

敬樹園だよりvol.71

Keijuen

西円山ヒルズ・STORY vol.27
ニッポンへようこそ！
ミャンマー国籍職員インタビュー

- 行事 album(敬老祝賀会)●
- Photo Snap(花火大会 / 外出行事)●
- TOPICS(介助方法のワンポイント / 今月の行事食)●
- お知らせ(小多機西円山 NEWS / 介護のトークセッション参加 / ボランティア募集 / インスタグラム紹介)●

おめでとうございます!

敬老の日

敬老祝賀会 -9/13/2024-



9月13日に敬老祝賀会を行いました。

今年は、喜寿1名、米寿3名、白寿4名、百寿3名、100歳以上2名と、13名の方が賀寿を迎えられ、一柳園長よりそれぞれ希望の品を贈呈いたしました。

「わたしもうそんな年になったの!?まだまだ長生き頑張ります!」と、心強い意気込みも聞けました♪

賀寿以外の皆さんにも心ばかりの記念品をお配りし、喜んでいただけたようです。昼食では祝い膳で生ちらし寿司が提供され、華やかな昼食となりました。

これからも皆さんがお元気で過ごせるよう、職員一同お手伝いさせていただきます!



祝い膳

昼食で振舞われた祝い膳は、華やかな生ちらし寿司でした。

記念品を贈呈させていただきました。



敬老の日おめでとうございます!
これからもお元気で過ごされますよう
お手伝いさせていただきます!

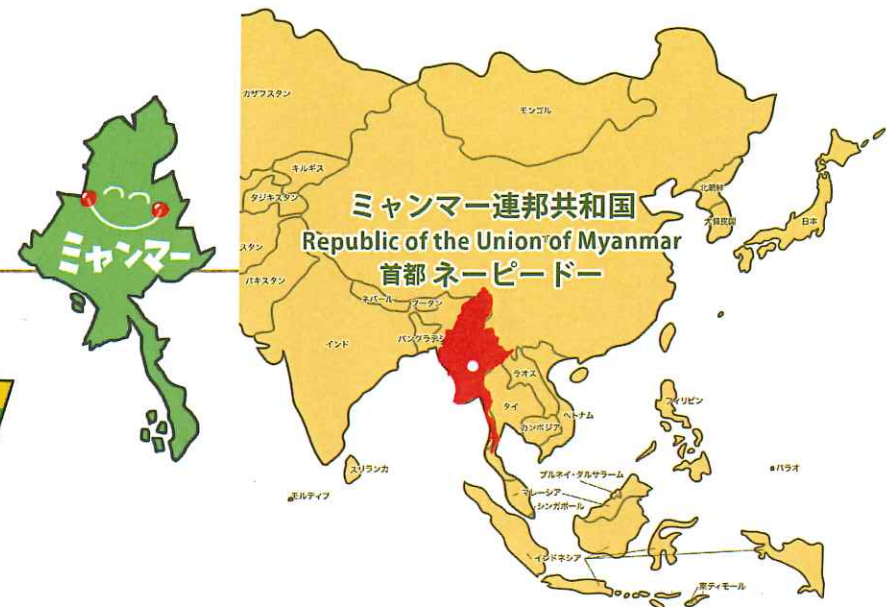
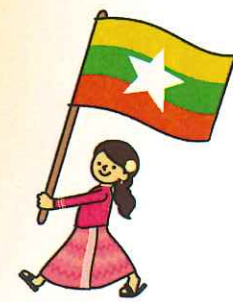




Welcome to Japan!

ニッポンへようこそ

ミャンマー国籍職員インタビュー



おすすめのミャンマー料理



モヒンガー
ミャンマーの国民食。ナマズの出汁をベースにしたスープにサンズイーと呼ばれる少し発酵した米粉細麺を入れた朝食に食べるヌードル。



ラペットウ
発酵した茶葉を野菜で和えたサラダ。

トーフヌエ
ミルクスープを醤油で味付けした鶏肉や豚肉が入った麺料理。

モンローイエポー
ココナッツの砂糖を白玉で包んだおやつ。

ミャンマー国籍職員の職員にお話を聞いてみました！

Q1. 日本に来て驚いたことは？

Q2. 好きな食べ物は何？

Q3. ミャンマーのおすすめは？

Q4. 日本で行ってみたいところは？

● 自国に住む家族への仕送りを目的にしている方がとても多いです。(参考平均年収 日本430万円、中国200万円、インド270万円、タイ140万円、ミャンマー38万円 ※2023年発表国連資料より)

● 宗教及び治安の良さ。ミャンマーは9割が仏教徒。東南アジアの中では比較的治安が良いとされています。

日本へ来る理由は何？

● ミャンマーについて
日本から南西へ4,300km、主にタイ・中国・インドと国境を接します。
温帯・熱帯気候で年間平均気温は約26度(札幌は約9度)。
人口は約5,400万人。国土面積は日本の1.8倍。
給与はおおよそ日本の1/10程度、物価はおおよそ日本の1/2〜1/5くらいです。

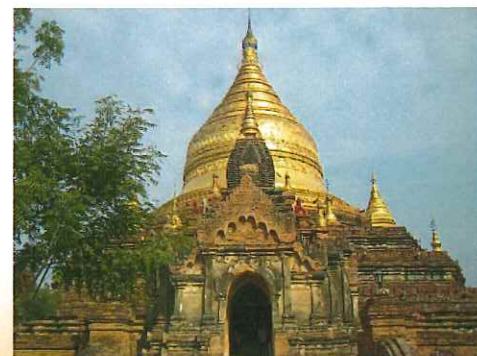
ミャンマーについて

西 円山敬樹園では、現在フィリピン・中国・ミャンマー国籍の職員が一緒に働いています。なかでもミャンマー国籍の職員が増えており、現在は6名、この後も数名入職予定です。
今回はミャンマーについて皆さんと一緒に学んでいきたいと思っています。

おすすめのミャンマーの観光地



バガン
ミャンマー・マンダレー地方域にある地名で大小さまざまな仏教遺跡が林立している。広くこの遺跡群の存在する地域を指し、ミャンマー屈指の仏教聖地である。



パゴダ
ミャンマー様式の仏塔建築のことを言い、寺院とは区別され、パゴダにはお釈迦様の骨や髪の毛の一部が納められているといわれています。



ピョーさん
(令和6年7月来日)

A1. きれいな国だと聞いてきました。本場にきれいでとても驚きました。まだラーメンしか食べていませんがおいしかったです。

A2. 食べ物、甘いもの。

A3. 食べ物、モヒンガー、ラペットウがおすすめです！

A4. デイズニーランドに行ってみたいです！



リンさん
(令和5年12月来日)

A1. 日本人はお年寄りでも若く見えることに驚きました。

A2. 果物、辛いもの。

A3. 食べ物はラペットウ、モヒンガー、モンローイエポーがおすすめです！

A4. 富士山、頭大仏、東京スカイツリーに行ってみたいです！



ウィンさん
(令和5年12月来日)



スさん
(令和6年7月来日)

A1. スーパーで自分でお金を払うことです。

A2. チャーハン。

A3. 食べ物はラペットウがおいしいです。

A4. スカイツリーに行ってみたいです。

A1. みんなな交通ルールを守っていることです。

A2. 餃子。

A3. 観光地はバガンがおすすめです！パゴダがたくさんあります。観光客が多いです。

A4. 青い池、富士山に登りたいです！



テッさん
(令和6年7月来日)

A1. 日本人は働きすぎで驚きました。

A2. すき焼き。

A3. 食べ物はトーフヌエがおいしいです。

A4. 富士山に行ってみたいです。



イさん
(令和6年7月来日)

ကျေးဇူးတင်ပါသည်။
ありがとう





花火大会

8月16日に園庭で花火大会を行いました！
敬樹園では唯一の夜の行事ですが、この日は夜でも暖かく、ゆっくり楽しむことができました。打ち上げ花火で開幕すると、「たーまー！」と声があがり、吹き上げ花火では「もっともっと高くがんばれー！」と応援している方もいました。翌日にも「昨日の花火楽しかったね♪」とお話されており、楽しい夏の思い出になったようです。



外出行事

6月からスタートした外出行事ですが、8月は六花亭・ロイヤルホスト、9月は桑園イオンへ行ってきました！

六花亭では喫茶室でかき氷やパフェなどを食べて、お持ち帰り用のおやつも購入してきました。素敵な喫茶室で皆さん緊張気味でしたが、美味しいスイーツを食べて良い気分転換になりました。

ロイヤルホストでは昼食を食べてから行ったのですが、ドリアを選ばれる方もいました。

桑園イオンではフードコートでそれぞれ好きなスイーツを選び召し上がっていました♪



桑園イオン

スイーツ
美味しい☆



Sweets



六花亭



Delicious!



ロイヤルホスト

ドリア
頼んだよ♪



介助方法 の ワンポイント



前号ではボディメカニクスを活用した起き上がり介助についてお伝えしました。今回はその続きとして、立ち上がり介助についてお伝えします。

ボディメカニクスを活用した立ち上がり介助

被介護者に立ち上がってもらうときは、重心移動を意識して介助を行います。

①

被介護者の腕を介助者の肩にまわしてもらい、介助者は腰を落として重心を下げ、両腕を被介護者の背中にまわします。

Point★

身体を密着させ、重心を近づけると安定！



②

被介護者に前かがみになってもらい、一緒に立ち上がります。

Point★

お辞儀をするように！



良い例

○ 安定した立位姿勢

足が肩幅に開き、重心が中心にある。



悪い例

× 不安定な立位姿勢

足が閉じ、重心が後ろにブレている。



今月の 行事食

今年度からご当地メニューに変わり、日清医療食品さん考案の「グルメの旅」で、世界・日本各地の企画食を月に1度提供しています。季節にあったテーマを設定し、少し特別感のあるメニューとなっています。どちらの献立も、暑い時期でも食べやすい内容でした☆

8月



夏バテ予防献立

タコライス、もずくスープ、チャンプルー、パイン缶



9月



韓国料理

米飯、わかめスープ、ヤンニョムチキン、春雨サラダ、青梗菜のナムル、黄桃缶、さくらんぼゼリー



お知らせ



久しぶりの
外食でした!



小多機では、先日敬老の日をお祝いしました。今年には、皆で外食行事が行ってききました。ハハ 感染症が流行ってから初の外食!久しぶりの外での食事に喜んで参加されました。

色付いてきた葉っぱや、日の長さも短くなり、秋の深まりを感じますね。

さらに、当日のご利用者には、紅白饅頭をおやつで提供いたしました。こちら皆様嬉しうでした。

小多機西円山 NEWS Vol.6

小多機西円山QRコード



介護のトークセッション参加

9月20～22日に、サッポロファクトリーとさっぽろ創成スクエアの2会場で、HTB秋の大感謝祭が行われました!

“介護の魅力を伝えよう!”とブースが設けられ、介護職経験のあるお笑い芸人のみやぞんさん×Team KAIGOのトークセッションが行われ、実際に働く現場職員として当法人の3名が登壇しました!

会場は満員で入場制限がかかるほどの大盛況でした!テレビCMの放映もあるので、ぜひご覧ください!



みやぞんさん ×
Team KAIGO



西円山敬樹園では

ボランティアを募集しています!

難しい内容はありません。「ボランティア活動してみたいけど、どこに相談したら良いかわからない」「高齢者とお話するのが好き」「誰かの役に立ちたい」などお気軽にご連絡ください。

活動内容の例

- ご利用者のお話し相手
- ご利用者のベッド周囲の片付け
- 車いす清掃 など



連絡先 西円山敬樹園 生活相談課 白取まで

011-631-1021

Instagram やってます!

フォロー宜しく
お願いします!



QRコード



@KEIJUEN_KEIJINKAI

施設の紹介や、ご利用者の日常の様子などお伝えしていきますので、是非フォローしてください!

編集後記

敬樹園のある西円山地区では紅葉がきれいに見られる季節になりました!今年は大規模修繕により居室の暖房が付け替わり、より快適な冬を過ごしていただけたようです。外壁工事によりご来園の皆様にはご不便をおかけしましたが、無事終了し駐車場スペースも元通りとなりました。ご協力ありがとうございました。(広報担当 丸山)