



# 鶴林

5月



第421号  
平成26年5月1日  
社会福祉法人 鶴林園  
〒675-0303 兵庫県 加古川市  
志方町細工所1086番地  
TEL 079-452-0524  
FAX 079-452-2461  
<http://www.kakurinen.or.jp>  
Eメール info@kakurinen.or.jp

## ★理事長の間わず語り★

### 「 徒歩十分 」

「徒歩十分」。これは、先週の土曜日に見た新聞の折込み広告に掲載されていた一文である。通常、人間は、四キロメートルを一時間で歩く、と言われている。

それでは、十分では、どれぐらいの距離かと思ひ、知合いの不動産さんに電話をして尋ねてみると、不動産の売買では、一分で八十メートル、十分だと八百メートルということになるそうで、駅から十分だと近い方ですね、と言われた。

十分で八百メートル。八百メートルを十分。十分で八百メートルを歩ける、ということだが、この他にも十分あれば何が出来るのだろうかと考えてみた。

直ぐに浮かんだのが、講演前の十分である。原稿を読み直してみるのには、丁度良い時間かも知れないし、高ぶった気持ちを落ち着かせるのにも丁度良い時間かも知れない。

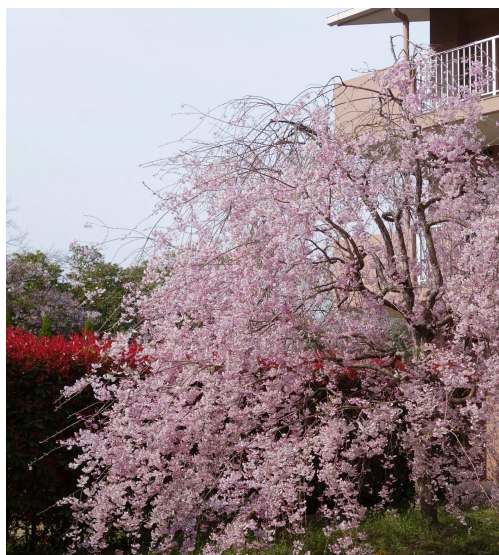
テストでは、あと十分は、最後の見直しの大切な時間になることだろう。そんな事を考えてみると、この十分というのは、人にとっては、大きな大きな、長い長い時間かも知れない。

君だったら十分あれば、何をしますか、と問われた時、直ぐに答えることが出来るだろうか。そういった機会が度々ありすぎるがゆえに、この大切な十分という時間を蔑(ないがしろ)にしているのではないだろうか。

今度は、八百メートルという距離である。今居る所から八百メートルはどの辺りなのかと見渡しても、なかなか見当がつきにくい。

普段から歩くことの少なくなった最近では、ちょっと其処までといっても、直ぐに車に乗り込んでしまっている自分を振り返ってみると、この距離感さえも喪失してしまっているのではないだろうか。

十分、十分と考えている中に、十分あったら、朝寝坊の布団の中に潜り込んで、あと十分と、自分に言い聞かせている姿を想像すると、またしても嫌な自分が浮かんで来てしまった。



しだれ桜  
(鶴林園本館ロビー中庭)



# デイ・センター

# 5月のお楽しみ



# 養護



- 1日(木)・14日(水)・30日(金) チーム対抗物送りゲーム
- 2日(金)・7日(水)・12日(月) 壁画作り
- 3日(土)・17日(土)・31日(土) 出張パン販売
- 5日(月) 端午の節句 卓上こいのぼり作り
- 6日(火) 和太鼓 安井だいこ様 来園
- 8日(木) 歌・ギター演奏 シルバースターズ様 来園
- 9日(金)・27日(火) 手作りおやつ「抹茶蒸しパン」
- 13日(火) 音楽療法 川鶴様 来園

- 15日(木) 琴 志方公民館 琴サークル様 来園
- 16日(金)・21日(水)・26日(月) 26日(月)・29日(木) 工作 手作りあじさい作り
- 19日(月)・23日(金) ワイワイ喫茶
- 20日(火) 日本舞踊 なかよし会様 来園
- 22日(木)・28日(水) 育てようお米作り
- 24日(土) 歌・ギター ジョイアス様 来園

毎週土曜日 ふれあいの日 (除く24日)

## 特養



- 6日(火) 衣類販売
- 13日(火) 音楽セラピー
- 14日(水) 祝膳の日
- 21日(水) 誕生パーティー
- 23日(金) アニマルセラピー
- 27日(火) 音楽セラピー

毎週土曜日 喫茶  
毎週土曜日・日曜日 レクリエーション  
第1・第2・第4日曜日 出張理美容

- 5日(月) ふれあいタイム 生き生き生活推進委員会
- 6日(火)・16日(金) 衣類販売
- 10日(土)・24日(土) 出張パン販売
- 13日(火)・27日(火) 大正琴クラブ
- 14日(水) 誕生会
- 18日(日)・21日(水) アクティブクラブ
- 24日(土) お楽しみクラブ
- 23日(金)・30日(金) 外出・外食ツアー

毎週火曜日・金曜日 ティータイム  
毎週水曜日 書道クラブ  
毎週木曜日(除く8日) 出張販売  
毎週土曜日 喫茶  
毎週日曜日 カラオケクラブ 出張理美容



「笑いの効用」(笑いは副作用のないクスリ!)

- ① ストレスホルモン(糖尿病・高血圧・メタボリックシンドロームの一因)の分泌が減少
- ② 免疫細胞が活性化し免疫力が高まる
- ③ 血圧や血糖値を抑える
- ④ 笑うときに、胸・お腹・腰・背中などの筋肉を使うので筋肉トレーニングになる

なお、「作り笑い」でも同じように身体が活性化されるそうです。



4月18日は鶴林園の創立記念日でした。(4頁に掲載) 創立者は、この地を「二年中花笑い、小鳥のオーケストラで、武陵桃源(平和な別天地)にしたい。」と念願していました。

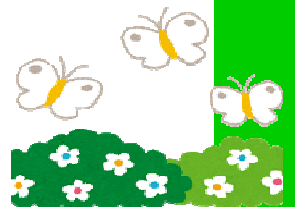
鶴林園の花々が皆さんに一斉に笑い掛けています。 私たちも負けずに笑顔で、毎日を過ごしましょう!



## 皆さん 笑っていますか?

園庭の季節の変化に眼を向け、出来る範囲で身体を動かしましょう!!

5月は、花の数が一番多い月とされています。皆さんは、どんな花々を思い出されるのでしょうか。また、「みどりの日」の趣旨は、「自然に親しむとともにその恩恵に感謝し、豊かな心を育む」ことです。



## 5月 皇月(さつき)

- 2日(金) 八十八夜
- 3日(土) 憲法記念日
- 4日(日) みどりの日
- 5日(月) 立夏 端午の節句 こどもの日
- 10日(土) 愛鳥週間
- 11日(日) 母の日
- 31日(土) 世界禁煙デー

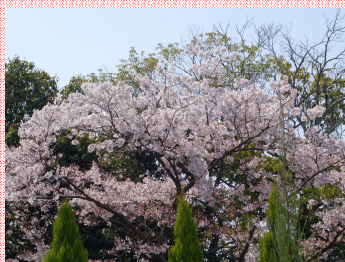
## お花見会

春本番を告げるサクラ。例年より見事に開花したサクラには、誰もが思わず顔をほころばせ、心豊かなひとときを過ごしました。

隣接城山台団地



園内



桜の下で  
投扇興  
(デイ・センター)

日岡山公園



約1500本の桜の名所

志方東公園



ゲートボールも楽しみました

## 日帰りツアー（養護）

ご利用者39名が岡山県の鷺羽山ツアーに参加されました。天候に恵まれ、瀬戸大橋を始めとする壮大な景色に感嘆の声！また 美味しいお料理に舌鼓！ 皆さん大喜びでした。

「次は、どこに行くの？」と、早くも次回ツアーを楽しみにされているようです。



## 第34回 鶴林祭(3月30日)

特養開設20周年を記念して開催した今回の鶴林祭、前回は上回るご利用者・ご来園者約450名の方々に終日賑わいました。レインボーホールでは、恒例の大正琴クラブ・カラオケクラブのほか、特養から、昨年デビューした赤いベレー帽のコーラスグループが登場。

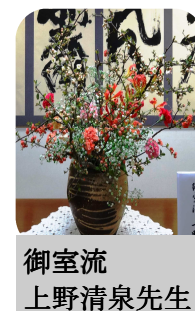


「365歩のマーチ」など3曲を熱唱、お馴染みの「ふるさと」は会場の皆さんとの大合唱で、和やかな雰囲気になりました。

午後は、志方中学校音楽部、和太鼓集団「夢」の皆さんのリズムカルで、迫力ある演奏が続き、快い躍動感に浸ることが出来ました。



ト리는、加古川市在住の演歌歌手晴香うららさん。舞台を降りて会場の皆さんとも交流、拍手・歓声の渦があちこちで～。



御室流  
上野清泉先生



玄関受付ひとこま



生け花クラブ



喫茶コーナー

鶴林祭の大きな目的は、ご利用者の日々の生活を皆様方にご理解していただくこと。「クラブ活動展示コーナー」「事業紹介コーナー」「介護相談・福祉用具展示コーナー」等にも大勢の皆様にお立ち寄りいただき感謝申し上げます。



介護相談

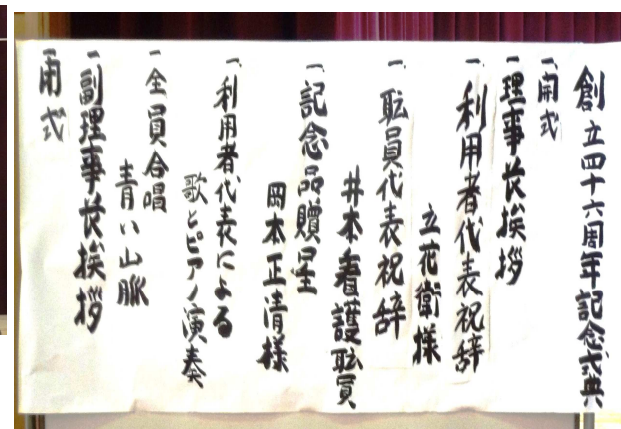


ご利用者作品展示



訪問入浴体験





創立四十六周年記念式典  
 4月18日、鶴林園創立  
 46周年記念式典を開催し  
 ました。  
 ご利用者手作りの縁起  
 の良い記念品「ひょうたん」の贈呈や97歳ご利用者による歌・93歳ご利用者によるピアノ連弾などご利用者が中心となった創立をお祝いする会となりました。



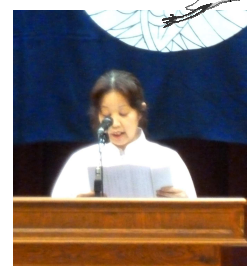
理事長あいさつ



記念品贈呈



ご利用者代表による歌・ピアノ連弾



職員代表祝辞



ご利用者代表祝辞

是 園

- 一、 思いやりしましょう  
 ○ 同じ目線の共感・感謝で  
 心のふれあい・まごころ交流
- 一、 あいさつしましょう  
 ○ 笑顔で、目と目の  
 活発コミュニケーション
- 一、 心のよりどころを持ちましょう  
 ○ 強い信念・使命感で  
 日々挑戦・日々前進

社会福祉法人 鶴林園



今年の新卒職員は9名、中途採用者等を含めた15名に対し、3日間の新入職員研修が開催されました。  
 鶴林園の理念や歴史、ビジネス・概要、介護技術の基礎、就業規則等々について実技も交え学びました。  
 今年は、事業の概要については各事業所に向いて説明を聞くこととしましたので、従来以上に皆さんの理解が深まったようです。



「グループディスカッション」コミュニケーションが図れ親近感が増します～



「実践ビジネスマナー」早くも笑顔で～

皆さま、何卒よろしく  
 お願い申し上げます。  
 新入職員一同

しょうぶ湯（訪問入浴サービス）

しょうぶ湯は、薬湯の一部です。端午の節句は、春から夏への変わり目と考えられており、昔から季節の変わり目は、体調を崩しやすいと言われています。  
 今年も鶴林園訪問入浴サービスでは、5月1日から7日まで、しょうぶ湯サービスをご提供します。  
 血行促進・保湿の薬効があるしょうぶ湯をぜひご利用ください。



お問い合わせ・お申込み  
 079・452・0524 近藤

編集後記

初々しく緊張した面持ちだった新入職員の顔つきが、少しずつ変わってきました。  
 ご利用者の名前、顔、状態、対応の仕方、一日の流れ、必要な物の置いてある場所等々、とにかく覚えることばかりで気の抜けない毎日の連続だと思えます。  
 みんな笑顔を絶やさず頑張っていますが、少し気疲れも出てくる5月です。

身体は自然に慣れて行くものです。焦らずじっくりと身体を慣らすこともとても大切です。  
 それぞれの成長を楽しみに見守っています。  
 皆様どうぞよろしく願います。

(典)

