# 12 ひだまりの家通信

vol.117
2025.12.15発行

良質な介護サービスの提供をめざして。

## 20年間続いている、毎朝恒例「北国の春体操」

9：30　お茶タイムの前、窓から陽がさしすがすがしい雰囲気のなか「北国の春体操」が始まります。
♪白樺　青空　南風　こぶし咲く　あの丘　北国の春
背筋ピンとし、両腕を伸ばし　体を動かします。

2階ユニットの皆さん、歌に合わせ両手を挙げて

3階ユニット　この日何人か微熱をだして居室で休息、それでこの数となりました。残念!

♪ああ～北国の春「両手を挙げて…」の掛け声で

体操終わって「なんか疲れた」とSさん

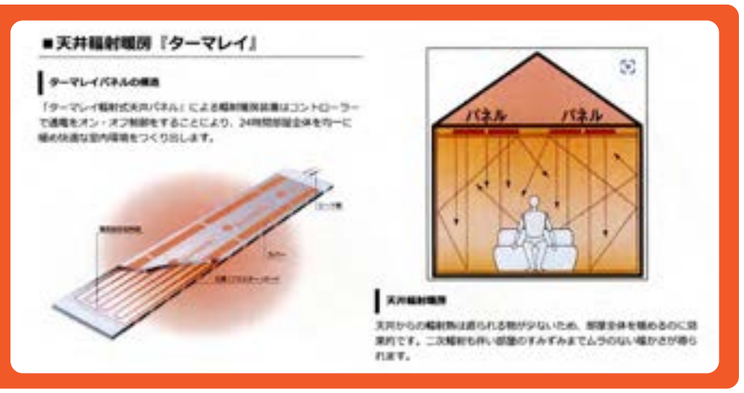
「次、どうだっけ」ー呼吸のOさん、Kさん

♪あの故郷へ帰ろうかな～
秋田のふるさとを思いだしてのYさん

静かに、ゆっくりのFさん

## 遠赤外線 天井輻射式暖房

ひだまりの家の暖房は「遠赤外線天井輻射式暖房」といって、施設の全天井に「ターマレー輻射パネル」が引きつめられています。健康にいい遠赤外線の放出により体の芯から暖まる暖房です。空気を汚さず、風もでない、火も使わない「省エネ・エコ暖房」です。




## 秋の夕景

朝は「東」山越しイタンキ方面から、昼は「南」工場群から、そして、夕方は「西」測量山、室蘭港方面から、ひだまりの家の名の通り一日中陽が差し込んできます。
ごらんの通り秋の夕焼け風景は、白鳥大橋、大黒島の上空を茜色に染め、眺めていて何ともいえぬ無常観を感じさせます。

## 新入居者様紹介

S.Y.さん（95歳）
十勝の忠類村のご出身。21歳ご結婚で室蘭へ。お住まいはみゆき町、長らく花屋さんに勤務されていたのでお花のことはとても詳しいです。とっても穏やかな方です。

## 11/3 文化の日

### 御崎町会「文化展」出展

毎年恒例の文化展の出展、会場には「ひだまりの家コーナー」が設けられ、貼り絵が展示され好評でした。

## 今月のディスプレー 12月

師走12月、いち早くクリスマスの飾りつけが始まりました。「あまり華美にならないように」（総務佐々木）と遠慮しつつも、狭いスペースで豪華な飾りつけです。

## シリーズ25 職員スタッフ 私の趣味・特技

### 村瀬 恵里

3階「空」ユニット常勤スタッフ
介護福祉士

令和6年3月入社

いや～　96点の好スコア、気分も最高。
次はパーフェクトめざさなくちゃ!

趣味っていえばカラオケですかね。よくカラオケボックスへ行きます。
歌うと評価が採点となって表れ、好スコアだと大喜びしてはしゃいでしまいます。
いろんな歌に挑戦しながら、高得点でるよう研究しています（笑）
私にとってストレス発散にもなって最高です。

**【仕事への抱負・意気込み】**
ひだまりの家に入って早や2年近くが経過しました。
毎日、入居さんの笑顔を見ると自分にも元気が湧き、やる気も起こってきます。
仲間のスタッフとも円滑な仕事ができていて、さらに良質なケアに励んでいきます。

## 新スタッフ紹介

### 細木　美幸

パート職（介護福祉士）

市内の高齢者介護施設で長らく従事していたベテランスタッフです。入居者さんにやさしく寄り添う姿は好評です。趣味は日ハム野球観戦、“新庄いのち!”熱血ファン。

コーヒーブレイク
「岡嶋さん、コーヒーおいしいですよ。どうぞめしあがれ」

## 第3回　運営推進会議

◆日時／令和7年10月27日（月）
◆会場／室蘭市市民会館　2会議室

参加者
ご家族代表）鎌田　美幸様（2階　角野緑様）
地域代表）　定廣　真理様（民生委員）
　　安達　俊也様（町会役員）
室蘭市高齢福祉課　金沢　恒輝様
包括支援センター母恋　武田　智子様
ひだまりの家）ケアマネジャー　藤枝　一郎
　　管理者　加藤　正之
　　介護福祉士　村瀬　達郎
　　事務総務　佐々木　珠乃

◆議案◆・入居状況・各種ウイルス感染予防対策
・緊急津波避難警報・周辺のら猫対応など