

ルモニ

第 30 号

発行日 平成20年12月15日
財団法人 秋田県民間社会事業福利協会
秋田市旭北栄町1番5号 ☎(018)864-2703
編集発行人 三 浦 憲 一



一つ一つ経験を積んで
「おいしいパン作り」



～パン作りをする加藤さん～

男鹿市野石にある若美福祉会知的障害者更生施設ひまわり苑を訪問しました。近くには宮沢海岸があり、夏場は海水浴やキャンプでにぎわう場所にあります。

ひまわり苑は東京都委託施設として設置され、昨年開設 20 周年と

いう節目を迎えました。

活動内容は、保養・リハビリ・軽作業を行う第一総合支援班と生産活動中心の第二総合支援班に分かれた体制で行われています。第二総合支援班では、野菜・きのこの栽培・パン作りなどをしており、

しいたけは近くの産直のお店に出荷しています。また、職業訓練を行い、牧場や病院などで就労している利用者さんもいます。

今回は、二人とも勤務されて 1 年目の支援員の児玉孝之さんと加藤かおるさんをご紹介します。

主な 内容

Contents

- | | | | |
|-------------------|-----|--------------------|---|
| ◆施設・会員紹介…………… | 1～2 | ◆新退職金制度…………… | 6 |
| ◆はがきでこんにちは…………… | 3 | ◆会の現況…………… | 6 |
| ◆私のプライベートタイム…………… | 3 | ◆ほほえみカード指定店…………… | 7 |
| ◆研修事業…………… | 4 | ◆会員交流事業…………… | 7 |
| ◆時間を効率よく使おう…………… | 4・5 | ◆栄養士さんのおすすめ料理…………… | 8 |
| ◆福祉でまちづくり…………… | 5 | ◆プレゼントクイズ…………… | 8 |

おじゃまします。福利協会です



支え合い共に生きる



畑違いの福祉職場で

今年の春、ひまわり苑に就職した児玉孝之さんは、今まで全然福祉に関係のない仕事に就いていました。再就職の際、ご自身の姉妹が福祉職場に勤務していたこともあり違和感なく、ひまわり苑への就職を決めました。

とは言え、初めて経験することばかりで、この仕事を続けていけるのか不安だったと話します。でも利用者さんは人懐っこくて、「児玉さん」と声を掛け、寄ってくる姿に励まされ、また先輩の職員に助けられてきました。



児玉 孝之さん

利用者さんと共に

児玉さんは、重度の方の起床から就寝までの介助や機能訓練など個々の自立に向けた支援をしています。

経験豊かな職員から、「利用者さんは、自分の意思をうまく表現することはできないが、人の気持ちに敏感だよ」と、一人の人間として接することの大事さも教えられました。利用者の方の気持ちを尊重しながら支

援する一つ一つが、これからの児玉さんにとって大事な財産となるはずです。

今、気を付けているのは、入浴介助などで怪我のないよう細心の注意を払って支援することです。また、利用者さんの「笑顔」に負けない位の「笑顔」を返すよう心掛けて接しています。「笑顔」は、人を和やかに穏やかにさせる大きな力があります。

仕事、ラグビー、そして…

児玉さんは、小学生からラグビーを続け、現在もあるチームに所属しています。試合が近くなり、練習があっても参加できない時は、自分でランニングをするなどコンディションを整え試合に備えます。ガッチリした体と優しい気遣いができる児玉さんは、頼もしい存在です。

「この仕事に就いて半年余りだが、人と関わる仕事を選んで良かった」と話します。そして専門知識を身につけるため「介護福祉士」の資格取得を目標にしています。

無我夢中で、半年

今年の春、加藤かおるさんは、仙台の歯科助手の専門学校を卒業後、ひまわり苑に就職しました。そして重度のグループを担当しています。

若い加藤さんにとって、利用者さんはみな年上です。介助や機能訓練



加藤かおるさん

をする時、どのような声掛けをしたらいいのか、どのように向き合ったらいいのか最初は戸惑うことばかりでした。でも、毎日接しているうちに逆に、「元気」を貰い少しずつ慣れてきたと話します。これからも一緒に過ごす時間が、加藤さんにとって一步一步と成長する糧になりそうです。

おいしいパン作りを目指して

苑にパン焼き機が導入され、パンを作り始めたのは5年前からです。加藤さんは週2回、利用者さん2人と職員2人で、パン作りをしています。そのパンは苑の朝食に提供されます。

一口にパン作りといっても、発酵から形成、焼く工程には、その日の温度、湿度に微妙に左右される難しさがあります。加藤さんも、パンの形作りがうまくいかない、膨らまないなど何度も失敗をしてきました。だからこそ、「おいしい」と言われると達成感を覚えます。そして技術を向上させ、もっとおいしいパン作りを目指したいと話します。



知的障害者更生施設ひまわり苑
施設長 笹川 累利子

児玉さんは、優しい心根の持ち主で、にこやかな笑顔が福祉職場に合う人です。また加藤さんは利用者さんのアイドルで、みんなに可愛がられ、苑に光

を灯してくれる存在です。

自立支援法など課題はありますが、私達職員が20年かけて築き上げてきた苑を、二人をはじめ若い職員が引き継いでほしいです。





はがきでこんにちは

郵便はがき

これからも作ってね

秋田中央福祉会(秋田市)
特別養護老人ホーム金寿園

藤原 美子

4歳の息子が文字を覚えはじめ、ひと通り覚えると『絵本』を書き出しました。次々と仕上がる“〇〇ばなし”…。読みにくいけどかわいい。

永久保存版です！私にはない製作の才能伸ばしてあげたいです。



右側の子供が我が家の“絵本作家”です

笑顔で元気にいこう

八竜山本ふくし会(三種町)
特別養護老人ホーム美幸苑

佐藤 真理子

施設に勤務して10年を過ぎましたが、初めて「ほほえみカード」を利用し、秋田キャッスルホテルの東天紅でお食事をしました。なんだかち

よっとしたことなのにとってもハッピーな気持ちで帰ってきました。

暗いニュースが多い中、心身ともにリフレッシュするのは大事であると年齢を重ねるごとに実感しています。

また、「ほほえみカード」を利用して、笑顔で元気にがんばります！！

また、行きたい！

つるまい福祉会(由利本荘市)
知的障害者更生施設
水林新生園

今 拓

過日の職員旅行で秋保温泉の高級旅館に宿泊しました。日頃の疲れを



癒すために企画してくれた幹事に感謝です。いいお風呂、いいお料理と大満足の2日間でした。しかし、体重が増えたのだけは想定外でした。

子供って敏感！

秋田婦人ホーム 城南園
(保育所、秋田市)

虫明 恵美子

0歳児を担当していますが、この頃おしゃべりが上手になってきた子どもたち。

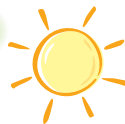
私を見て「バッパー」そしてもうひとり若い担任を見て「ママー」……（笑）いろいろな事を敏感に感じとる子ども達の感性に大笑い。でもまだ、おばあちゃんには早いような気がするんですが…。

毎日、かわいい子供たちに囲まれ幸せです。



子供たちの感性はすごい！

私のプライベートタイム



今日も早起きががんばろう

湯沢市社会福祉協議会
地域福祉課 課長

赤平 一夫

子供たちが陸上部の長距離種目に所属しています。私自身以前にマラソン大会や駅伝等に専念していたこともあり、早朝の走り込みを子供たちに勧めて一緒に走っています。長男は高校一年生、長女は中学二年生で、今の自分ではジョギング程度の最初の2キロしか付き合えないというのが正直なところですが……。

毎朝の走り込みは並大抵のことではありませんが、結果が出た時の喜びは本気で走った者にしか分かりません。



昨春秋、雄勝マラソン大会。娘は「女子の部」で優勝でした。

最近をよく「子供と関われるのはあと何年だろう」と考えます。今、自分が親として精一杯子供たちに向き合っていることは、各地のマラソン大会や各種大会の後、家族共通の話題で喜びを分かち合っていることです。この貴重な時間を子供たちから貰っていることに感謝しています。

そしてその活力が明日からの忙しい仕事の糧となっている今日この頃です。

研修事業

平成20年7月3・4日、秋田市で「福利厚生センター東北ブロックメンタルヘルス講習会」を開催しました。

職場でより良い人間関係を築くためのコミュニケーションのとり方

ビヨンドザボーダー株式会社 代表取締役 **安藤 亘**

誰もが望んでいながら、なかなか実現が難しいのが「職場の人間関係」です。ノウハウ本にはそれなりなことが書いてありますが、いざ現実場面にあてはめて実践しようとしても上手くいくことは少ないでしょう。そのため身近な事例を紹介します。

明子さん（仮名：32歳）と静子さん（仮名：34歳）は、ある知的障害者の入所施設に勤めています。明さんは明るく皆から好かれています。朝出勤すると同僚の名前を読んで「〇〇さん、おはよう！」と挨拶します。明さんは皆が好きなのです。明さんは自分がして欲しいように相手に接しています。明さんは相手の良いところを務めて探すようにしています。一方静さんは

皆からやさしく接して欲しいと思っ
ていながら、自分からは相手にその
ように接してはいませんでした。明
子さんのことは妬ましく思っていま
したし、そんな明子さんをちやほや
する周りの人に対してもかなりネガ
ティブな気持ちを抱き、悪いところ
探しをしていました。相手の上げ足
をとったり、陰で人の悪口を言っ
たり…。

皆さん、どうしたら職場でより良
い人間関係を築くことができるかも
う気づかれましたよね。良い関係を
広げていきたければ、明子さんの真
似をして、自分がしてもらいたいよ
うに人に接したり、人の良いところ
を探したりすればよいでしょう。逆
に人間関係を悪くしたければ、静

さんのように相手の悪いところを常
に探したり悪口を言ったりすれば確
実に関係は悪くなっていくはず。職
場の人間関係は自分の心を映し出す
「鏡」なのです。



事例検討でアドバイスをする安藤講師。

＝プロフィール＝

社会福祉士・精神保健福祉士・AFP資格取得。
メンタルヘルスに関する様々な講演会や研修
会の企画・運営、及び講師をつとめている。



研修を経て、元気な職場づくりを考える

大館圏域ふくし会（大館市）特別養護老人ホーム神山荘 係長 **渡部 幸子**



対人援助を生
業とする福祉業
界においても心
の病は決して特
別なものではな
くなってきまし
た。誰もがいつ

何時かかるかもしれない身近な病と
なり、国も従事者のメンタルヘルス
対策を強化してきています。職場と
しても真剣に取り組んでいかなけれ

ばならないと感じるようになりました。
しかし、見えづらい、捉えづら
いメンタルヘルス対策にどう取り組
んでいいのかわからない状態でした。
そんな時まさにタイムリーな研
修が開催されました。

心の健康を保つためには、まず自
分を知ること。そしてそれが相手をも
深く理解できていくこと。また身
近な事例でメンタル不全への具体的
な対応についても学ぶことができま

した。

受講後早速、職場全員の疲労蓄積
度チェックを実施し、集計してみま
した。幸い、疲労感やストレスなど
の数値もそれほど高くなく、現在は
まだ心配のない状況でした。

今後も職員がいきいきと働いてい
ける、元気のある職場づくりを皆で
考えていきたいと思います。ありが
とうございました。

時間を効率よく使おう

女性にとって、働きながらの家事
や子育ては大変なことです。限られ
た時間の中で、あれもこれもとイラ
イラした経験ないでしょうか？休日
を家事だけで終わらせない、時間の
使い方を工夫してみませんか。

掃除だったら

①計画を立てる。

毎日、きちんと掃除する時間を
なかなかとれなくても、小分けに
すると気分的に楽になります。

月曜日：リビング

火曜日：キッチンなどのように曜
日ごとに場所を決めて掃除をする。



1週間のほかに1ヶ月、1年間と計
画を立てておくと、年末に慌てて
大掃除をしなくて済みます。

②短い時間の有効活用

5分でも10分でも時間があつた
ら、取り掛かれる場所を掃除しま
す。こまめに掃除しておく汚れ
もたまりません。

福祉でまちづくり 取り組み紹介

県内の各社会福祉協議会では、地域住民の協力を得ながら、「誰もが安全に安心して暮らせる地域社会」の実現に向けた取り組みをしています。

話しあい、見つめあい、支えあい、三つの愛で里づくり

湯沢市社会福祉協議会
皆瀬地区福祉サポートセンター

主事 中山めぐみ



48名の計画策定委員が15ヶ月間にわたり皆瀬地区内の生活福祉課題を分析し、解決のために話し合いを重ねてきました。

そして今後5年間の皆瀬地区の具体的な地域福祉のあり方を示した地域福祉活動計画書が今年3月に完成しました。

全集落で行った座談会での意見や要望から生活課題を取り上げ、また福祉保健医療専門職を対象にしたアンケートや課題も併せて取りまとめました。

その課題に対し委員自らが調査票を作成し行った実態調査をもとに分析しました。また「若い世代にもこれからの皆瀬を考えてほしい」との思いから中学生全員を対象にワークショップを行い、今の皆瀬の生活課題の解決に向けて話し合ってもらいました。



中学生が「安心・安全のまちづくり」のワークショップで話し合いをしました。

このように様々な取り組みや協議を重ね、出来るだけ住民参加で住民自らが思いを書いていくことを重視しました。そして読みやすく取り組みやすい内容、また小地域の住民活動計画としての性格を大事にした住民と協働の手作り計画となりました。

委員との合言葉は『大事なのはこれから』。今年6月、24名の方に計画実践をサポートする「温もりサポート委員」を委嘱しました。全委員が4部会に分かれそれぞれに活動を展開しています。



策定委員会で、皆瀬地区の生活課題についてグループ討論をしました。

今後もこの計画が実際に生かされるようもっともっと話しあいや見つめあいをして、みんなで地域を支えていく里づくりに向けて努力していきたいと思っています。



地域福祉活動計画に参加して

みなせ福祉会（湯沢市）

事務局長補佐 阿部 利巳



これまで「皆瀬地区福祉活動計画」を策定する一員として、微力ながら参加しています。

現在私の部会では、「お休み処」の設置について話し合いを重ねています。地域住民が気軽に立ち寄り、自由に交流できる安らぎの場を作ろうと実現に向けて苦戦している最中です。

私がこの委員会に参加して感じたことは、この地域の問題点、改善点の多さです。改めて人それぞれ地域生活での不安や問題を抱えながら暮らしていることを知らされました。その反面、普段はお話しする機会がない委員の皆さんと出会い、知り合うことができとてもうれしく思っています。

今この地域でも、過疎化が進みそれに歯止めをかけることが難しくなっていますが、せめて自分の故郷が安らぎのある「お休み処」と思われるような地域にしたいと願っています。そのためにも、気軽に集える暮らしやすい地域生活を目指して委員の方々と協力していきたいと考えています。



ます。

家族の協力も大事ですが、「時間の大切さ」という意識を持ち、「自分や家族のためのひととき」を過ごしたいものです。

③掃除しやすい場所に。

キッチンやリビングなどを掃除する時、物を寄せたりすると時間がかかります。台所用品などは使う頻度を考えて、収納の仕方を考えます。出番の少ないものは思い切って処分をします。物がないと掃除が楽にでき、時間の節約につ

ながります。

④汚れはすぐに。

台所の油污れなど、すぐ拭き取れるようにします。汚れが新しいと時間が掛かりません。古布などを切って常備すると便利です。

ちょっとした事ですが、掃除ひとつとってもいろいろな工夫ができ

新退職金制度紹介

新退職金制度「第二種退職一時金」を平成20年8月1日に立ち上げました。

これは、福祉医療機構「退職手当共済制度」の公的助成見直しにより、平成18年4月1日以降採用職員の制度加入の継続が困難な法人事業所（介護保険対象事業所）向けの代替制度として設置したものです。また、今回に限り3年前に遡り加入できるようにしました。



◆加入対象

福利協会制度に加入していることが原則で、第二種退職一時金制度に加入を希望する会員。（第二種制度のみの加入は不可）
種別を問わず加入できます。

◆加入申込み

毎年度、4月5日まで申込受付。
（年度途中の加入は不可）

◆掛金と事務費（事業主負担）

1口1万円。基本契約口数は5口以上15口以下の範囲。
事務費は、1人年額1,200円。

◆掛金、事務費の納入期日

毎年度、4月末日まで。

◆退会

毎月5日までの届出。

◆給付

退職一時金のみで、給付の予定利率は2%。元利積立方式。
（但し、1年未満及び脱退の場合、給付はありません。）

※福利協会・機構制度・第二制度と3本目の制度としても活用できます。各事業所には、来年2～3月にまた加入のご案内をいたします。
ご不明の点は、事務局にお問い合わせください。
（事務局 TEL018-864-2703）

会の現況

加入者推移

平成16年度	（単年度加入者627人）	会員数7,414人
平成17年度	（ 〃 777人）	会員数7,754人
平成18年度	（ 〃 722人）	会員数7,890人
平成19年度	（ 〃 872人）	会員数8,181人
平成20年度	（11月までの加入者839人）	会員数8,517人

退職者推移

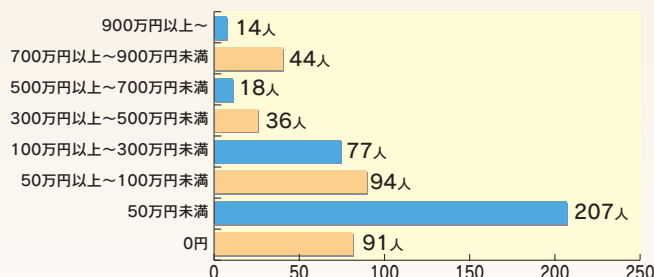
	退職者数	給付額	平均加入年数	1年未満退職者
平成16年度	457件	773,450,003円	8年9ヵ月	44人
平成17年度	529件	808,343,084円	8年2ヵ月	64人
平成18年度	570件	803,710,367円	7年11ヵ月	68人
平成19年度	581件	993,117,546円	8年10ヵ月	91人

退職金給付資金 10月までの給付内容

退職者数	479人	給付額	947,451,782円
平均加入期間	10年	平均給付額	1,977,978円
平均年齢	44.98歳	1年未満退職者数	37人

平成19年度退職金給付資金金額別内訳

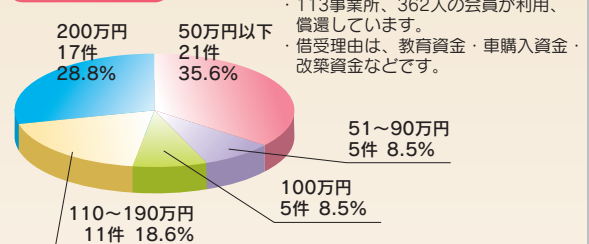
- 退職者数 581人
- 最高給付金額 10,895,664円（加入年数40年）



慶弔給付金 10月までの給付内容

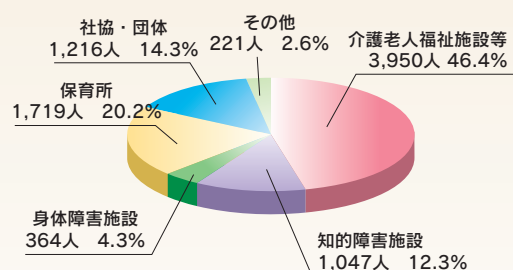
区分	件数	金額
死亡弔慰金	39件	610,000円
内 会員死亡	4件	200,000円
配偶者死亡	3件	90,000円
被扶養者死亡	32件	320,000円
災害見舞金	0件	0円
傷病見舞金	89件	890,000円
結婚祝金	121件	2,420,000円
出産祝金	169件	3,380,000円
合計	418件	7,300,000円

会員貸付金 平成20年度



- ・10月までの貸付は、59件です。
- ・113事業所、362人の会員が利用、償還しています。
- ・借受理由は、教育資金・車購入資金・改築資金などです。

会員の業種別構成 11月1日現在 8,517人



その他……
母子生活支援施設、救護施設などです。

ほほえみカード 新規指定店のご紹介

伝承の味処

無限堂 大町本店

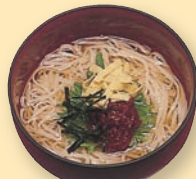
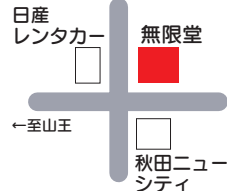
長年受け継がれてきた郷土の味、美味しい地酒そして秋田の旬をごゆっくり味わっていただけます。

優待内容

ご飲食料金 **5%割引**

営業時間
(昼) 11:00~14:00
(夜) 17:00~22:00
・年中無休(正月を除く)

〒010-0921 秋田市大町1丁目3-2
TEL.018-863-0008
URL <http://www.mugendo.jp>



稲庭梅うどん

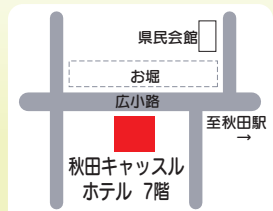
日本料理 秋田 車屋

会席料理をはじめ、お膳、一品料理、鍋料理四季おりおりの味をご用意しております。

優待内容

ご飲食料金 **10%割引**

営業時間
11:30~15:00
17:00~22:00
・年中無休
〒010-0001 秋田市中通1丁目3-5
秋田キャッスルホテル7階
TEL.018-831-5545
FAX.018-831-5575
URL <http://www.kurumaya-co.jp>



心満たされるひとときを

株式会社

サカイ引越センター 秋田支社

北海道から沖縄まで
まかせて安心・丁寧な引越しの
サカイへどうぞ

優待内容

引越料金 **20%割引**
他に 見積時のプレゼント、
成約時のプレゼントが
あります。

受付時間/ 8:00~19:00
(年末年始を除く)

〒011-0951 秋田市土崎港相染町字中谷地177-2
フリーダイヤル 0120-149-599
TEL.018-880-6641 FAX.018-847-7411
URL <http://www.hikkoshi-Sakai.co.jp>



梱包。小物も丁寧に扱います。

スポーツクラブ

ゲオフィットネス 秋田広面店

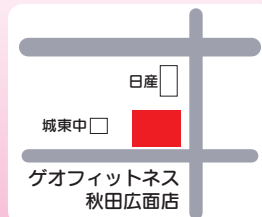
始めてみませんか。
より美しく。より若々しく。
ヨガ、エアロビクス、ピラティスなど
色々なプログラムをご用意しております。

優待内容

1.入会金無料
2.入会月会費無料

営業時間:
平日 10:00~23:00 ・休日 毎月1、16日
土曜日 10:00~21:00 夏期、年末年始
日曜日 10:00~19:00

〒00-0041 秋田市広面鍋沼12-1
TEL.018-884-0136
URL <http://www.geofitness.jp>



胸や二の腕を鍛えます

「秋を味わうつどい」をほほえみカード指定店5会場で開催

(ダイニング万葉・無限堂・サンルーラル大湯・東天紅・車屋)

会 員
交流事業

味セシフ

秋田県厚生協会 (秋田市)
特別養護老人ホーム南寿園

介護員 鈴木 いずみ

秋雨の肌寒い中、開催された「秋を味わうつどい」。今年は、秋田キャッスルホテル『車屋』での初開催ということもあり、参加者全員セレクトな気分浸ろうと、未だかつてないほど期待に胸を膨らま

せ当日を迎えました。

次々と出てくるお料理の数々は、どれも私たちの期待を裏切ることがありません。「料理を五感で味わう」とは、このことかと思わせる程の味、盛り付け、香りもよく、量的にもフルに満足できる最高のものでした。隣の席の方々も明朗活発な美女揃い。お酒にお料理に話が進み、日頃の職場のストレスが一気に吹き飛んだ充実し

たひとときでした。

来年もお腹も気持ちも一杯になるべく、職場の先輩方と参加させていただきたいと思います。



右側が私です。同僚と一緒に乾杯！

栄養士さんのおすすめ料理

仁賀保中央福祉会（にかほ市）
身体障害者療護施設

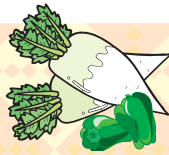
金浦療護園 佐藤 桂子



普通のカレーよりも酸味がきいてコクもあり大人から子供まで喜ばれています。最後に隠し味で整え、我が家の味に仕上げるとおいしさも倍増です。これから大根のおいしい季節、是非お試しください。



野外でバーベキュー。味もひとしおで、利用者も職員も楽しいひとときとなりました。



大根カレー



材料(4人分)

豚バラ肉	200g
大根	200g
しいたけ	50g
しめじ	80g
ピーマン	50g
にんにく	1かけ
野菜ジュース	160ml
(またはトマトジュース)	
カレールー	100g
バター	12g
水	適量
砂糖・しょうゆ	適量

作り方

- 1 大根をさいの目に、しいたけ、ピーマンをせん切りにする。
- 2 しめじはほぐして、にんにくはみじん切りにする。肉は食べやすい大きさに切る。

作り方

- 3 バターでにんにく、肉、野菜の順序で炒めて水を入れて煮る。
- 4 野菜が柔らかくなったら、市販のカレールーと野菜ジュースを、味を見ながら入れる。
- 5 しょうゆ、砂糖で味を調える。



水を入れずに野菜ジュースだけで煮込むと濃い味に仕上がります。

プレゼントクイズ

●応募方法●

専用ハガキにて応募してください。
(福利協会会員のみ対象)

- ◆プレゼント希望コースは必ず記入してください。
- ◆専用ハガキの裏面には、広報の感想やご意見など自由にご記入ください。ホームページコラム欄に紹介することがあります。(氏名は公表しません)

●宛 先●

〒010-0922 秋田市旭北栄町1-5
秋田県民間社会事業福利協会
「ハーモニー」クイズ係

●締 切●

平成21年1月10日(土)消印分まで有効。
※当選者の発表は、応募締切後に賞品の発送をもちまして代えさせていただきます。

★このプレゼント企画は、福利厚生センターの事業支援を得ているものです。

編集後記

どの業界でも、こころの病に罹る方が増えてきています。

職場でも家庭でも、ストレスを溜めないためには、休日の過ごし方など工夫が必要です。来年の今頃“1年”を振り返った時、“忙しかった1年”だけで終わらせないよう過ごし方を考えてみたいと思います。(H.K)

問題

今回訪問したひまわり苑の所在地は
どこの市でしょうか？

A コース

杉の木園
手作りクッキー
10名様へ



杉の木園

TEL.018-827-2310
〒010-0823 秋田市山内字上台15-2

B コース

1泊2食付 無料ご招待
1組2名様へ
(平成21年8月までの利用)



駒ヶ岳観光ホテル

TEL.0187-46-2211
〒014-1201 仙北市田沢湖生保内字駒ヶ岳2-30

C コース

きりたんぽセット
3名様へ



※クール宅急便で送ります。(4人分)

矢立育成園

TEL.0186-46-3161
〒017-0002 大館市白沢字白沢851

D コース

さをり織り
マフラー(春・秋用)
4名様へ



ドリームカンパニーあゆみ

TEL.018-829-2994
〒010-1421 秋田市仁井田本町5丁目12-45