

# 雪つばき

第21号

令和6年2月発行

社会福祉法人 松代福祉会

〒942-1527

新潟県十日町市太平664番地4

TEL: 025-597-2020

FAX: 025-597-2041

E-Mail: hokuhokunosato

@athena.ocn.ne.jp



## ～千手さくら保育園発表会～

「ねずみのよめいり」大成功!がんばりました!



### 『雑感』

理事長 鈴木 裕之

はじめに、能登半島地震により被害を受けた皆様に心よりお見舞い申し上げますとともに、被災地の日も早い復旧・復興を心よりお祈り申し上げます。

さて、年も改まり辰年となりました。陽の気が動いて万物が振動するので、活力旺盛になって大きく成長し、形がとこのう年だといわれています。十二支の中でも最も縁起が良い干支とされており、運氣が上昇して夢が叶いやすい年ともいわれているようです。

辰といえば竜や龍を思い起こします。関連することわざを少し調べると【竜頭蛇尾】頭は竜なのに尻尾は蛇、初めは勢いがよいが、終わりは振るわない。期待外れの結果に終わる。【画竜点睛を欠く】睛は、瞳や黒目の意味だそうで、竜の絵を描き、睛を点ずれば完成なのに欠いてしまっ、最後の仕上げができていない。肝心なところが抜けている。といずれも始めから終わりまで全てよしとは言い難いものがあります。愛読書の三国志の中にも【伏龍鳳雛】（臥龍鳳雛とも呼ばれている）諸葛孔明と龐統士元を指しますが、二人の大軍師を持ってしても悲願成就とまではいかなかったようです。

これらを合わせて考えると運氣に任せ、やみくもに舞昇っても後が続かないぞと諭されているようです。状況を適切に判断して、長久の判断行動がとれる学習の年にしていきたいと思います。

最後に地域の皆様のご健康とご多幸をお祈りし、乱文ではございましたが筆をおかせていただきます。

# 敬老会

今年も  
たくさんの方が  
長寿の表彰を  
されました



いい笑顔

# ほくほくの里 広域型

# ハロウィン

職員も利用者も  
仮装を  
しました



# 納涼会

トマトすくい  
宝引き  
キュウリの一本漬け  
盆踊りを  
楽しみました



トリック  
オア  
トリート

# 文化祭



# 食べ物イベント

出前の日  
焼き芋  
おにぎりバイキング  
食欲の秋  
(´~`)ﾂｯﾂ



うまい!

# クリスマス会

サンタクロースが  
プレゼントと  
幸せを運びます♡



ハッピー  
クリスマス



# ほくほくの里 地域密着型



## 敬老会



何狙う?



## 納涼会



## 料理

すよと  
一杯!

いただき  
ま〜す

職員お手製の射的や  
お祭りメニューで  
夏満喫!



畑でとれた野菜で  
かぼちゃのケーキや  
サツマイモパイ  
春に干したぜんまいで  
お汁作り(^^♪



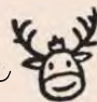
## 門松作り

折り紙で  
リース作り



## クリスマス会

飾りを作って  
サンタを  
おもてなし



# デイサービスセンターほのぼの園

## 手作業レクリエーション

秋の月見の壁紙作りを行いました！  
秋らしい壁紙になって、皆さん上手に出来上がりました。  
満月の中に俳句を書いて下さる方もいました。



## 機能訓練の風景

冬もリハビリ頑張ってます！



## 空き時間の対戦



## 秋の紅葉見学

ピース！



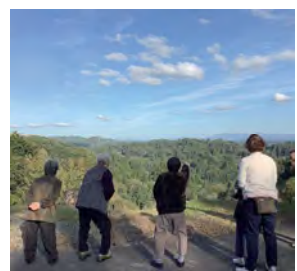
山々の紅葉が色づいた  
10月の午後、清水の  
棚田までドライブへ行  
ってきました！



# デイサービスセンターつるかめ園

## 〔清水へドライブ〕

天気の良い日にドライブに行ってきました！



## 〔午後のレクリエーション〕

コスモス作り



ぶどう作り



クリスマスリース作り



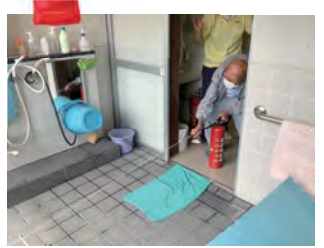
牛乳パックタワーゲーム



クリスマスリースは  
地域の方と  
一緒に作りました！

## 〔防災訓練〕

利用者様にも消火器の使い方を確認して  
いただきました。皆様真剣です！



文化祭見学





# しぶみの家



しぶみの家の8月～1月の活動を紹介します！

## 8月 (調理実習)



ベジキっちんの方がしぶみの家に来て下さり調理実習をしました。おいしい押し寿司を作って食べました。



## かみめぼうき (神目箒)



今年も『神目箒』の実取り作業をさせていただきました。爽やかな香りに包まれて作業しました。

## 9月

## 10月 (松之山産業祭出店)



4年ぶりに松之山産業祭へ出店しました。製品の説明をしたりして頑張りました！



## (収穫祭) 11月



収穫祭をしました。しぶみの家で穫れた野菜を使って料理を作りました。

## 12月 (クリスマス会)



ケーキを作って食べたり、ピンゴをしたり楽しい時間を過ごしました^^



## (仕事始め) 1月



今年もしぶみの家を、宜しく願い致します。いろいろな作業をがんばるぞ～！



# まつだい保育園

こころ一つにバルーン  
“最高到達点”



おうちの方と一緒に  
“ジャンケン列車”



## まつだい保育園 運動会



ほくほく線に乗って、めぐランドに行ってきた  
らいおん・きりんぐみです。  
帰りは、ゆめぞら号に乗れたよ(\* ˘ ˘)



スピード、ピュンピュン  
楽しい！



子どもvsおじいちゃんおばあちゃんと玉入れ対決



秋のお散歩、  
落葉でヒラヒラ カサカサ  
楽しいね！

ほくほくの里の“文化祭”に出掛けてきました



おいしそうだね♡



畑から採った枝豆を園に運んで  
一つひとつ丁寧に豆を取りました。  
半分は乾燥させ、節分の時の鬼退治に使用します。



秋に種をまいた大根を収穫したよ！！  
給食に入れてもらい、  
みんなでおいしく食べたよ！！  
育てることのおもしろさや収穫の喜び、  
食べる楽しさを味わい、  
感謝の気持ちを学びました。



生の大根  
めっちゃからい！



雪が降り園庭に大きな雪山ができました。  
外に出て新雪を歩き回り、雪山から滑り降りたり、  
ゆきだるま作りや雪合戦を楽しんでいます。  
雪国ならではの遊びをたくさん楽しもうね(\* ˘ ˘)



保育園まで運んで、  
きれいに洗い  
真っ白大根になったよ☆





# 千手さくら保育園



千手さくら保育園が今年度重点を置いてきた取り組みは二つ、『絵本』と『SDGs』です。今回はこの二つの取り組みについてご紹介します。

## 絵本

たくさんの絵本に触れて、大きな心に育ってほしい。たくさんの絵本の中から自分の大切な1冊を見つけてほしい。絵本を通して広がる心の世界を知ってほしくて始めた取り組み。絵本を通して様々な活動を行うことができました。



ホール中に並んだたくさんの絵本に子どもたちはワクワク！ピツとしてもらって、自分で借りる経験もとても新鮮でした！

### 情報館出張図書

#### 『絵本の日』



### 情報館川西分室へ

もっと本に触れたいとき、調べ物をしたいとき、身近な川西分室へお散歩がてら出かけます♪普段目にしない絵本に興味津々の子どもたちです。



### 絵本研修



職員も初心に戻り、絵本の読み方など、研修を行い学びました。



## 絵本と食育～絵本の中からとびだして～

『パンのひみつ』の絵本を読んで…

『しろくまちゃんのほっとけーき』の絵本を読んで…



『おにぎり』の絵本を読んで…



『おおきなかぶ』の絵本を読んで…



おにぎり作ったよ！

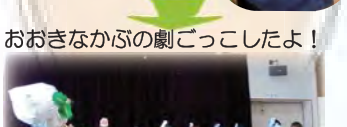
かぶを食べてみて…



ホットケーキ作ったよ！



おれたち3個食べた！



おおきなかぶの劇ごっこしたよ！

パンを作って～…  
食べたり、劇にしたりしたよ！



## SDGs (持続可能な開発目標)

SDGsといっても枠組みがとっても大きい…そんな中で千手さくら保育園が目にしたのは『もったいない』。『もったいない』を掘り下げると、自分たちの生活にたくさんあった、もったいない！



食べ物は大切。残すのはもったいない♪



食育集会で食べ物の大切さを学びました

水も紙も大切な資源。無駄使いはもったいない♪



水は手を洗っている間は止めるよ！



廃材でいろんなものが作れるよ！

空き箱、ペットボトル、まだまだ遊びに使えるもったいない♪



運動会や発表会の小物も廃材をたくさん使って自分たちで作ったよ！



ザ・ハイザイズ



# ◆職員研修◆

\* 職員研修の一部（メンタルヘルス研修会）を紹介します。

令和5年9月26日  
松代総合体育館にて

## 出張ヨガレッスン



職員のメンタルヘルス研修として、今年度はヨガのレッスンを行いました。『リラックス』することをテーマに、自律神経や深い呼吸について学び、気軽にできる椅子に座ってのヨガの実践をしました。

福祉業界はストレスの多い職場と言われており、利用者の方々に良いサービスを提供するためには職員の心身の健康が何より大切です。地域を支え信頼される法人となるため、職員一人ひとりが健康的で働きやすい職場となるよう様々な研修を実施しています。

## 寄贈ありがとうございます！



松之山女性ネットワーク様より、もち米、うるち米、タオルを頂きました。

### 【寄附・寄贈】

（順不同）

- \* 柳 研一様
  - \* 山岸 進様
  - \* 中沢 昇平様
  - \* 株式会社 第四北越銀行様
  - \* 株式会社 玉垣製麺所様
  - \* J A 十日町女性部様
  - \* 松之山女性ネットワーク様
  - \* 有限会社 サンクリーンコザカイ様
- ◇ 匿名でタオル等の消耗品を多くの皆様からいただいております。



◇ しぶみの家を応援して下さる多くの方々からもご協力をいただいております。

ご支援ありがとうございます。

（令和五年八月）

（令和六年一月）

## 社会福祉法人 松代福祉会

- \* 特別養護老人ホームほくほくの里（広域型・地域密着型）  
TEL:025-597-2020 FAX:025-597-2041
- \* デイサービスセンターほのぼの園  
\* ほのぼの園居宅介護支援事業所  
\* ほのぼの園ヘルパーステーション  
TEL:025-597-2390 FAX:025-595-6017
- \* デイサービスセンターつるかめ園  
TEL:025-597-3028 FAX 兼用
- \* 就労継続支援B型しぶみの家  
TEL:025-597-3516 FAX:025-597-3878
- \* 障がい者グループホーム松ぼっくり  
TEL:025-597-2333 ※平日の日中は「しぶみの家」へ
- \* 障がい者グループホーム第2松ぼっくり  
TEL:025-597-3533 ※平日の日中は「しぶみの家」へ
- \* 認定こども園まつだい保育園  
TEL:025-597-2178 FAX:025-597-2612
- \* 認定こども園千手さくら保育園  
TEL:025-768-2148 FAX:025-768-4852
- \* 高齢者生活支援ハウスゆうゆう荘  
TEL:025-597-2551 FAX 兼用

### 【ボランティア・慰問】

（順不同）

- \* ボランティアグループ ひだまり様
- \* 松代地区民生児童委員協議会様
- \* 松之山地区民生児童委員協議会様

◇ 感染対策に注意し、ご協力をいただいております。

ご訪問ありがとうございました。

（令和五年八月）

（令和六年一月）



### 【苦情等受付状況と対応】

\* 問い合わせ等の他はありませんでした。

（令和五年八月）

（令和六年一月）

サービス向上のため、気になるところなど何でもお問い合わせいただけます。

### ◆編集後記◆

😊 立春を過ぎましたが、まだまだ寒い日が続きます。冬の定番料理と言えは「鍋物」ですね。私のおすすりは「生姜風味のサバ缶みそ豆乳鍋」です。生姜は身体を温める効果があり、冬にはもってこいの食材です。肉や魚の生臭みを消し、肉を柔らかくする働きがあります。豆乳にはビタミンEの働きにより血行を良くし、美肌、肩こりにも効果があると言われています。是非、鍋料理に取り入れてみてはいかがでしょうか。味付けも、トマト味、カレー味、チーズ味、キムチ味等アレンジができます。好きな具材を入れて、鍋料理を楽しんで下さい。

身体が温まることで免疫力のアップにもつながります。感染症に気をつけ、冬を乗り切りましょう。

本年もよろしくお願致します。

ほくほくの里 管理栄養士