

# プルミエールひたち野通信

## 第35号



- 本館 かすみがうら市上土田330-2 TEL.0299-59-5611 FAX.0299-59-5616  
e-mail premiere@mbn.nifty.com URL http://premierhitachino.com
- 2号館 かすみがうら市稲吉2-21-7 TEL.029-833-3300 FAX.029-833-3301  
e-mail premiere2@mbn.nifty.com
- ブルミっこ保育園/児童クラブ かすみがうら市稲吉南2-9-1  
TEL.029-834-7003 FAX.029-834-7006  
e-mail purumikko@royal.ocn.ne.jp URL http://www.premikko.com/

### 事業案内

- 特別養護老人ホーム ●ショートステイ ●デイサービスセンター ●グループホーム ●居宅介護支援事業所
- かすみがうら市在宅介護支援センター ●地域交流センター ●高齢者生活共同運営住宅 ●保育園 ●児童クラブ



## 成田山新勝寺に 行ってきました

### 「人生二度なし 念ずれば花開く」

「一番怖いのは、自己との妥協だ」

社会福祉法人 廣山会 理事長 川井 義久

坂村真民（さかむら しんみん）という詩人の詩の中に「念ずれば、花開く」という言葉があります。皆さんもどこかで一度は聞いたことがあるのではないのでしょうか。

しかし、この言葉の意味は深く、ただ念じ（願っ）ていれば夢が叶うという他力的なことではないのです。

「念ずれば、花開く」の「念ずる」とは「何かをいつも心に思うこと」つまり「一つの願い事をいつも心にとどめ育てること」そうすればやがて「成就の花が咲く」そして、「花開けば必ず真実を結ぶ」ということです。（道元弾師）

何事も一所懸命に祈るような努力を重ねれば、道は自ずと開け、夢や目標が叶う。

「目の前にある事を真剣にやる」「本気で取り組む」ことが「念」なのです。

「念」を分けると「今」と「心」になります。「今」を大切に生きないと「心」も生き生きと弾まない、ということでしょうか。

一生は「今」の連続です。「今」を精一杯生きる。しかし、それは決していつも緊張して生きていくということではなく、「今この時」という時間を大切に生きるといふことです。

平成30年の初めにあたり、みなさん一人ひとりが新たな決意や目標を心に描いていることと思いますが、「念ずる」を忘れないで頂き「今自分でできること」を熱心に確実に実践し、夢や目標の実現につなげて下さい。

「今日は、疲れたから明日やろう」とか「今日は○○だったから出来なかった」とか理由をつけて妥協をする。これが一番怖いのです。

人生は二度はありません。今という時間も二度とは無いのです。「今この時」を大切にし、一日一日を一所懸命に過ごし、夢や目標を実現して頂きたいと思えます。

平成30年度 プルミエールひたち野 心のテーマ

# プルミエールひたち野

## 歳時記



### 八月 大納涼祭

今年度の納涼祭も利用者の皆様、ご家族様、近隣の皆様にたくさんご来場いただきました。  
プルミエールの子供達による御神輿やソーラン節は大好評！ 盆踊りを満喫し、最後に盛大な打ち上げ花火、楽しい思い出と共に幕を閉じました。



モアナテアのフラダンスショー



あゆみ太鼓



盆踊り♪

### 九月 敬老会

百三歳1名、百寿1名、白寿3名、米寿11名、喜寿2名とともに皆様の長寿をお祝いしました。  
地元・稲吉会による伝統芸能の披露や職員による劇「銭形平次」は皆様に大変好評で楽しんでいただきました。



リハビリ体操  
〈証城寺の狸囃子〉に合わせてっ♪



一部余興〈稲吉会〉伝統芸能



二部余興 劇〈銭形平次〉  
＼今回も大好評でした！／



### 10月目玉レク ふかし芋



職員がお芋屋さんになりきり、利用者の皆様に温かいふかし芋を食べていただきました。



ほくほくのお芋は甘くてとっても美味しいね！ たくさん食べられそう！

本当のお芋屋さんみたいで楽しみながら食べられた！ 外で食べるとよりおいしく感じるね。





# 十月 外出行事(成田山新勝寺)

ブルミエールひたち野では初めての成田山新勝寺へ行きました。昼食は門前町で名物のうなぎやお好きなものを食べていただきました。



# 総合防災訓練

かすみがうら市西消防署の皆様による指導のもと、今回は震度6強の地震を想定して訓練を行いました。何回実施しても次の課題が見えてきます！

# 十一月 かすみがうら祭り

毎年恒例となりましたじゃがバターとコーヒーを出店しました。利用者の皆様も見学を訪れ、雰囲気を楽しんでいただきました。



コーヒー2杯目は50円で販売しました



応援合戦



風船バレー

# 運動会

秋といえば運動会。今回は宝探しゲームが目玉の競技でした。探した宝の総額を紅白で競い大いに盛り上がりしました。

選手宣誓 \ 精一杯頑張ります!! /



準備体操 \ ラジオ体操第一 /



玉入れ \ 手を伸ばして夢中で頑張りました /



宝探しレース \ さあ、釣るぞ! 狙え! 三億円!! /



宝探しレースでは宝を探し釣り上げ、料金表に基づき競いました。一番高い金額は王冠の3億円。重かったので釣り上げるのが難しかったようですが、ねばりにねばって釣り上げた方もいました。

金の延べ棒1億円!



王冠! イエーッ!



指輪とつたぞ!



# 12月目玉レク



# 利用者クリスマス会&忘年会

クリスマス会と忘年会を同時開催。サンタさんも登場し、クリスマスの雰囲気の中、皆で楽しくごちそうに舌鼓。食後は、恒例の「年忘れ紅白歌合戦」。楽しいひと時を満喫しました。



皆さま大好きなカラオケ大会♪



# 十二月 餅つき大会

立浪部屋から羅王、朱鷺、飛天龍、土浦相撲クラブから坂本会長を始めちびっ子力士が来場され、四股踏みの後、もちつき本番！  
会食会では、つきたてのお餅を雑煮でいただきました。



力士なのに身体がたい...



# 一月

## 初詣

天録稲荷神社へ初詣。初詣の後はレストランNeneにてお茶会。



# 安全祈願祭

天録稲荷神社の宮司さんを招き、一年の安全・安心を祈願しました。今年一年、皆様が安心して暮らせますように。



# 二月 ひな祭り会 (2月25日開催です)

家族懇談会も当日行います。職員による余興「ハンドベル」「銭形平次」もお楽しみに！

立浪部屋力士と記念撮影



## 2月目玉レク 豆まき

「福は内、鬼は外」で邪気払い。美味しいおしるこをいただきました。

鬼をやっつけてやるぞ！



## 1月目玉レク 福笑い

新年の最初のレクリエーションは福笑いで決まり！  
幸せ来い来い！！

結構、いい出来！



目隠しを外してびっくり！なんじゃこりゃ〜！

# 本気で取り組んでいます！プルミエールひたち野の委員会活動

社会福祉法人廣山会では、各部署の垣根を越え、連携していくために、委員会活動を行っています。その中から活動の一部をご紹介します。

## ● 接遇マナー委員会 ●

「あいさつで温かいプルミエールを創る」ことを目的に活動しています。あいさつに焦点をあて、心に残るあいさつを行っていきたく考えています。そこで、今年度のアンケート調査、第二弾を実施しました。今回は「自己評価」に加えて、「他者評価」も行い、自分のあいさつが他人からどう見えているのか確認する、いい機会となりました。また、普段からグッドスマイルで挨拶が出来る職員を投票で選び、以下の職員が選ばれました。

### プルミエールのグッドスマイル賞

2連覇!

1位



特養 松村班長

前年に引き続き、グッドスマイル賞を頂けてうれしいです。これからも笑顔で元気に頑張ります!



2位

デイ本館 堀川班長

ありがとうございます。笑顔での対応を心掛けています。



2位

総務 三次職員

法人の窓口として笑顔で明るい対応を心掛けています。



3位

特養 根本統括

みなさんに元気を分けられるような挨拶をしていきたいです。



3位

デイ本館 関職員

驚きと感謝の気持ちです。元気を意識して挨拶ですねっ!!



安心安全なサービスをみなさまに



## ● 車輜整備(安全運転)委員会 ●

利用者様を車に乗せて運転する機会が多くあります。その際には、細心の注意と確かな運転技術が必要です。どんなことに注意しながら運転することが大切なのかを学ぶため、実践的な研修を定期的に行っています。



今回のテーマは「危険予測」です。人形を車の前に投げ、夜間の急な飛び出しを想定して実施しました。急ブレーキを踏む訓練をしましたが、思ったようにブレーキを踏めず、何度も集中して行いました。安全に走行するために、人や車の動き、見えない箇所、交通状況などに潜む危険を、的確に予測しながら運転することが大切です。

### ～研修参加者の感想～

時速 30 キロでの走行でしたが、とっさにブレーキを踏むというのは、思っていたよりも難しかったです。利用者様に安心して頂けるような運転を心掛けたいです。

GH本館 市塚職員  
車は急に止まれないと言葉では知っていたつもりでしたが、今回の研修で急ブレーキを踏んでみて思った以上に難しいことだと再確認出来ました。過信せず、今後の運転に生かしていきたいと思います。 特養 阿部職員

## ● 施設内整備委員会 ●

施設内の安全確保に努めています。施設内の破損箇所や車椅子の空気の調整、ブレーキ調整など、応急処置は自分達で行っています。そのために、修繕方法なども学んでいます。



車椅子のブレーキ調整

## ● リスクマネジメント委員会 ●

リスクマネジメント委員会では、委員会で集約した各部署の事故・苦情報告等について、定量的な分析と徹底的な検討を行い、事故の再発防止に役立てるために活動しています。

### 事故・苦情件数

(平成29年4月～平成29年12月)

	老人福祉部門						児童福祉部門		
	特 養	GH本館	GH2号館	デイ本館	デイ2号館	合 計	保育園	児童クラブ	合 計
事 故	10	14	12	6	4	46	11	3	14
苦 情	2	1	0	1	0	4	0	1	1

【老人福祉部門】事故の内訳として、転倒・転落事故が全体の54.3% (25件)、次いで介助中の事故が21.7% (10件)を占めています。その他に、誤薬等事故が4件、施設車両の事故が3件ありました。苦情については「面会時の職員による対応」「入所者の衣類について」「入所者の入浴について」等に対する苦情が4件ありました。

【児童福祉部門】事故の内訳として、転倒等による園児・児童の怪我が全体の86.7% (13件) ありました。車両事故については「駐車の際に施設車両の側面を擦ってしまう」等の事故が1件となっています。苦情について、児童クラブで「児童間トラブルについての苦情」が1件ありました。

# プルミッコ保育園

## 歳時記



### 八月 納涼祭

プルミエールひたち野本館で廣山会の納涼祭に参加しました。年長組と年中組のお友達が神輿・山車を「わっしょい！わっしょい！」の掛け声とともに元氣よく会場を練り歩きました。おじいちゃん、おばあちゃんたちから大声援でした。



今回のキッズコーナーの看板はドラゴンボールの神龍を花紙で作成しました。お友達も頑張りました。



### 九月 親子お楽しみ会

親子お楽しみ会はいくくの雨模様。室内でも、盆踊りやお神輿・うちわ作り・エアトランポリン・ヨーヨー釣り・くじ引き・バーベキューを親子で楽しみました。



懐かしいヨーヨー釣り！子供たちも楽しめました。



みんな一緒に楽しだね！

### 十月 運動会

運動会も、あいにくの雨…。会場は下稻吉小学校の体育館。会場が変わっても子どもたちは練習の成果を発揮し、一生懸命競技を頑張りました。みんな金メダル！



選手入場



選手宣誓



準備運動



かけっこ

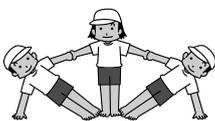
みんな速いぞ頑張れ！頑張れ！



組み体操



親子競技



### ○英会話教室○

歌やゲームを通し、楽しく英語を学んでいます。



柴田先生

歌やゲームを通して、みんなで楽しく英語を勉強しています。

### ○体操教室○

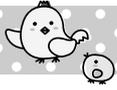
マット運動や鉄棒など体をたくさん動かし、楽しんでいます！



辻先生

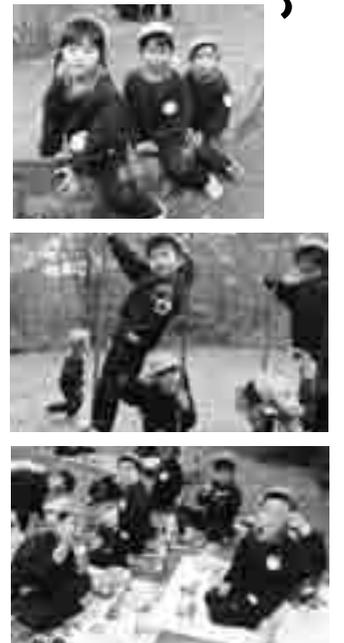
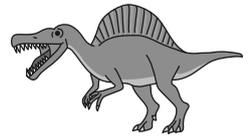
柔軟体操、マット運動、跳び箱、鉄棒、ボール遊びが元気に頑張っています。

プルミッコ保育園では毎月さまざまな教室が開かれています。



# 十二月 秋の遠足 水戸森林公園

3歳以上児のお友達で、秋の遠足に行きました。怪獣の森で恐竜とふれあい、大きなアスレチックやすべり台で、思いっきり遊びました！お腹がすいた中での弁当はとてもおいしかったです。



# 十二月 餅つき大会

毎年恒例の餅つき大会。みんなで大きな声で「よいしょー」の掛け声！園長はじめ力持ちの先生達がお餅をついてくれました。お雑煮とおしるこをおいしく食べました。



# 一月 初詣

今年も、天録稻荷神社で初詣をしました。「今年も元気で過ごせますように」と願いをかけました。



# 生活発表会

素敵な衣装を着て堂々と歌い踊りました。3歳以上児のお友達は、合奏にも挑戦！お家の方達にも「わあ」と歓声やたくさん拍手をもらいました。



毎月楽しみにしているお誕生会メニューを紹介します。

## ☆ 誕生会メニュー ☆



写真は1月のお誕生会メニュー：オムライス

**「子育て支援」** ～未就園児のいるご家庭のみなさま～

昨年9月に講師の松田佳織氏を迎え、ベビーマッサージを行いました。この他、リトミック教室や製作遊び等も行っております。

ご参加の希望の方は、  
**Tel.029-834-7003**  
 までお気軽にお問合せ下さい。

**プルミっこ保育園**



# 児童クラブ プルミッコ 歳時記 「夏休み編」

## 七月 森永工場見学

夏休みに栃木県森永製菓の工場見学へ行きました。チョコボールの製造過程を間近で見学することができました。

キョロちゃんと記念撮影!



## 八月 フルミッコ探険隊

8月は歩崎公園から船に乗り、仲間たちと一緒に冒険へ! 霞ヶ浦で水質検査を行ないアオコや微生物を採取し、今まで知らなかった霞ヶ浦の不思議をみつけてきました。



## 納涼祭

ブルミエールひたち野本館で廣山会の納涼祭に参加し、キッズソーランを踊りました。毎日練習を頑張った成果が出て、鳴子と「ソーランソーラン!」と元気よい掛け声がピタリあって、かっこよかったです。



リハビリ体操も参加しました



## 水戸森林公園

自然の中で、怪物たちと触れあい、アスレチックや大きなすべり台で遊びました。のびのびと遊び、どんぐりやマツボックリを拾い思い思いに工作。お弁当も美味しかったです。



### ○ フラダンス教室 ○

田島先生



毎年、かすみがうら祭りと発表会を目標に毎月2回レッスンしています。

### ○ 日本舞踊教室 ○

和佐原先生



日舞を通して子供達が心豊かになって欲しいと願っています。日本の伝統文化に良かったら参加してみてください。

### ○ お作法教室 ○

熊谷先生



作法は現在忘れられていく時代。少しの時間で学んでいる子供達の熱心さに感動しております。

児童クラブでは、毎月さまざまな教室が開かれています。



「冬休み編」

十二月 クリスマス会

毎年恒例のクリスマス会。今年は、サンタブーツを手作りしました。おいしいケーキとプレゼントを買って過ごしました。



<サンタブーツ作り>  
画用紙とシールで思い思いにすてきなブーツを作りました。



<クリスマスケーキ>



<プレゼント>  
クリスマスプレゼントは、トランプ、えんぴつ、ゲーム。これからいっぱい遊ぶぞ！



餅つき大会

毎年恒例の餅つき大会。みんなで「よいしょー」の掛け声！園長はじめ力持ちの先生達がお餅をついてくれました。お雑煮とおしるこをたくさんたくさん食べました。



よいしょー！よいしょー！

一月 初詣

今年も、天録稻荷神社で初詣をしました。「今年も元気で過ごせますように」と願いをかけました。



★今後の予定★

4月 お楽しみ会

新入生歓迎のお楽しみ会を行います。

4月 お花見

今年もブルミエールひたち野本館でお花見をします。

5月 筑波山登山

保育園のお友達と一緒に頑張って登ります。

完成予想図



○ 児童クラブが新しい建物になります。そのため、工事期間中は、ブルミエールひたち野2号館へお引越し！ ○



2月16日に上棟式を行いました。



1月9日 2号館へお引越し

12月13日 地鎮祭

この場所に建設します

# いきいき健康教室に参加しませんか

## かすみがうら市内の高齢者を対象に健康教室を開催しています!

いきいき健康教室では、健康づくりのサポートをします。楽しく体を動かして、心も体も健康になりませんか。

前回健康教室を紹介した際に、いきいき健康教室の内容をもっとくわしくとリクエストがありました。実際に行われている様子を紹介したいと思います。

### ①介護予防体操「タオル体操」

仕事や畑仕事の途中で姿勢をリフレッシュし円背を防ぎ、体の血行を良くする体操を紹介しています。



- ・タオルを両手で持つことでバランスがとりやすくなり体が安定します。
- ・少し長めのタオルだとやりやすいのでおすすめです。

### ②けん玉

場所を選ばず手軽に遊べるけん玉。一人で黙々と行うだけでなく、世代を超えて皆で楽しめることも魅力です。技が決まった時は達成感で思わず歓声!



- ・上手にやるコツは膝を使うこと。筋力アップに効果的。
- ・手先を使ったり、バランスを取ったりするので、認知症予防にもいいそうです。
- ・スポーツ選手のウォーミングアップにも取り入れられています。すごいですね。

### ③身体測定



身長・体重・血圧はもちろん、普段測ることのない握力も測定します。握力は筋肉のパロメーターです。

### ④栄養相談



プルミエールひたち野の管理栄養士が、健康のために大切な情報をやさしく講義しています。

### ⑤昼食試食



講義のあとは実際に施設で提供しているものと同じ食事を試食していただいています。

◆参加を希望される方、もっとくわしい説明が聞いてみたいという方がいらっしゃいましたら

○本館 0299-59-5611 ○2号館 029-833-3300 まで

「いきいき健康教室のことだけど…」とお電話ください。お待ちしております。担当：木村

### ◆編集後記◆

広報紙第35号いかがだったでしょうか。プルミエールひたち野では季節を感じられる行事に特に力を入れて取り組んでおりますが、誌面を通じて皆様にお伝えできれば幸いです。広報委員一同、皆様が知りたい内容をお届けできるよう努力していきます。今後もよろしくお願いいたします。 広報委員一同

表彰状を  
いただきました。



長年の地域福祉への貢献が認められ、かすみがうら市より表彰状をいただきました。

※掲載した写真は、個人情報保護法に基づき、ご本人及びご家族の了承を得ております。