鈴鹿市国府町高野3917-272

南勢地区【松阪市から南】

☎0120-158-018 FAX.0596-63-5451 平日/9:00~17:00
伊勢市小俣町宮前741

事例2のご紹介

空き家を解体したいが解体費用を土地売却益で補いたい。

仲介実例 鈴鹿市神戸 K様邸 古家付き土地 50坪

売却価格(坪単価20万)	1,000万円
経費	
解体費用	約200万円
不用品処分費等	約60万円
境界確定費用	約40万円
仲介手数料	39.6万円
売買契約印紙代	0.5万円
手取り金額	約660万円

※ここから住まなくなって3年以上経過する住宅は、譲渡所得税が課税されます。
※上記費用は一例ですので、まずは事前にお見積りをオススメします。

ご利用者様の感謝の声

近所からも空家が倒壊しそうで困ると言われていましたが、土地の仲介もしていただいて、スッキリしました。

入社式・辞令交付式

4月1日(金)、伊勢亀鈴会本部、宮の里ミクスメモリアルホーム、第2南勢就労支援センターにて、ZOOMを使用し、リモートで入社式・辞令交付式が執り行われた。

4月1日入社された3名、令和3年に入社された13名が仲間に加わった。

入社式では、それぞれ自己紹介と抱負を述べていただき、理事長より伊勢亀鈴会の企業理念、法人のビジョンなどお話をいただいた。オリエンテーションを行った後、満開の桜の前で集合写真を撮影した。

新入社員の皆様、今後のご活躍を期待しています。



辞令交付式



入社式・南勢

ご寄付をいただきました

生活協同組合コープみえ様より寄付金を頂戴し、南勢就労支援センターでは寄付金をタブレット端末の購入費用に充てさせて頂いた。

タブレット端末では、ISOプロダラムの一端で歩数計を着けて過ごしている南勢の職員と利用者さんの1日の歩数を、利用者さんのお仕事として入力して頂いている。

また、にじいろでも今年度は個別支援を充実させるために、毎週月曜日に「わたしの時間」という活動がある。それぞれ好きな事をして過ごして頂く時間だが、絵を描いたり、計算ドリルをしたり、タブレット端末は大活躍している。

他にも、他施設とオンラインで交流する機会も増えてきており、タブレット端末を使用しているオンライン交流会への参加や、コミュニケーションが苦手な方の支援にタブレット端末を使用出来るように様々なアプリも開発されているため、コミュニケーションのツールとしても幅広く活用していく予定だ。

今後もICTを活用しての社会参加や教養娯楽の品質向上と充実のために、タブレット端末を積極的に使用していきたい。



授賞式・交流会



iPadで得意のアート♪



休憩時間に数独

玉置かな子さん 追悼

令和4年5月、平成10年から長年にわたって八野生活介護センターを利用されていた玉置かな子さんが逝去されました。73歳でした。

利用当初から精力的にお仕事に打ち込まれ、ろつそくの箱詰め作業、検品作業なども正確で、頼られる存在でした。一方でお酒も大好きな方でもあり、飲み出しかけ、ほろ酔いで夜遅くに帰ってくるなんてお姿もあったそうです。

ご葬儀の後、ご家族のご厚意によりご分骨いただき、合同慰霊碑に納骨されました。玉置さん、いまままでありがとございました。どうぞ安らかにやすみください。



八野生活介護センターにて



令和3年9月撮影



利用当初の玉置さん

職員の休日

OLIDAY

美しい景色をみることで癒しとなっています

南勢就労支援センター 須場 隆行

南勢就労支援センターの須場隆行です。

現在、就労移行支援を担当させて頂いています。

私の休日は趣味の自転車でいろいろな遊びをしています。

特に海・山・川をめぐるのが大好きです。

水平線から昇る朝日、沈む夕日、自然が見せてくれる美しい景色をみるのが癒しとなっています。

また、マウンテンバイクで山に行ったりもします。山の中では移りゆく季節を感じる事が出来ますし、滝のマイナスイオンパワーをいただいています。

さらに自転車ツーリングに行ったりもします。自転車なので積める量は最低限のものになりますが、コンパクトなキャンプギアをもって出かけています。焚火を楽しんだり、星空を眺めたりしています。

今後は広島の上りなみ海道を走ったり、乗鞍岳をヒルクライムしたり、富士見パラマをマウンテンバイクで下りたいなと思っています。自然の良さをみんなと享受して、日頃の業務に日々精進していききたいと思います。



宮川で桜ライド



キャンプツーリング



滝でマイナスイオンパワー



伊勢湾と夕日



太平洋の青い海



里山を登山

八野生活介護センター

宮の里ミタスメモリアルホーム

きれい不動産事業部



伊藤 和樹



グエンティ 夕チヤン



倉田 克哉



伊藤 美菜子

南勢就労支援センター

きれい会事務所



山本 松三



西岡 勇貴



お弁当屋潮音
榎井 妙子



渥美 幸

プリンセスサコ <京都府立植物園>

現在の皇后さまがご成婚の際、
そのお名前になんで名付けられ
たバラ。別名は「エクランタイン」

で寄付をいただきました。
ありがとうございました。

2022.3.17~2022.5.31

伊勢亀鈴会

鈴木 公雄 様 八野生活介護センター利用者(故人)ご家族

福祉葬祭三重

法流寺 様

浄運寺 様

宮の里ミタスメモリアルホーム

山本 義実 様

※掲載中の写真におけるマスクの取り外しについて

各施設とも感染症対策のため、マスク着用は徹底しておりますが、一部の
記事ではマスクをしていると表現が伝わらない部分もありましたので、
マスクを外して撮影させていただきました。ご協力ありがとうございました。

編集後記

141号で編集長を務めさせていただきました。南勢就労支援センターの久米と申します。

初めての編集長ということで戸惑うことも多かったですが、新しい経験をたくさんさせていただき、心に残る1冊となりました。ご協力いただきました皆様にご心より感謝申し上げます。ありがとうございました。

ボランティアさん募集!!

八野生活介護センターと宮の里ミタスメモリアルホーム、二見生活介護支援センター潮音では、昼間ボランティアさんの趣味・特技を活かし利用者さんと一緒に活動していただける方を探しています。

現在、俳句・読み聞かせなど、ボランティアさんに来ていただいているが、利用者さんと娯楽(卓上ゲーム等) 園芸・話し相手など気楽に接していただける方も募集しております。

ご希望の方は、ぜひ一度各施設までお問い合わせください。

問い合わせ

八野生活介護センター 担当:中野 TEL059-378-8881

宮の里ミタスメモリアルホーム 担当:加藤 TEL0596-58-5030

二見生活介護支援センター潮音 担当:岡島 TEL0596-72-8822

きれいの通信 ちよつと寄り道!!



熊野本宮大社写真(熊野本宮観光協会)



旧社地大鳥居



3殿・4殿葺き替え後



証誠殿(神門より)

熊野三山

熊野本宮大社、熊野速玉大社、熊野那智大社を合わせて熊野三山といいます。

熊野の神々は自然信仰に根ざしていましたが、奈良～平安時代にかけて熊野は仏教・密教・修験道の聖地ともなり、神=仏であるという考え方が広まりました。

熊野本宮大社で見られる3本足のカラス。日本サッカー協会のシンボルとしても有名な八咫鳥ですがこれは神武天皇が、宮崎県(日向)から奈良県(橿原)に都を移し、大和朝廷を開いて初代天皇に即位するまでを描いた物語です。神武天皇が熊野に到着された時、神の使者である八咫鳥が奈良まで道案内をしたというエピソードから、熊野三山に共通する「導きの神鳥」として信仰されるようになりました。神が舞い降りたという大齋原は近年パワースポットとして多くの人々が訪れています。

熊野本宮はかつて、熊野川・音無川・岩田川の合流点にある「大齋原(おおゆのはら)」と呼ばれる中州にありました。」

大齋原は、現在の熊野本宮大社から500mほど離れています。熊野本宮大社から道路を隔てて、大鳥居(高さ約34m、幅約42m)が見えます。その背後のこんもりとした森が大齋原です。熊野本宮大社から徒歩10分ほどなので、ぜひ訪れてみてください。



(熊野本宮大社サイトより引用)

- 指定障害者支援施設・指定生活介護事業所・指定短期入所
八野生活介護センター
指定放課後等デイサービス事業所
URAURA八野
〒513-0837 鈴鹿市八野町428番地の1
TEL059-378-8881代 FAX059-379-3223
e-mail hachino@kirei.or.jp
指定放課後等デイサービス事業所
URAURA稲生
〒510-0205 鈴鹿市稲生4丁目19-6
TEL059-392-5130代 FAX059-392-5131
- 指定就労継続支援事業所・指定生活介護事業所
八野就労支援センター
〒513-0837 鈴鹿市八野町22番地の1
TEL059-378-6622代 FAX059-378-5335
e-mail hachino2@kirei.or.jp
- 指定就労継続支援事業所
福祉の森の家 体にいいおにぎり屋
〒510-0254 鈴鹿市寺家7丁目11-30
TEL059-380-6355 FAX059-367-7377
- 指定共同生活援助事業所
グループホームきれい
〒510-0254 鈴鹿市寺家7丁目11-30
TEL059-388-1508 FAX059-388-1508
- 指定共同生活援助事業所
グループホームきれい 空羅多ガーデン(Gita-garden)
〒513-0207 鈴鹿市稲生塩屋2丁目1番5号
TEL059-388-1882 FAX059-388-1882
- 指定共同生活援助事業所
グループホームきれい 亀山 栗の木ヴィレッジ
(第1) 〒519-0166 亀山市布気町1446-2
TEL0595-96-8182 FAX 0595-96-8182
(第2) 〒519-0166 亀山市布気町1446
TEL0595-96-8183 FAX 0595-96-8183
- 指定共同生活援助事業所
グループホームきれい 御糸の社(みいとのもり)
〒515-0354 多気郡明和町行部131
TEL0596-55-6800 FAX 0596-55-6800
- 指定共同生活援助事業所
グループホームきれい みや川
519-0504 伊勢市小俣町宮前31-2
TEL0596-20-8530 FAX0596-20-8531
- 指定就労移行支援事業所・指定就労継続支援事業所・指定就労定着支援事業所
きれいサポートステーション
〒510-0253 鈴鹿市寺家町1416-1
TEL059-388-0864 FAX059-367-7911
- 指定特定相談支援事業・指定障害児相談支援事業・指定一般相談支援事業所
きれいライフステーション
〒510-0253 鈴鹿市寺家町1416-1
TEL059-340-7997 FAX059-367-7050
- 指定障害者支援施設・指定生活介護事業所・指定短期入所
宮の里ミタスメモリアルホーム
〒519-0427 度会郡玉城町宮古728番地の18
TEL0596-58-5030 FAX0596-58-5033
e-mail miyanosato@kirei.or.jp
- 指定特定相談支援事業・指定障害児相談支援事業
宮の里ライフステーション
〒519-0427 度会郡玉城町宮古728番地の18
TEL0596-58-8588 FAX0596-58-5033
- 指定生活介護事業所・指定短期入所
二見生活介護支援センター 潮音(しおね)
〒519-0609 伊勢市二見町茶屋310番地
TEL0596-72-8822 FAX0596-72-8823
- 指定就労移行支援事業所・指定就労継続支援事業所
指定就労定着支援事業所・指定生活介護支援事業所
南勢就労支援センター
〒519-0427 度会郡玉城町宮古字鉄砲塚728番地の18
TEL0596-58-0101代 FAX0596-58-6742
e-mail nansei@kirei.or.jp
- 指定就労継続支援事業所
お弁当屋 潮音(しおね)
〒516-0609 伊勢市二見町茶屋310
(二見生活介護支援センター潮音内)
TEL0596-72-8808 FAX0596-72-8817
e-mail obentoya-shione@kirei.or.jp
- 指定就労継続支援事業所
第2南勢就労支援センター
〒515-0347 多気郡明和町志貴里中1134-3
TEL0596-55-6711代 FAX0596-55-3535
e-mail nansei2@kirei.or.jp
- 指定就労継続支援事業所
福祉葬祭三重 福祉会館 白子
〒510-0236 鈴鹿市中江島町14-12
TEL059-380-1711 FAX059-380-1712
- 指定就労継続支援事業所
福祉葬祭三重 福祉会館 鈴鹿南
〒510-0253 鈴鹿市寺家町1247-1
TEL059-380-1717 FAX059-380-1720
- 指定就労継続支援事業所
福祉葬祭三重 福祉会館 津
〒514-0014 津市港町18-12
TEL059-213-1717 FAX059-213-1771
- 指定就労継続支援事業所
福祉葬祭三重 福祉会館 伊勢
〒516-0013 伊勢市鹿海町656-1
TEL0596-26-3170 FAX0596-26-3025