あんのん

一気に雪解け進む
春満開桜が見頃

安穏
No.46
令和3年3月8日発行

心安らぎ、
心温まる

特集

春の時間

2021 Spring

社会福祉法人
真宗協会 広報誌

あんのん vol.46
2021年3月8日発行

【発行人】
社会福祉法人 真宗協会
広報委員会
Naruhito Komori
Masahiro Yoshinari
Eriko Yamanaka
Kentarou Mae
Masaki Ishida
Yuka Kikuchi
Sonoe Gathiru
Atsuko Uchida
Masayoshi Takahashi

【印刷】
ソーゴー印刷株式会社
Editor　Akiko Kamada
Design　Shiori Hama
Photo　Daisuke Yukawa

※本誌掲載の記事、写真等の
無断転載を固く禁じます。

目次 contents

3 特集 春の時間の過ごし方
帯広至心寮 地域包括支援センター　松田 卓也さん
帯広やわらぎ園　松永 彩花さん
帯広マイトリー　武田 和幸さん／帯広光南病院　佐藤 千捺さん

5 私と○○シリーズ「手芸&ビーズ」
帯広はちす園　藤田 美智子さん

6 僕たち、私たち Nice! コンビ
帯広慈光学園　楠瀬 和さん／帯広慈光学園　河合 茉里奈さん

7 心、あたたまる、大切なあの人への“ありがとう”のメッセージ
光輪　泉 ハナさん／帯広慈恩の里　柴田 輝子さん

8 令和3年3月31付で定年退職を迎える岩上施設長にインタビュー

9 ～撮れたて！直送～ ほっとスマイル便
丑年　年男年女編
帯広信楽苑　中山 トサさん／帯広慈光学園　諸橋 孝典さん
帯広はちす園　滝石 賢太さん／帯広慈恩の里　堀井 嵩裕さん

11 スタッフおすすめのお店、教えちゃいます！
テイクアウト編
帯広慈光学園　川浪 翔太さん／帯広慈光学園　澤田 純子さん

12 介護人材奨学金 奨学生2人を認定

13 ストレッチでWarming Up！ 応用編
帯広光南病院　森本 透さん

14 留学生 Report
帯広信楽苑　グエン・ヴァン・ナムさん

表紙の人

帯広はちす園
利用者
三田（みた） 和也（かずや）さん（41歳）

■好きなこと・得意なこと
クレヨンで絵を描くこと。表紙の絵は「春」をテーマに描いたもの。30分ほどで画用紙1枚を書き上げてしまいます！

■受賞歴
「ザ・令和」をテーマに描いた作品は、2020年障害者ポスター週間記念事業冬休みコンクールで優秀賞を受賞！

「花」をテーマに。

表紙のロケ地

帯広はちす園
ギャラリー MITA

はちす園の2階廊下には、三田さんがこれまでに描いた作品が展示されているコーナーが。「知床世界自然遺産」、「新型コロナウイルス」など、テーマに沿って描かれている絵を見ることができます。

特集

春の時間の過ごし方

Spring Episode 1
花見

帯広至心寮　地域包括支援センター
社会福祉士　松田（まつだ） 卓也（たくや）さん（33歳）

子どもが生まれるまでは、釣りに行ったりするのが春の楽しみでしたが、5歳になる長女が生まれてからは、毎年静内町の桜を見に行っています。小さかった娘がだんだん桜の花びらにも手が届くようになり、我が子の成長を感じられる瞬間でもあります。4歳の次女と、また今年の3月に生まれる赤ん坊も連れて、春のお散歩をしたいですね。

Spring Episode 2
散歩

帯広やわらぎ園
利用者　松永（まつなが） 彩花（あやか）さん（26歳）

公園で遊ぶのが大好き。雪が溶けたら近くの大正公園へ。広い場所を走り回ったりブランコに乗ったり…。冬のお散歩もいいけれど、やっぱり公園が一番。早くあたたかくなって、外で思いっきり走り回りたいなあ。

Spring Episode 3
キャッチボール

帯広マイトリー
利用者　武田（たけだ） 和幸（かずゆき）さん（31歳）

10年くらい愛用しているグローブで、職員さんや利用者同士でキャッチボールをするのが好きな武田さん。お昼休みの時間を使って30分くらい楽しむそう。「コントロールも良くて、肩も強いんです」とは、職員さんからの言葉。春になるのが待ち遠しいですね！

Spring Episode 4
ピクニック

帯広光南病院
准看護師　佐藤（さとう） 千捺（ちなつ）さん（30歳）

グリーンパークや札内の公園など、友人数人で毎年お花見に行っています。みんなでお弁当を持ち寄って食べるのが恒例。私はおにぎりばかり作っていますが（笑）。たくさん遊んで外で食べるお弁当はとてもおいしいです♪　今年は娘が小学校に入学するので、いつもとはひと味違う春になりそうです。

私と○○シリーズ

私と「手芸&ビーズ」

帯広はちす園　利用者
藤田（ふじた） 美智子（みちこ）さん（69歳）
★昭和27年3月3日生まれ
★出生地／豊頃町

はちす園の最高齢だという藤田さん。昔から手を使って作業をするのが得意なのだそうです。施設では家政科に属し、洗濯業務や衣類の仕分け、園内の清掃などを行っています。「仕事に対する意識が高くて頭が下がります」とは職員さん談。

そんな藤田さんのお楽しみの時間は、アクセサリー作り。休日を使って毛糸やビーズを編んでネックレスやブレスレットを作っています。「昔いた職員さんに習って作り始めた」という作品は、宝箱にたくさん！　ほかの利用者さんにプレゼントすることが多いのだとか。普段は仕事をしているのでアクセサリーは付けませんが、休日には身に付けておしゃれをする楽しみにもなっています。

色とりどりのカラフルなものに囲まれて、嬉しそうに過ごしている藤田さんでした。

小さなビーズの指輪。
こうした細かい作業も得意です。

カラフルな手芸品の数々。

僕たち、私たち

Nice! コンビ

いっしょにいると
楽しかったり、嬉しかったり。
お互いがお互いにとって、
掛け替えのない存在なのです。

帯広慈光学園
生活支援員
河合（かわい） 茉里奈（まりな）さん（19歳）

帯広慈光学園
生活支援員
楠瀬（くすのせ） 和（のどか）さん（19歳）

2020年4月に入職したフレッシャーズ。高校の同級生であり、さらに福祉クラブ活動も一緒。同じ道を志してきた2人です。介護福祉士の資格を取得して高校を卒業。勤務時間がバラバラなため、プライベートで会う機会は少し減りましたが、職場では仕事も真面目にこなし、互いに切磋琢磨し合っています。この日のために用意したお揃いのパーカーもお似合い♪　これからの活躍を期待しています！

心、あたたまる、大切なあの人への“ありがとう”のメッセージ

小規模多機能型居宅 介護事業所 光輪

泉 ハナさん(97歳)から 二人の娘さんへ

西帯広で農家をやっていて、よく働く主人とともに私も畑を手伝いながら、子育てをしたものです。娘ふたりは、8年間優等だった私とはちがってそんなに勉強はできるほうではなかったけれど(笑)、とにかく優しいことが取り柄でした。光輪には、光輪ができた時から10年くらいお世話になっていますが、二人はしょっちゅう会いに来てくれて、すごく嬉しいし、ありがたい気持ちでいっぱいです。今、二人に伝えたいことは「長生きしてね」、そのひとことです。
どうか私より長生きしてくださいね。

なかなか口に出しては言えないけれど、
手紙ならば本音が言える気がする…。
日頃の感謝を込めて、利用者さんから
家族に宛てたメッセージ。

帯広慈恩の里

柴田(しばた) 輝子(てるこ)さん(77歳)から 妹みっちゃんへ

9人兄弟の中でも年が近くて、一番仲のいいみっちゃん。もう1年くらい会ってないけれど、その前は1ヵ月に1回、札幌から会いに来てくれていたね。小さい頃は下の兄弟の面倒を一緒に見たりして、みっちゃんはよく気のつく人でケンカをしたこともないね。最近は、腰が痛いのに、いつもコーヒーや甘酒など、重たい荷物を持ってきてくれてありがとう。根室の実家の話をするときが一番楽しいね。思い出話をしたらきりがないけど、また一緒におしゃべりしましょうね。いつもありがとう。

令和3年3月31日付で定年退職を迎える

岩上施設長にインタビュー

3月といえば卒業シーズン。真宗協会でもこの春定年を迎え、次なるステップに進もうとしている方がいらっしゃいます。帯広マイトリーの岩上施設長。定年を間近にした今のお気持ちをお聞きしました。

帯広マイトリー 施設長
岩上(いわがみ) 敏之(としゆき)さん

【経歴】
- S58.4月～S60.3月(2年) 帯広慈光学園
- S60.4月～S62.3月(2年) 帯広はちす園
- S62.4月～H14.3月(15年) 帯広慈光学園
- H14.4月～H19.3月(5年) デイサービスセンター 帯広至心寮
- H19.4月～H23.3月(4年) 帯広マイトリー 施設長
- H23.4月～H29.3月(6年) 帯広信楽苑 施設長
- H29.4月～R2.3月(3年) 帯広やわらぎ園 施設長
- R2.4月～現在(1年) 帯広マイトリー 施設長

毎日が勉強だった38年。感謝の気持ちでいっぱいです。

昭和58年4月、当時定員90名の児童施設・慈光学園に入職しました。大正地区には、現在のように4施設があるわけではなく、慈光学園1カ所でした。いわゆる重度・最重度と判定された利用者5名の担当となり、毎日が勉強でした。食事介助・入浴介助・排泄介助といった基本的な支援が必要な方々の支援方法を先輩職員から学び、ちょっとずつですが覚えていったつもりですが、失敗も数えきれない程ありました。2年間、帯広はちす園での勤務では、芽室町の芝生農家さんに1カ月間「デッチ?」にいき、牛の餌やりから、野菜の収穫、芋ほり、豆積み、芝刈り等々沢山の仕事を教えていただきました。はちす園の前庭の芝生を見ると当時を思い出します。

介護保険が始まって間もなく、平成14年にデイサービスセンター帯広至心寮へ異動になりました。高齢者との関わりは全くのド素人で、相談員として利用者・家族との契約や説明に初めて訪問した時は、冷や冷やドキドキで、今も鮮明に覚えております。その後、帯広信楽苑、帯広やわらぎ園、帯広マイトリーを勤務させていただき、この春で定年を迎えます。真宗協会での38年間はあっという間でした。理事長はじめ、職員の皆様には数多く助けられ、感謝の気持ちでいっぱいです。

長い間、本当にありがとうございました。今後も真宗協会の益々の発展を祈念いたしまして、ご挨拶とさせていただきます。

～撮れたて！直送～

ほっとスマイル便

“丑年 年男年女編”

ご飯はいつも残さず食べる。
それが元気の秘訣！

プロフィール

1 今年の夢、目標は？
2 自分を牛に例えると、どんなタイプ？

大正13年生まれ
帯広信楽苑　利用者
中山（なかやま） トサさん(95歳)

1 ご飯をたくさん食べて、たっぷり寝ること
2 誰にでも温厚で優しい、のんびり牛

音楽は聴くのも
歌うのも好き。
今年は何を
歌おうかな～♪

昭和60年生まれ
帯広慈光学園　利用者
諸橋（もろはし） 孝典（たかのり）さん(35歳)

1 聴く音楽の幅を広げること
2 短時間の作業には集中して取り組むことができる、短期集中型牛

リンゴを片手で
つぶせる握力を
身に付ける！

昭和60年生まれ
帯広慈恩の里　介護主任
堀井（ほりい） 嵩裕（たかひろ）さん(35歳)

1 筋力をつける！
2 こだわるところはこだわる。メリハリ、ON/OFFはハッキリしたい、硬派な黒毛和牛タイプ

自作の
牛カチューシャで
利用者さんの
ハートをゲット♡

平成9年生まれ
帯広はちす園　支援員
滝石（たきいし） 賢太（けんた）さん(23歳)

1 スケボーやマーブリング（水溶性顔料絵の具を、水面に落として模様を作り、それを布などに転写する）など、趣味を増やしたい。
2 一人でモクモクと作業に打ち込むのが好き。自由奔放な自己完結型牛

スタッフおすすめのお店、教えちゃいます！

テイクアウト編

まるよロール 980円

サガリハンバーグ弁当 1,848円

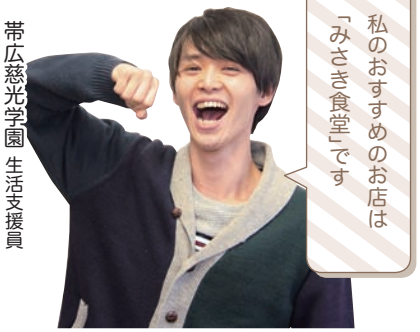
私のおすすめのお店は「お菓子のニシヤマ」です

帯広慈光学園 生活支援員 澤田純子さん（37歳）

どのケーキもおいしいのですが、看板商品の「まるよロール」がおすすめです。ふわふわな食感と、甘すぎないクリームのバランスが絶妙です！

お菓子のニシヤマ

TEL.0155-52-2065
住　　所／更別村南1線91-31
営業時間／9:00～19:00
休　　み／火曜



私のおすすめのお店は「みさき食堂」です

帯広慈光学園 生活支援員 川浪翔太さん（25歳）

痩せの大食いタイプなので、サガリも食べたい、ハンバーグも食べたい、そんな男子の願いを叶えてくれるのがこちら。肉はやわらかく、ハンバーグもジューシーで大満足です。

みさき食堂

TEL.0155-35-0008
住　　所／帯広市西10条南2丁目2-7
営業時間／11:00～15:00、17:00～21:00（L.Oは各30分前）
休　　み／日曜

社会福祉法人 真宗協会
介護人材奨学金 奨学生2人を認定

真宗協会では、地域貢献の一環として、２０１７年より介護福祉士を目指す学生向けに、完全給付型の奨学金制度を設けています。この春、３年ぶりとなる奨学生が選ばれました。

４月から帯広大谷短期大学社会福祉科介護福祉専攻に入学する斉藤広晟（さいとうこうせい）さんと佐藤文音（さとうあやね）さん。入学金や教科書代など、２年間で約２２０万円掛かる費用を真宗協会が給付します。卒業後、高齢者・障害者などを支援する管内の社会福祉施設に就職した場合、奨学金の返還は免除となります。真宗協会以外の施設に就職しても免除は受けられる、という、まさに「地域の福祉人材確保」のための制度です。

奨学生に認定され、認定書を受け取る斉藤広晟さん（左）と佐藤文音さん（中）。樋渡理事長と。

人を手伝うことが好きな性格を生かして、高齢者の介護やケアマネジメント、障害者支援を仕事にしたいです

高齢者の役に立てる介護士になりたいです

介護職は仕事がキツイというイメージが先行しがちですが、専門職として着実にステップアップできる職業です。お2人には2年間で一生懸命勉強して、自分に何が向いているのかを見つけてほしいですね

募集について

高校3年生の10月～12月頃に、在学している学校を通して当法人所定の様式で申請してください。

［お問い合わせ先］
社会福祉法人 真宗協会 法人本部
（担当：樋渡、阿部、天野）
TEL 0155-48-4888
メール info@shinsyukyoukai.jp

留学生リポート Report

セルフプロデュースが完璧！ インスタの写真はまるでモデルのよう。(札幌もいわ山展望台にて)

先輩から…

学生の時からすごく努力してきた人。日本語の上達も早く、介護福祉士の試験も一発合格！ の実力の持ち主。わからないことは聞いてくれるし、やりたいと思ったことができる実行力も。職員にも可愛がられています。

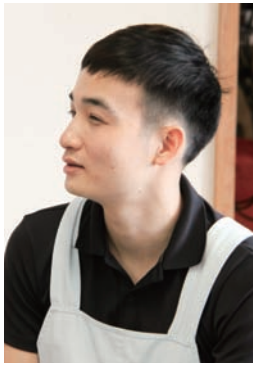
先輩支援介護員
千葉(ちば) 忍(しのぶ)さん(43歳)

帯広信楽苑　支援介護員
グエン・ヴァン・ナムさん(29歳)

★出　身：ベトナム
★勤務歴：2020年4月～
★最近の出来事
：12月に免許を取得(愛車はプリウス)
★休日の過ごし方
：ゆっくり過ごしています
★趣　味
：Instagram(nam_hjt)発信中。
フォローしてね！

帯広コア専門学校で2年間学んだのち、2020年4月から帯広信楽苑で働くナムさん。最初は日本語でのコミュニケーションの取り方が難しく、「楽しいことも大変なこともありました」と本音もポロリ。ですが、「家族になろう」という気持ちで利用者さんに接するうち、自然にコミュニケーションがとれるようになりました。

12月には車の免許も取得し、今年は車でドライブをするのが楽しみのひとつ。「雪景色も綺麗ですが運転が怖いので、遠出はこれから。富良野や海を見に行ってみたいですね」と、今年の夢を話してくれました。仕事もプライベートも充実した毎日を送っています。



またまた登場…

帯広光南病院　理学療法士
森本(もりもと) 透(とおる)さん(38歳)

★春といえば
：「桜餅！ 葉っぱの塩味とあんこのコラボレーションが最高！

ストレッチで Warming Up! 応用編

Warm…体を温める。

Up…心拍数を上げる。筋肉の温度を上げる。

自分の身体と相談しながら、ストレッチしましょう。

- 1,2,3,4、5,6,7,8のリズムで
- 決して無理はしないこと！ 痛みが出たらやめてくださいね。

lesson 1 椅子に座って5分ストレッチ

＼浅く腰かけて／

1 手を合わせ 右左(体幹をねじる運動)

2 足を抱えて 右左(腹筋に効くよ)

3 背中を丸めて＆腰を起こして 右左

4 お尻を上げて 右左(骨盤の体操)

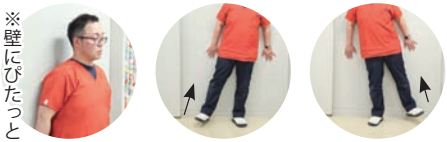
※丸めたバスタオルを椅子に置きます(辛い時はタオルを低くしよう)

lesson 2 立って5分ストレッチ

1 太ももをあげて

2 右足上げて　左足上げて

※壁にぴたっと背中をつけて



3 椅子や棚につかまって、足を後ろへ 右左

4 かかとの上げ下げ

動画で一緒にやってみよう！

椅子ストレッチ(5分)

立ってストレッチ(5分)

医療福祉

無料または低額診療施設
帯広光南病院
帯広市空港南町303番地7
TEL 0155-47-4811 ／ FAX 0155-47-4812

- 外来診療(内科・リハビリテーション科)
- 医療療養型病床
- 訪問リハビリテーション事業所
- 訪問看護事業所

老人福祉

養護老人ホーム
帯広信楽苑
帯広市空港南町345番地2
TEL 0155-49-6300 ／ FAX 0155-49-6301

- 特定施設入居者生活介護

老人福祉

特別養護老人ホーム
帯広至心寮
帯広市西5条南30丁目14番地
TEL 0155-24-9572 ／ FAX 0155-24-5561

- 短期入所事業所(ショートステイ)
- 地域包括支援センター
  - ○サテライトセンター(東)

老人福祉

デイサービスセンター
帯広至心寮
帯広市西4条南35丁目4-1
TEL 0155-66-7995 ／ FAX 0155-48-1019

- デイサービスセンター
- 居宅介護支援センター

老人福祉

帯広至心寮サテライト施設
光輪
帯広市西5条南30丁目10番地
TEL 0155-22-5060 ／ FAX 0155-27-6541

- 地域密着型介護老人福祉施設
- 小規模多機能型居宅介護事業所

老人福祉

特別養護老人ホーム
帯広慈恩の里
帯広市空港南町303番地1
TEL 0155-49-2800 ／ FAX 0155-49-2815

- 短期入所事業所(ショートステイ)
- デイサービスセンター

障害者福祉

障害者支援施設
帯広慈光学園
帯広市大正町東1線102番地
TEL 0155-64-5106 ／ FAX 0155-64-5136

- 施設入所支援
- 生活介護事業
- 短期入所事業(ショートステイ)
- 地域生活支援事業
  (日中一時支援事業　移動支援事業)

障害者福祉

障害者支援施設
帯広はちす園
帯広市大正町東1線102番地1
TEL 0155-64-5044 ／ FAX 0155-64-5261

- 施設入所支援
- 生活介護事業
- 短期入所事業(ショートステイ)
- 地域生活支援事業(日中一時支援事業 移動支援事業)
- 多機能型障害者就労支援事業
  (就労移行支援　就労継続支援B型)
- 相談支援事業

障害者福祉

障害者GH
帯広マイトリー
帯広市大正町443番地26
TEL 0155-64-4020 ／ FAX 0155-64-4900

- 共同生活援助(介護サービス包括型)
  ○かしわ ○みずき ○かえで
  ○ぽぷら ○さくら ○さつき
  ○つばき ○けやき ○りあん

障害者福祉

障害者生活介護事業所
帯広やわらぎ園
帯広市大正本町267番地1
TEL 0155-63-2055 ／ FAX 0155-63-2056

- 生活介護事業

社会福祉法人 真宗十勝会 本部事務所

帯広市空港南町303番地1
TEL 0155-48-4888　FAX 0155-48-4881
URL：http://www.shinsyukyoukai.jp/

ISO 9001
MSA-QS-3414