

令和6年12月28日発行

社会福祉法人 慈生会 マ・メゾン光星

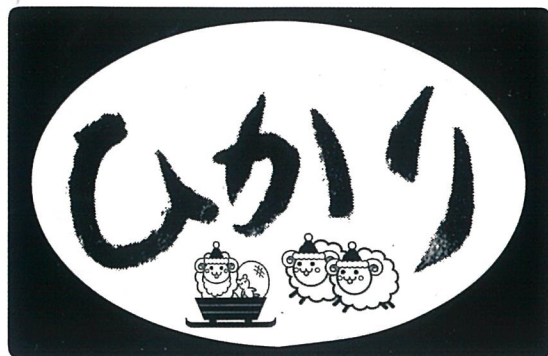
〒329-3224

栃木県那須郡那須町豊原乙1189

TEL0287-77-1013 / FAX0287-77-0996

URL: <https://www.m-kousei.org/wwwhome/>

E-mail: kousei@jiseikai.jp



心に真摯に向き合って



支援課長 田村 綾

みんなが楽しみにしていたクリスマスが終わると、今年も残りわずかです。2024年は皆様にとってどのような年でしたか？

たくさんの方々が暮らすマ・メゾン光星では、日々楽しいこと、悲しいこと、嬉しいこと、たくさんの方々の出来事と溢れる毎日です。

コロナの流行から5年…今年のマ・メゾン光星での嬉しい出来事のひとつはなんといっても一泊旅行の復活ではないかと思えます。

少しずつコロナ以前の日常を取り戻しつつあったものの、コロナ感染症の発生を何度も経験している私たちにとって、人が多い観光地への一泊旅行はハードルが高く、しばらくは慎重な姿勢を取らざるを得ない状況でしたが、今年こそは！と早い時期から希望を聞きとり、実施へ向けて進めることが出来ました。

旅行の話は、利用者の方達はもちろんですが、職員もワクワク嬉しそうな姿が多くみられ、出発時にの見送りであるバスの車窓はみなさん一様に満面の笑顔で、「行ってきます」と元気に手をふっています。

デイズニールランド、東京ドームでの野球観戦、日光・鬼怒川への温泉旅行と、それぞれの希望の旅ができ、ようやくコロナ前の楽しみが戻って来たなあ、と嬉しくなる瞬間でした。

帰省、行事、外出や旅行と、感染対策をしながらも少しずつ以前の日常を取り戻し、私にとっては改めて、いまある当たり前“への感謝を忘れずにいたいと思う一年でした。私が所属するめぐみファミリーでは8月に長年在籍されていた利用者さんが約3カ月半の病院での闘病を経てお亡くな

りになりました。それぞれの職員が面会に行くたびに病状の変化に一喜一憂しながら、私たちにできることがあまりにも少なく胸が締め付けられる思いでした。その方の明るく朗らかな笑顔と元気な声がめぐみファミリーからなくなってしまい、いまだに悲しいです。当たり前に暮らすことの尊さを感じずにはられない出来事でした。

冒頭でも触れましたが、多くの方々が生活するマ・メゾン光星では、楽しさや嬉しさばかりでなく悲しいことや怒り、といった様々な思いを目の前に、自分自身も心を振らされることがたくさんあります。

良いことも悪いことも、生きている中で感じる当たり前の気持ち、お一人おひとりの“心”に真摯に向き合い一緒に過ごしていきたいと思っています。私にとっては、大きな悲しいことも、たくさんの嬉しいことも、変化も、いろいろなことがあった一年でした。新しい年はどんな一年になるのでしょうか。

戦争が一日も早く終わりますように、みんなが元気で過ごせますように、ダイエットが続きますように…。

と、たくさんの方々のことを願わずにはられない年の瀬です。欲張り過ぎず、いまある当たり前と自分を取り巻く身近な人、ものに感謝しながら新しい年を迎えたいと思います。

皆さんにとっても良い一年となりますように。



★カトリックコーナー

クリスマスと新年の

お喜びを申し上げます！ Sr. 林聖子

マ・メゾン光星は、クリスマスミサ・聖劇を大切な行事として捉えています。

聖劇は、祈りの劇として、毎日練習というより祈りとして役割を頂いた方が集まります。職員も利用者の熱意に誘われて練習に取り組んでいます。

イエス様が生まれる場面は聖劇の中でも重要です。神様の子供が飼い葉おけのある場所で生まれたからです。神様の子供だったら、もっと立派な場所で生まれるとみんな思っていたでしょう。それは神様の思いと違いました。

神様は、イエス様が私たちと同じ姿で生まれることで、イエス様が、私たちと同じ人間になってこの世に生まれ、私たちと一緒に歩んでほしかったのです。それは神様から私たちに与えられたこの世界で一番大きなプレゼントだったと言えるでしょう。

そして、イエス様の誕生という大きなプレゼントを最初に受けとったのが、羊飼いだっただのは、やはり神様の思いだったのです。

当時の羊飼いは救いとは縁がないと思われていた人たちでした。そんな彼らが真っ先に「救い主」の誕生を告げられたのです。その喜びはどれほど大きかったでしょう。

今の時代、羊飼いとて同じか、それ以上



に苦しんでいる人たちがたくさんいます。戦争や地震や洪水で家族を失った人、食べ物がないで苦しんでいる人、そういった人たちがたくさんいます。そんな人たちの為にイエス様はお生まれになったのです。

世界中の苦しんでいる人たちにイエス様の誕生の喜びがありますように。

週刊「こじか」より
川上栄治聖ドミニコ修道会司祭

どうして神様の子が、家畜小屋に生まれることになったのでしょうか？

これも神様の計画になっていたこととして捉えています。それはどんな人でもイエス様を拝みに行くことができるように、特に貧しい人、困っている人、苦しんでいる人を、カトリック教会は、寄り添い、大切にすることを神様は希望みだからです。

毎日のニュースで、ロシアのウクライナ侵攻、イスラエル、ガザの紛争、気候変動で自然災害などが一日も早く改善されるように祈りたいと思います。

帰省解禁

家族会 高橋 真

パンデミックとしてのコロナはほぼ終息し、年3回の帰省以外に週末の帰省も認められるようになり、ほぼ規制前の状態に戻った。しかしこのコロナの期間に自分の環境が大きく変わった。

仕事は職務内容が変わり、土日にも仕事が入るようになった。また、もう一人の娘（夫婦）に家を渡し、住居も変わった。

コロナ前は月に一度は土日の帰省で会っていたが、今はそれがなかなか叶わない状況になっている。年3回の長期の帰省しか会えない事が心苦しい。

そんな中、光星祭が行われた。あいにくの雨模様だったが、食数を増やした家族会の焼きそばも皆様のお陰で完売した。

ありがとうございます。

久しぶりに娘と光星の施設を見て回った。ホールの動画に光星の歴史の深さを知り、改めて娘は良い施設でお世話になっていると実感した。

「時が流れれば環境は変わるもの」

これを後ろ向きに捉えず、なんとか時間をつくって娘に会いに来ようと思った。



この度、家族会よりテントを3張り寄贈して頂きました。ありがとうございます。

光星祭2024

去る10月6日に一年間の収穫を感謝する『光星祭2024』が開催されました。

テーマは「ありがとう、共に歩んだ60年、つながる心ひろがる未来」

今年は創立60周年を迎えるということで、60年を祝う前日祭『60周年記念イベント』も合わせて計画されました。

長いコロナ感染の流行が続き、昨年度はやっとご家族様をお迎えできましたが、今年度は、慈生会関係者の参加と、よさこい踊りチームの皆さんにはステージ参加を頂くことができました。

少しずつ以前の光星祭に近づいていることに喜びを感じつつ、ご利用者様の体力面の心配や、以前の光星祭を知らない職員が増えたことで、今までのような光星祭ができるのか等、不安の多い中で開催もありました。

それでも、実行委員はじめ全職員がテーマに向かって心一つに準備していくことが出来ました。

当日は生憎の雨模様。しかし開催したことで見えてきた課題や、未来に向かいご利用者様、ご家族様の想いに心を寄せた新しい光星祭を考える機会となりました。

ご来場を頂いた皆さんに心より感謝を申し上げます。

記 面川浩美



●つながるひろがるアート展2025のカレンダーも販売中です。是非応援をお願い致します。



●今回入選し、展示される作家さんです。

大沼一展 斎藤宏幸 平山拓朗 木村淳 三森透
中森和秀 指田邦雄 山口直道 木村良治 阿部忠
櫻井秀光 後藤雅之 村田和司 角田和俊 鈴木郁美
中村良三 岡部恒夫 柳剛
吉田政行 青山信之

マ・メゾン光星と那須地域在住の作家たちの作品約60点が展示されました。みなさん一人ひとりの個性ある素晴らしい作品が並び、来場者の方々は感動していました。

記 佐藤謙太郎

●つながるひろがるアート展が行われました。

◎那須まちづくり広場 11月2日～11月29日
◎ギャラリーバーン 11月16日～11月30日

アートギャラリー

【お知らせ】

第10回栃木県障害者芸術展「Viewing展2025 @栃木県総合文化センター」が開催されます。

【期間】 令和7年2月1日(土)～2月6日(木)
【時間】 午前10時～午後4時(最終日は午後3時迄)
【場所】 栃木県総合文化センター第4ギャラリー
(栃木県宇都宮市本町1-8)



那須どうぶつ王国へ行ってきました。
7月とはいえ真夏の暑さでしたが利用者さんたちはとても元気。動物におやつをあげたり、お厩にアニマルランチプレートをお願いしたり、充実した旅行となりました。

記 藤田貴代

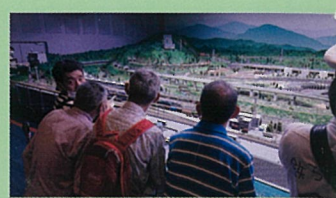
7/18

(日帰り)

那須どうぶつ王国



鉄道博物館
THE RAILWAY MUSEUM



7/12

鉄道博物館

(日帰り)

鉄道博物館に行ってきました。
昔、運転士さんだった方のガイドツアーに参加し、展示車両の説明を聞くだけでなく座席に座ってみたり、黒磯駅や白河駅の話をしたり、皆さん時間の限り楽しみました。

記 和田加奈子



特集



東京ディズニーリゾート
ディズニーシーとディズニーランド。この二つの夢の国で過ごす時間はワクワクドキドキの連続でした。
新アトラクション『ファンタジースプリングス』のチケットが完売したのは残念だったので、お目当てのアトラクションに乗り、たくさんお土産を買いきり、みんな大満足でした。

記 大平雅士

9/24~25

(宿泊)



日光江戸村
日帰り旅行で『日光江戸村』に行きました。
その日は日差しが強く気温も高くて、みんな日焼けして食べたかき氷は格別でした。
忍者ショーでは大きな火薬の音で迫力満点でした。
花魁道中では綺麗な花魁に身を乗り出して、下がるよう係の方に言われる場面もありました。
「また来ようね。」と皆から言ってもらえて、楽しい旅行でした。

記 津田可奈

9/19

(日帰り)



日光江戸村

会津鉄道

(日帰り)

10/16

会津鉄道の旅行に行ってきました。ドライブで紅葉が始まった景色を楽しみ、昼食は喜多方ラーメンに舌鼓し、鉄道の旅を楽しみました。また、みんなで鉄道に乗りに行きたいです。

記 大賀翔平



なががわ水遊園

なががわ水遊園に行ってきました。
透明なトンネルに驚き、「水があるから歩けない!」と怖がる方もいらっしやいましたが、ランチやアイスを食べてゆつくりとした時間を過ごせました。

記 手塚晴香



10/22

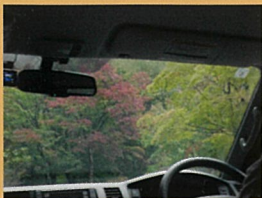
(日帰り)

塩原温泉

(日帰り)

10/22

温泉大好きメンバーで、美肌の湯「あかつきの湯」でヌルヌルすべすべ芯までほかほか、見晴らしよい露天風呂も入り、みんなリフレッシュ! 大広間での食事、道の駅アイスを味わい、雨の中でしたが足を延ばして、塩原渓谷の紅葉を観て笑顔いっぱい秋を満喫してきました。記 酒井律子



東京デイズニースー

(日帰り)

9/24



旅行

5年ぶりの、ずっとずっと楽しみにしていたデイズニースー旅行の念願が叶い、お天気にも恵まれ、皆さんキラキラした目で楽しんでおられました。旅行にハプニングはつきものですが、いつもと違った一面も見られ、とても楽しい思い出となりました。

記 井上友美

野球観戦

(宿泊)

ジャイアンツファン10名で東京ドームへ!



6/30~7/1

まずは推しの選手グッズの購入を楽しみ、試合は熱戦で一喜一憂しました。結果ジャイアンツが勝利し、みんなで万歳!
ホテル三日月「竜宮亭」の大浴場でリフレッシュし、夕食朝食共にビュッフェスタイル。各々好みの食事を堪能しました。
翌日の海ほたるでは広い海原に目を奪われ、スカイツリーの展望デッキでは眼下を眺め大興奮。そして最後の一言、「またみんなで行きたいね」

記 三原久夫



鬼怒川温泉

(宿泊)

11/18~19

2日間ともに天候に恵まれた旅行になりました。

久々の1泊旅行ということもあり、皆さん前日から楽しみだとの声が多く、企画した甲斐があったと強く感じました。

1日目は日光江戸村に行き、花魁や忍者など非日常を感じることが出来ました。宿では暖かい温泉と宴会で美味しい料理に舌鼓を打ちました。

2日目は花いちもんめに行き、たくさんのお花や小動物を愛でることが出来ました。

いつもとは違う2日間になり、皆さんとてもリフレッシュしていました。

記 伊藤裕稀



ベタニアの家 チャリティーコンサート

12月10日（火）ベタニアの家チャリティーコンサートに行つて参りました。

今回は特別養護老人ホーム 聖家族・聖ヨゼフ老人ホームの改修及び一部改築の為のチャリティーとして、中野区野方区民ホールにてジャズコンサートが開催されました。

マ・メゾン光星からは4名の利用者が参加され、会場でご家族と合流し、共に過ごす貴重な時間となりました。

ジャズスタンダードから歌謡曲までバリエーションに富んだ内容で、演者の方もプログラムに無い曲を追加したり、曲からクイズを出したりと、『HAPPY JAZZ TIME』

と銘打たれた通りの楽しい演奏で会場を盛り上げて下さいました。

利用者様も存じの曲に合わせ口ずさみながら、満面の笑顔で手拍子を叩いていらつしました。尚、同会場では羊の丘工房のクッキー、つながる広がるアート展力レンダーを販売させて頂き、売上からご寄付させて頂きました。

大勢の方にご協力頂き感謝致しております。有難うございました。

記 小林祐子



自治会だより

10月の自治会の活動として、自治会のメンバーによるマ・メゾン光星周辺のゴミ拾いを行いました。前々からやりたいことのひとつとして挙げられていたもので、メンバーのやる気は非常に高かったです。

10月としては温かな気温の中、各自ゴミ袋を持ち、ゆつくりと1時間ほどかけて道路、草むらの中などのゴミ拾いを行いました。

途中で動物の足跡などもあり、「熊だったら怖いね」などの話も出て、楽しみながら行うことが出来ました。回収したゴミは少なかったですが、「普段から清掃しているから綺麗だね」と笑顔も見られていました。

次回もやりたいねとの言葉も聞かれ、清掃や美化活動への意識の高さが見られました。

記 山田圭也



焼き芋 焼けたよ！



窯から立ち上がる煙が落ち着き始めたところに、サツマイモを窯の中に入れ、いざ焼き芋作りの始まりです。今年も、だいち班で作ったサツマイモを使用して焼き芋を作りました。

この時期になると、「今年のさつまいもはどうか？」、「美味しく食べてもらえるかな？」など色々なことを考えてしまいます。結果は、「美味しかったよ」と笑顔で言ってもらえて良かったです。

来年度は、今年以上に美味しい焼き芋が出来るように、努力していきたいと思っています。

記 津田正和



総合防災訓練

11/14

総合防災訓練は、《通報訓練》《避難訓練》《消火訓練》、これら3つ以上を同時に行う訓練のことを言います。

今年も消防署員の方々に立会ってもらいアドバイスをいただきました。

めぐみFより火災発生。避難の際、怪我人が出た想定で、タンクで怪我人を運んだり、各ファミリー設置の消火ポンプを引き出したりする訓練を実施しました。タンクがどこに設置されているのか、タンクをどう組み立てるのか、訓練を通して改めて確認しました。タンクが思うように組み立てられない、運びづらいなど、イメージ通り行かなかった場面が多数ありました。

しかしこれらうまく行かなかった経験こそが大切で、ではどうしたらいいのか考えたことが有事に生きます。

緊急の場合、タンクではなく毛布などに怪我人を乗せて運ぶと効率的で素早く避難できることを学びました。また消防署員の方より、火災発見から避難行動まで正しい対処法を教わりました。

こういう積み重ねにより、いざという時、正しい行動につながることを実感しました。



いざという日のために 訓練しています。

防災責任者 大平 雅士

大きな地震により電気・ガス・水道の供給がストップしてしまったという想定で炊き出し訓練を行いました。この訓練には、

- ① 東日本大震災を思い起こしながら、食事を食べられることへの感謝を感じる。
- ② 備蓄されている非常食の入れ替えのため、消費期限の近い備蓄食を食べる。
- ③ 厨房設備のクリーニングに合わせ、厨房以外の場所でも食事を作る。
- ④ 新人職員に炊き出しさせることで必要な備蓄品の所在を把握する。

という4つの目的があり、大切な防災行事となっています。

今年は「デリバリーステーション」という防災用大釜による炊飯と大鍋カレー作りとなりました。

災害を思い起こす機会なのに、カレーが美味しく出来たこともあり、利用者の皆さんは終始笑顔、お代わりをしている利用者もいました。

災害時も笑顔でいられることって大切だと改めて思いました。

炊き出し訓練

10/24

福祉避難所開設訓練

11/20

今年1月に能登半島地震が起き、改めて自然災害の恐ろしさを目の当たりにしました。

もしも那須町が大地震や洪水と言った自然災害に見舞われると、家屋倒壊の危険に伴って学校や公共施設内に避難所が開設されますが、障害者や介護を要するお年寄りは『福祉避難所』に避難することになります。その福祉避難所を開設するための訓練で、今年は『聖園那須老人ホーム』を舞台にして避難所開設の流れを確認してきました。

カトリック施設である聖園老人ホームは、避難所として『アルスの家』の各居室と那須教会の礼拝堂が開放され、そこに簡易テントが組み立てられました。

避難所設置と避難者受け入れのためのアクセスメントをどう取るかが、毎回課題になっているのですが、最終的には、自分たちも被災している状況下、何人のスタッフを避難所担当に回せるか、避難者に対し、入所者と同じレベルの支援が提供できるかが課題となります。

今年度で3回目となるこの訓練、回を重ねる毎に開設まで迅速になってきました。そこで出た課題については、各事業所とも持ち帰ることにしました。



利用者歯科健診&職員向け口腔ケア指導研修

歯の健康を守るために

利用者歯科健診では、塚原医院・塚原先生・とちぎ歯の健康センターより歯科衛生士・塚原瑞穂さんに訪問していただき、約三十名の方に歯科健診を受診していただく事が出来ました。

先生からのご講評では入所施設である事から、食事の時間・生活のリズム決められていることが、虫歯の進行を抑制しているとお話がありました。慢性虫歯では急性虫歯よりも進行が遅く、今すぐに治療する必要はないとの事。しかしながら、歯の喪失原因である半分は虫歯と歯周病であり、受診者全員に軽度〜重度の歯周病があるとの事であった。歯周病の治療には定期的な通院での機械的清掃が必要になってくる。急性期症状（腫れ・痛み・グラつき）があった際には通院する方向性を職員間でも周知していく。

また、職員向け口腔ケア指導では、障害特性による口腔内の特徴を学び、仕上げ磨き・スポンジブラシの実習を行いました。今後の利用者支援につなげていくことがオーラルフレイルの第一の予防につながると感じています。

記 塩田晶子



新しい活動棟が完成間近です！！

これまで使用していた活動棟は撤去され、新活動棟が現在建てられています。

利用者の更衣室や陶芸の光工房、防災備品倉庫などが併設される予定です。完成が待ち遠しいですね。



2025年3月中旬完成予定

お知らせ

☆新任職員紹介

へいわファミリー所属

生活支援員 星裕樹さん

10月からお世話になっております。以前も入所施設で働いていました。その経験を活かして、利用者さんに寄り添いながら支援にあたりたいと思います。

医務室所属 看護師 星礼子さん

12月よりお世話になっております。皆さまと仲良く楽しく過ごさせていただきたいと思います。

♡赤ちゃんが生まれました。

生活支援員の岸賢人さんに、令和6年11月25日、双子の男の子の誕生しました。

お名前は

久人(ひさとくん) 2600g

叶人(かなとくん) 2530g

おめでとございます。



編集後記

日々寒さが厳しさを増す中ですが、皆様いかがお過ごしでしょうか。今、傍にいる方たちとまた新年を迎えられますよう、くれぐれもご自愛ください。

来年も皆様の素敵な笑顔が溢れる年になることを祈っております。

記 熊田和之

