



ほうかんげい 伝統芸能～「幫間芸」～

全国各地で活躍されている櫻川七好氏が
サンシャインプラザに！

定期的な訪問していただいている信和保育園の園児達がやってきました。
今回はピアノの演奏と保育園で踊っている体操などを披露されました。
子供の姿を見るだけで入所者は笑顔になり、普段はあまり活動されない方も園児と一緒に踊っていました。
相談員 伴 健太郎



信和保育園訪問



しめたひと時でした。

6丁目 松本 美弥子

幫間(ほうかんげい)とは、江戸時代からの伝統芸能で、江戸の色町に遊ぶ旦那衆を相手に即興的に披露されたもの。俗に「たいこもち」と言われている。
「幫」の文字には「助ける」という意味がある。幫間はお座敷という空間で「客と酒」「客同士」「客と芸者」の間(ま)を助けているのだ。
縁あって、その伝統芸を継承されている櫻川七好氏が幫間芸を披露して頂きました。
事務課長 山川 公明



歯の豆知識

発行
サンシャインプラザ
広報図書委員会
早良区田村2丁目
15番地2号

2008年
3月

紙面内容

行事報告
ユニット便り
職員コラム
行事予定

節分の豆まき

鬼はそとー、福はうちー



職員コラム



日本の伝統行事

明かりを点けましょよボ
ンボリに〜
この季節になると、どこからか聞こえてくる歌声。春が訪れた気がして、何故か陽気な気分になってくれます。
雛祭りには、私にとって全く無縁な行事でしたが、この仕事を始めてからは月々の行事に対して関心を持つようになりました。
入所者・私達職員も含め

季節の変わり目を感じる事ができ、レクリエーション等を行いながら日々楽しい生活を過ごしております。
知っていないのが雛祭り。その知らないのが雛祭り。そのいわれや歴史、身近な疑問をここで解説したいと思えます。
雛祭りは女の子の健やかな成長を祝う行事です。お雛様は赤ちゃんの身に降りかかるうとする災厄を、代わりに引き受けてくれる守り神です。
古くは平安時代のお人形(ひいな)遊びと、紙やワラで作った人形(ひとがた)

に自分の厄や災いを移して海や川へ流した「流し雛」の行事が結びついたのが現在の「雛祭り」です。
雛人形には「子供に災厄がふりかかりませぬように」「子供が健やかに美しく育ちますように」という家族の温かい思いが託されているのです。
また、雛祭りに付きものがひし餅と白酒。
雛壇飾りでもおなじみのひし餅が雛祭りと結びついたのは意外と新しく、江戸時代です。
それ以前は中国の故事にならって、もっぱら草餅をお供えしていたと言われていました。
ひし餅は上から赤、白、緑の三色の組み合わせが一

般的ですが、地域によっては五枚や七枚と重ね、黄色を入れるところもあるとか。
一方の白酒だが、こちらも中国の風習にならって桃の花びらを酒に漬けた桃花酒が縁起が良いとされてきました。
ただ、あまり一般には広がらず、江戸後期になるととってかわり、女性の間でも広く飲まれるようになりました。
旧大名家の中にはかつての桃花酒の名残か、今も白酒に桃の花びらを浮かべる場所があります。
意外に知らないことではなかったでしょうか。参考になりましたか。
七丁目 田代 未来

歯の豆知識

味はどうやって感じるの？

高齢になるにつれ、味を感じにくくなると言われていますが、そもそも「味」はどうか。やってみると感じているのでしょうか。
味を感じることを「味覚」と言います。味には、塩味・酸味・苦味・甘味の四つの基本

本味があり、最近ではこれに旨味を加えた五つの基本味があると言われていています。
味覚は、水に溶けた化学物質が舌や上顎、喉奥にある味蕾(ミライ)を刺激することにより始まります。
味蕾で受けた情報を神経線

維が中枢神経に伝達し、中枢神経により分析され認識し、感じます。
味蕾の大部分は舌上に存在し、その数は約五千二百個です。
舌の味蕾が何らかの原因で感じなくなつた場合、上蓋の味蕾で補えると言われていています。
高齢の方が味を感じにくくなる原因は、二つ考えられます。
一つは味を感じるための媒

体となる水分、唾液量が減少して行くことです。
二つ目は、義歯などの使用により、上蓋の味蕾を封鎖してしまうことが考えられます。
特に感じにくい味は塩味・苦味・甘味の三種類で、塩分や、糖分過多になりがちです。
日ごろから口の運動などを行い、唾液の出をスムーズに保つよう心がけることも大切です。
歯科衛生士 黒木まどか

次第に暖かくなり、今年も別れと出会いの季節がやってきました。
当施設も五年目に入り、施設経営を今一度振り返る時期となっております。
四月になると新しい職員が入ってきます。ケアのあり方・業務の流れなどを見直す良い機会ではないでしょうか。
春の訪れはもう間もなく。今のままでいいのだろうか、もっといい方法はないのだろうか。
一人ひとりが考え、日々の介護に取り組む必要があるのではないのでしょうか。
相談員 伴 健太郎

編集後記

次第に暖かくなり、今年も別れと出会いの季節がやってきました。

行事予定

四月九日
十三時三十分より
希望の会「
※皆さんと「福に大合唱
の音色で演奏します

四月十六日
十四時〇〇分より
ハーモニカ演奏
※懐かしの曲をハーモニカ
の音色で演奏します

十三・十五丁目 鍋パーティー

冬はやっぱり鍋が一番！

十二月のある日、冬にしては暖かい毎日が続いていたのにこの日は雪がちらついていました。

寒いときは鍋。明日は鍋パーティーをします。」

鍋奉行のリーダーの一言で決まりました。

翌日の午前中、皆さんと準備にかかります。毎年恒例なので慣れたもの。道具も材料

めました。

おわんに取り分けてさあ、食べましょう。

片手にはハート型をした鳥飯のおにぎりをもち、目の前にはあったかい鍋。

ゲストに運のよい「ごご」家族を迎えて。

みんなの期待を裏切らずそれはそれは絶品なのです。

外はとも寒いけどユニッ



もあつという間に揃い、野菜も切り揃えます。特にピーラーで大根を薄くむくむYさんの手さばきはなかなかのもの。さすがは昔取った何とやらです。

昼食時、山盛りの野菜、肉、差し入れの貝柱、具柱ですよ！

や肉団子、豆腐は次々と鍋の中へ。

やがてグツグツという音と共に美味しそうなニオイがユニットからフロア内に漂い始

豆まき

二月三日に一・二丁目合同で豆まきを行いました。

鬼を見てびっくりする方もいれば鬼を呼ぶ方も。

皆さん色紙で作った豆を手にも笑顔で「鬼は外、福は内」とも楽しそうに豆まきをしました。

福がたくさん来るといいですね。

一丁目 稲富 亜由美



右 おもいきり鬼をめがけて投げる入所者

左 鬼と仲良く握手する入所者

入所者より一句

くげやき

冬の朝、窓を開けると、曇天の空を突き抜ける様に、くげやきの木が、四・五本立っている。

身に何も纏わず、実にすっきりして良い。

小枝が少し、孤をえがき、母木に寄り添って、全体に優しい味をかもし出している。

時には、上の方の、幹が揺れる、私には風は見えないけれど、風の存在を、教えてくれる。カラスも時々、揺れている。

ふと、山の中腹辺りに、

ミルク色をした帯状の霧が流れてゆく。暫らく見とれていると、次第に消えてしまった。

自然とは、何と美しいものだろう。

春、うす緑、新緑の頃も良い、夏、青々と万緑の頃も良い。

けれども私は、何も飾らない、冬のくげやきが好きだ。目には見えない、地中深く根を張り、幾年も年輪を重ね、周りの木々と調和しながらたくましく生き抜くことだろう。

むがりぶえ くげやきの並木 ゆるぎなし」



トの中は笑顔満開！

心も体も満たされた一日でした。

十三丁目 前園和枝



施設忘年会



二階はユニット合同で、手話ソングの「野に咲く花のように」と「下レミの歌」を合唱しました。

本番の二週間ほど前より、それぞれのユニットから六丁目に集まり合同練習を重ねてきました。

手話をしながら歌を歌うということは思ったよりも難しく、職員も悪戦苦闘しながらの練習になりました。

いつまでたっても手話を覚えられない職員に、入所者の方が教えてくださっている光景も見られ、大変でしたがとても楽しい練習になりました。

いよいよ本番。職員お手製の紙花を両手につけて、最初は少し緊張された面持ち



ちでしたが、元気いっぱい、笑顔いっぱいに歌いきりました。

出し物の最後は毎日六丁目で行なっているレクリエーションで恒例の理学療法士の大賀による三・三・七拍子。

金色の扇子を両手に持ち、さーん、さーん、七拍子」の掛け声とともに、元氣良く手拍子した後、お決まりの「プラザばんざーい！」で幕を閉じました。

みなさんの頑張りのおかげで、皆さんの笑顔がこぼれた忘年会になりました。

今年と同様に来年も良い一年になるように頑張りましょう。

5丁目 梅崎 李都子

デイサービス 便り

人気ナンバー1はボウリング

今回は午前中に行っているレクリエーションを紹介したいと思います。

ラジオ体操・休憩をとった後、レクリエーションをしています。

レクリエーションと言って

も簡単なゲームですが、種類は豊富でボウリング、輪投げ、的当てゲーム、パットゴルフ、カローリングゲーム等を行っています。

中でも利用者の皆さんが一番好きなゲームはボウリングゲームです。

空のペットボトルをピンに見立てて十本立て、ゴムのボールを転がして倒すという手作りのゲームです。

一人二回投げて頂いて三順する程度行っています。

最初は投げる力が弱かったり、まっすぐ転がらなかったりと皆さん一生懸命まわりました。

今ではうまく投げられるようになり、高得点を出される方も

が多くなっています。

いつも同じ利用者の方が一位になっていましたが、いつの間にか皆さんも上手になっていました。

今日は何をしましょうか」と尋ねると「ボウリング」と言われることが多くなりました。

今後はもっと皆さんが楽しめるゲーム等を工夫し、利用者の機能訓練の一環として行えるように創意工夫を重ねていきたいと思っています。

デイサービス 南川 竜二



荒巻静枝のちよつと一言

介護の仕事は・・・

最近、入所者として日常生活の中で感心している事がある。

介護士の人達が入所者に対して「怒らない」「いつも笑顔」「いつも穏やかな会話」という点。

わきから見ていても腹が

介護福祉を勉強中である。興味を持つといちから勉強しないと気が済まない性格の為、日々、勉強に明け暮る毎日です。

私は助けってもらって生きていかなければならない。だからこそ、介護という仕事をする方達の心構えに頭がさがる。

まさに聖職である。

いつも支えてくれる介護士の人達に心から感謝したい。

荒巻 静枝