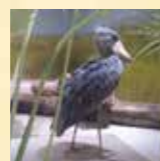


理事長&施設長のつぶやき

年明け、絵画教室に通う友人に誘われて、教室主催のバス旅に参加しました。行き先は神戸市立博物館のゴッホ展と神戸どうぶつ王国。以前から見たいと願っていた「夜のカフェテラス」は苦悩の中でも描き続け、癒しと安らぎを得たゴッホが感じられ、心を打たれました。



どうぶつ王国では3羽ものハシビロコウに出会えた喜びに加え、意外とよく動く姿に驚きつつ愛らしさに見とれてしまいました。全天候型園内は清掃が行き届き、動物たちに寄り添った展示の工夫が見られ、同じ空間の中で過ごしているような感覚を味わえました。帰りのバスの中では小学生の男の子からお菓子をもらうなど、思いがけない交流もあり、和やかな雰囲気、心に残る楽しい一日となりました。



理事長 八木 敏子

電子ドラムを購入しました。きっかけは、イベントの出し物が毎回同じ内容になりがちで、「何か新しいことに挑戦できないか」との声があったことでした。

音楽は特別なものではなく、ふとした瞬間に心を動かし、自然と笑顔を引き出してくれる力があるものだと思います。「どうすればご入居者さまにもっと楽しんでいただけるか」という想いのもと、少しずつ練習を始めています。実は私自身、中学生から大学4年生までバンド活動しており、もともとはギター担当でしたが、ドラムがいなかったため転向しました。初めて8ビートが叩けた時の感動は今でも覚えています。とはいえ、久しぶりに叩いてみると鈍ってしまっているのと、生ドラムと違う感覚で、なかなかうまく叩けません(笑)。これからさらに練習を重ね、ご利用者さまの日常に新しいリズムを届けていきたいと思ひます。



健老園 施設長 八木 基

私たちと一緒にやりがいがある仕事をしませんか？

介護の仕事は大変なこともあります。ご利用者さまから直接「ありがとう」と感謝の言葉が寄せられる、とてもやりがいがある仕事です。また、健老会には個性的で楽しいスタッフが多く働いています。介護の仕事に興味がある方はお気軽にご連絡ください。施設見学も大歓迎！私たちと一緒にやりがいがある仕事をしませんか？お問い合わせはお電話・HPからお気軽にお寄せください。(HPには先輩職員からのメッセージ動画も満載！)



社会福祉法人 健老会 特別養護老人ホーム 錦海荘

〒701-4212 岡山県瀬戸内市邑久町尻海5513-1
☎0869-24-0478 FAX:0869-24-0178
●JR赤穂線邑久駅より車で約20分
●両備バス尻海停留所より徒歩約25分(登り坂です)



社会福祉法人 健老会 特別養護老人ホーム 健老園

〒701-0203 岡山県岡山市南区古新田1351-3
☎086-282-8566 FAX:086-281-3257
①岡山駅東口5番乗り場より、以下のいずれかにご乗車
妹尾、火の見方面、重井病院方面、コンベックス、流通センター方面行き
興除線・汗入、門前、興除車庫方面行き
②バス停「大福」下車
③2号線バイパスに向けて徒歩約10分程度



次号は、2026年7月頃発行予定です。お楽しみに♪

社会福祉法人健老会 公式ホームページ
<https://kenrokai.net>



YouTube「健老会チャンネル」
youtube.com/@kenrokai



ほっと一息♪

けんろうかい

健老会わくわく便利

2026年春号

特別養護老人ホーム 錦海荘 特別養護老人ホーム 健老園

発行：社会福祉法人 健老会 〒701-0203 岡山県岡山市南区古新田1351-3

☎086-282-8566 FAX 086-281-3257

施設長のつぶやき

『金メダリストを抱っこしていた未完成な日』

●ミラノオリンピックのノーボード競技で金メダルを獲得した木村葵来くん。皆さんはご存じでしょうか？

実は、長女を出産した頃、職場の同僚だった木村さんの長男くんです。お互い初めての出産で、産休中に何度か一緒にランチをしたことを思い出しました。

あの時抱っこしていた赤ちゃんが、いま世界の舞台で金メダルを獲得している。時間って、本当にすごいですね。



左の赤ちゃんが葵来くん

●ちょうど最近、コーチングをする中で「完璧でいなければ」と思ってしまう私たちの感覚について、考える機会がありました。

人はつい、完成されたものを求め

てしまい、「足りない自分」を感じてしまいがちです。でも、オリンピックのニュースを見て思い出したのは、みんな未完成だった「あの頃」でした。未完成に見える時間も自分も、その時には価値を感じられなかったけれど…完成も未完成も、どちらも含めてひとつの価値だったのだと、今は思えます。そう思えた時、あの頃の時間が、少し違って見えてきました。

木村さん、葵来くん、改めておめでとうございます。

●右の写真は、クリムトの代表作「黄金のアデーレ」の前での一枚です。この作品にまつわるエピソードを知る中で、クリムトの金は、「完成したから輝いている」のではなく、「もともと輝いているもの」を、完成形として表現しているのだと感じました。



錦海荘 施設長 山下 緑

おもしろ雑学

力士はペーパードライバー!?

運転免許を取ったものの、実際に運転をしていない人を「ペーパードライバー」と呼びます。実は、相撲の力士は全員がペーパードライバーです。以前は運転をしていた時もありましたが、力士による交通事故をきっかけに、力士の安全と国技である相撲の品格を守るために、日本相撲協会が現役力士による運転を全面禁止にしたそうです。厳格な相撲協会ならではの決定ですが力士にとってはちょっと不便ですね。



みんなでチャレンジ!

心理テスト

- Q あなたは旅行先でどんな写真を撮りましたか？
- A アップの写真 B みんなと一緒にの写真
C 観光スポットで全身の写真 D 風景の写真
- A これでああなたの基本的な性格がわかります。
- A リーダー格の行動派。目立ちます。
B 気遣いができる誠実派です。
C まじめで向上心のある努力家です。
D 人付き合いは苦手、自分時間が大事なタイプです。



ほのぼの日記 ~錦海荘編~

👍 お刺身を美味しくいただきました!

1月20日(火)の昼食は、ご利用者さまに人気のメニューである**お刺身**でした。鯛やサーモン、甘エビ、マグロなど、色とりどりのお刺身をご覧になって「今日は豪華だね」「お刺身はやっぱり美味しいね」といった声も聞かれ、皆さま**笑顔**で召し上がられています。普段とは少し違う特別な昼食に会話も弾み、とても楽しいひと時となりました。



👍 「節分会」で盛り上がりました!

2月3日(火)、**節分会**を行いました。昼食は、節分の巻き寿司です。また、職員が鬼の衣装を身につけて登場すると、ご利用者さまから笑い声も聞かれ、「鬼は外! 福は内!」の掛け声と共に**豆まき**を楽しみました。皆さま、とても楽しそうに参加され、会場は笑顔と笑い声に包まれ、福を呼び込むにぎやかな節分会となりました。

特別養護老人ホーム 錦海荘で行われた楽しい企画やイベント、日常の風景をお届けします。是非ご覧ください♪

👍 「ひな祭り」を楽しみました!

3月3日(火)のイベントは**ひな祭り**です。



当日は理事長と施設長、利用者さまの中原さまに**抹茶**を点てていただきました。丁寧に抹茶を点てる姿に、周りのご利用者さまも興味深くご覧になりながら、**和やかな時間**を過ごされていました。点てていただいた抹茶と和菓子を皆さまに召し上がっていただき、「おいしいね」「春らしいね」と笑顔も多く見られ、とても楽しいひと時となりました。



ほのぼの日記 ~健老園編~

👍 健老園の日常のひとコマ

健老会は、「普段の日と行事の日」を「**ケ**の日」と「**ハレ**の日」と捉えています。毎月の昼食バイキングや全体での行事など「ハレ」の日もたくさんありますが、「ケ」の日にもそれぞれのテイルームで思い思いに過ごされています。輪投げや職員が作ったゲーム盤を使って楽しそうに遊んでいるご利用者さまは、小さなことを通すことにとても集中されていました。また最近、玄関ホールに飾ってある雛飾りを見るために散歩する方もいらっしゃいます。健老園は「**楽しい生活をおくる場所**」ですから、「ケ」の日にも楽しそうに過ごしているお姿を見ると嬉しくなります。これからも、ゆつくり楽しくお過ごしください♪



特別養護老人ホーム 健老園で行われた楽しい企画やイベント、日常の風景をお届けします。是非ご覧ください♪

👍 お抹茶を堪能しました!

1月8日(木)、毎年恒例になっている**新春お抹茶会**を行いました。理事長がお茶を点て、ご利用者さまに練り切りと共に振る舞います。「苦い…」と言う方もいらっしゃいましたが(笑)、手慣れたお作法でお茶碗を持ってたしなまれる方も多く、「久しぶりね、何年ぶりかしら」と言われるものの、身体はしっかりと覚えていらっしゃるようです。さすがですね。抹茶は最近では「**MATCHA**」が世界的な健康ブームとして、海外の方にも親しまれているようです。日本の伝統を守るため、これからも健老園の**伝統企画**として続けていきたいと思えます。来年もお楽しみに♪



錦海荘のスタッフ日記



🌿 介護職員 延原 義晴

yoshiharu nobuhara

わが家に新しい家族がやってきました。**コザクラインコ**です。先日、あるお店に行った時、とてもきれいな鳥を見つけました。「かわいいな」と眺めているうちに、気がつけば家に連れて帰っていました(笑)。お店にいた時はとてもおとなしかったのですが、家にきてからは元気いっぱい!よく鳴き、よくおしゃべりもし、今ではインコに振り回されながらも**楽しい毎日**を過ごしています。インコ用のおもちゃも買ってあげました。気に入って毎日楽しそうに遊んでいます。名前は「**ピーポー**」と名付けました。少しにぎやか過ぎますが(笑)その元気な姿にとても癒されています。



🌿 機能訓練指導員 時岡有美

yumi tokioka



3月1日に開催された**東京マラソン**に参加し、42.195kmを走り抜いてきました。当選倍率12倍の狭き門をくぐり抜け、雨予報が快晴に変わり、怪我もなく、ただ号砲を待つだけになった時、**大きな幸運**に恵まれた気がしました。いざ始まると、自分の足で都心を走る高揚感、足の痛みで走れなくなる焦り、完走の喜びや目標タイムを逃した悔しさなど様々な感情があり、間違いなく**一生の思い出**になる1日となりました。



🌿 介護職員 角井 祐

yu kadoi



最近、私が夢中になっているのが**野球観戦**です。もともと吹奏楽部だったこともあり、高校野球を観る機会が多かったのですが、友人に誘われて**プロ野球観戦**に行ったことがきっかけでした。実際に球場で観る試合は、テレビでは味わえない迫力と一体感があり、応援の熱気に思わず引き込まれてしまいました。普段は声が小さいのですが、試合中は別人のように声を出して応援しています。日常の中で少し肩の力を抜き、気持ちをリフレッシュできる**大切な時間**になっています。

健老園のスタッフ日記

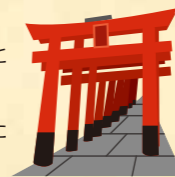


🌿 介護職員 石田 愉香

yuka ishida



私の好きな休日の過ごし方は、**プチ旅行**に行くことです。最近、伏見稲荷大社や伊勢神宮に行きました。伏見稲荷の千本鳥居は、山頂までとても長い道のりでしたが、息切れしながら何とか頑張って歩きました♪伊勢神宮では外宮と内宮を回りました。おかげ横丁で食べた赤福のぜんざいがとても美味しかったです!ちなみに、おかげ横丁で買った宝くじでなんと**1万円**が当たりました!これからもいろいろな所を旅行して楽しみたいと思っています。



🌿 介護職員 前川 理恵

rie maekawa



私は**格闘技「RIZIN」**が大好きなので、家族旅行をかねて現地観戦を楽しんでいます。子供の手が離れて寂しい気がしていましたが、代わりに**夫婦揃っての旅行**が増えて嬉しく思っています。また、お酒も大好きなので、現地の美味しいものを食べながら、

みんなで美味しいお酒を堪能しています!仕事にプライベートに**楽しい日**を過ごしていきたいです♥



🌿 看護職員 岡田 恵子

keiko okada



1月に60歳となり、夫や子供、孫たちに囲まれて、**還暦祝い**をしてもらいました。写真には写っていませんが、赤いちゃんちゃんこも着て、みんなで鍋やお寿司を囲んで**楽しい一日**を過ごしました。まだまだ若いつもりだったので、「還暦」と言われると急に歳をとったようで複雑な気分でしたが、可愛い孫たちの成長を楽しみに、プレゼントもいっぱい買ってあげたいので、もう少しだけ**仕事を頑張ろう**と誓った日でもありました。