

労災ケア通信

第94号

2026年2月15日

発行：一般財団法人
労災サポートセンター

〒102-0073

東京都千代田区九段北4-1-3
飛栄九段北ビル10F

TEL 03-6834-2510(代表)

FAX 03-6834-2530

ホームページアドレス

<https://www.rousaisc.or.jp>

ケアプラザだより

ケアプラザ岩見沢

「祝・百寿！」

内閣総理大臣から届いた輝く銀杯」

施設長

令和7年10月、おめでたい出来事がありました。

入居者の清水新七さんが、100歳の誕生日を迎えられ、なんと内閣総理大臣から立派な表彰状とキラキラに輝く銀杯を受け取られました。

清水さんは「これに合う立派な額を買って飾らなきゃね」と、目を細めてニッコリ。その嬉しそうな笑顔に、居合わせた職員も思わず心がポカポカと温まりました。

お昼時、食堂で催した誕生会の席でこのニュースを紹介すると、入居者の方々と職員から「おめでとー」「すっぴいねー」という声が沸き起こり



銀杯を手に笑顔の清水さん(向かって左)

ました。主役の清水さんは、少し照れくさそうにしながらも、背筋をピンと伸ばしてどこか誇らしげ。その素敵な表情がとても印象的でした。

100歳という大きな節目を一緒にお祝いすることができ、私たちも本当に幸せです。清水さん、これからもその素敵な笑顔をたくさん見せてください。本当におめでとーございます！

「生演奏にうっとり、ピアノ演奏会」

行事委員長

10月22日(水)、ピアノ演奏会を開催しました。演奏してくださったのは、仕事のかたわらボランティアでピアノ演奏を披露する活動をしている山崎和基さんです。山崎さんは、幼少期からピアノを習い、趣味で演奏活動をされていて、幼稚園などでもボランティアで演奏を披露されています。今回の演奏会は、施設のピアノを活用し、入居者の方々にゆっくりと生演奏を楽しんでいただきたいという想いから企画しました。

初めての試みにもかかわらず、入居者をはじめ職員など30名以上が参加し、会場は静かで温かい雰囲気になりました。



ピアノ演奏を楽しまれる入居者の方々

山崎さんには、約40分間にわたり、懐かしの歌謡曲や映画音楽を中心とした約15曲を演奏していただきました。青春時代を彩ったお馴染みのメロディーが奏でられると、参加された方々は、控えめな手拍子をされたり、静かに目を閉じて聴き入ったり、思い思いに音色を感じている様子でした。山崎さんは、演奏後にアンコールをお願いしたところ快く応じてくださり、さらにもう一曲披露していただきました。

入居者の方からは、「ピアノの音色が良かった」「身近で聴けて本当に良かった」と、感謝の声をいただきました。

素晴らしい演奏を披露してくださった山崎さんには職員一同、感謝の気持ちでいっぱいです。

ケアプラザ富谷

「色とりどりの

花のじゅうたんに、感動！」

総務課

10月22日(水)、施設行事のミニ旅行として、広大な花畑で知られる「やくらいガーデン」を訪れました。やや肌寒い季節でしたが、色とりどりの花々が広がる園内をゆったりと散



色とりどりの花畑をバックに 笑顔の入居者の方

策でき、とてもリフレッシュできる時間になりました。

入居者の方々も「きれいだね」「また来たいね」と笑顔が多く見られ、写真を撮ったり季節の花の香りを楽しんだり、思い思いに過ごされていました。

施設の中ではなく、普段とは少し違った雰囲気と話ができたのも良い機会でした。今後もこのように楽しめる行事を続けていきたいと思っています。

「入居者の方々と交流も、職場体験学習」

介護課

11月12日(水) 13日(木) 富

谷市内の中学校から職場体験学習生2名を受入れ、看護師、介護士の仕事内容他、リハビリや食事の補助、車椅子乗車等を体

験していただきました。

また、ラジオ体操やレクリエーション活動を通じて入居者の方々と交流を図ることもできました。

体験学習の感想をいただきましたので紹介します。

成田中学校 石垣さん

教えていただいた様々なことの中でも特に食事の話が印象に残っていて、一人一人に合わせた食事に行っているから全く同じものを食べている人はいない、ということにすごく驚きました。あまり、介護のことを知らない私たちにも細かく丁寧に説明して下さったので介護の大切なことや使っている道具などをより詳しく知ることができました。



昼食の配膳実習の様子



電動車椅子の操作実習の様子

成田中学校 内堀さん

車いすに乗ってみた時は、坂を登る時の大変さを知ることができていい体験になりました。レクリエーションでは、施設の中でも季節が感じられるように工夫していることに驚きました。一緒に飾り付けをして、お話しして、とても楽しかったです。壁に飾り付け終わった時そばにいたみんなが笑顔になっていて、とても心が明るくなりました。

ケアプラザ四街道

「対抗戦で白熱！」

盛り上がった運動会」

行事運営委員会

10月22日(水) コミュニティホールで秋の運動会を行いました。



白熱した玉入れ競技、ナイスピッチングも続出！

行った種目は定番の「玉入れ」から始まり、一列に並んでビーチボールを隣の人に渡す「玉送りリレー」、パン食い競争の「パン」を「うまい棒」に変えた「駄菓子食い競争」です。今回は棟別対抗戦とした影響なのか、参加者全員が白熱して大盛り上がり。

「玉入れ」では皆さんナイスピッチング。籠の中に入るものもあれば、落ちた球を拾う職員に直撃する玉もあり、思いがけない場面に大爆笑！

また、「駄菓子食い競争」では、うまい棒めがけて車イスで猛ダッシュする姿も見られ、ヒヤヒヤしたり盛り上がったりと、あっという間に予定の2時間が経過し、白熱した運動

会はお開きとなりました。

「身体の健康も、お口の『健口』も」

介護課職員・作業療法士

楽しみながら体を動かし、お口の健康も目的として、毎週木曜日に『遊びリテーション』という集団体操を実施しています。

当初はレクリエーションで体を動かすことを目的として始まったものでしたが、いろいろなアレンジや訪問歯科医師のアドバイスもいただき、現在はラジオ体操、口腔体操、脳トレを行っています。

お口の体操や発声を取り入れた口腔体操は、嚥む力や飲み込み、発声の維持や唾液の分泌、表情筋や入れ



遊びを取り入れた体操に、楽しみながら参加する入居者の方々

歯の安定など様々な効果があると考えられています。

なかなか一人でやるのは恥ずかしいという方も多いですが、みんなと一緒にやることで続けられるという声も聞かれます。

これからも身体だけでなく、お口の健康、そして脳トレで脳の活性化をしながら、入居者の方々が楽しんで取り組める体操として続けていきたいと思っています。

ケアプラザ瀬戸

「施設内の畑で収穫、

さつまいも美味しかった!」

総務課

施設の中庭に空き区画があり、入居者の方々から「畑にしてはどうか」との意見を頂戴し、職員有志でさつまいもを栽培しました。

夏の猛暑もさつまいもの栽培には丁度良く、約10kgを収穫しました。

ある秋の日入居者の方々と一緒に収穫し、後日調理して焼き芋と大学芋を味わいました。

皆さんから、「焼きたては美味しい」「近頃売っている芋はネットリばっかりだが、ホクホク系のさつまいもだった」などと満足していただき、栽



収穫したさつまいもを手にする入居者の方

培した有志として嬉しいのは勿論、上手くいって焼き芋だけに「ホット」しました。

入居者の方々と食の大切さを理解するいい機会となりました。

これからも皆さんに楽しんでいただける作物を植えて食べ物に感謝する食育を楽しみたいと思います。

「施設に自生する植物で

門松づくりに挑戦!」

総務課

施設の敷地は広く、四季を楽しめる様々な植物が植えられています。

「施設に自生している植物で、『門松づくり』を行ってはどうか?」と入居者の方から提案があり職員有志と入居者の方々と門松づくりを体験



入居者の方々と力を合わせて門松づくりを体験!



完成した門松で迎春らしく華やかに

しました。

松の枝・青竹・梅の枝で松竹梅、縁起物の南天これらは全て施設の敷地で採取できました。購入したのは鉢植えと葉牡丹ぐらいです。

天気の良い12月下旬に、入居者の方々と寄せ植えを行い、無事に門松が完成しました。最後はみんなで記念撮影!

今年はこの門松が、邪気を払って

くれたのか素晴らしい年始となりました。

ケアプラザ堺

「ボッチャ大会」

介護課

11月23日（日）堺市内にあるフアインプラザ大阪でボッチャ大会が開催されました。

当施設からは、毎週日曜日に施設内で練習しているクラブメンバー8名の入居者の方々が参加されました。コロナ禍による行動制限が緩和され、6年ぶりの参加となりました。前回の経験者と今回初参加者の混成チーム2組が、日頃の練習成果を出すべ



集中力を研ぎ澄ませた一投！

く果敢に挑戦。どの試合も緻密な戦略や駆け引きのもと、緊張感に満ちたコートでの白熱した試合展開となりました。

結果は予選リーグを勝ち進むも決勝トーナメント2回戦で惜しくも敗退となりましたが、久々の参加ということもあり、メンバーからは普段見られない充実感に満ちた様子が窺えました。

早くも次回大会での優勝を目指して、入居者の方々は再び練習に励んでいます。

「職員の余興で盛り上げ！年忘れ会」

介護課

12月10日（水）入居者の方々に1年の締めくくりとして楽しい時間を過ごしていただくことを目的に施設内で年忘れ会を開催しました。

当日は職員による余興のハンドベルやダンスが披露され、明るい音楽に合わせて会場は大いに盛り上がりしました。

また、ビンゴゲームも行われ、番号が呼ばれるたびに歓声が上がリ、笑顔あふれるひと時となりました。さらにスイーツフェアも同時に開催され、ミニケーキの食べ放題が用意されました。

会場は季節の飾り付けも施され、



みんな楽しく年忘れ！

華やかな雰囲気にも包まれ、スイーツを楽しみながら入居者同士や職員との交流が深まり、心に残る年忘れ会となりました。

ケアプラザ呉

「音楽の力を実感！」

演奏会に笑顔あふれて！

総務課

11月12日（水）、呉市で18年間音楽ボランティアとして活動されているポップスバンドのサウンドメイツの皆さん13名にお越しいただき演奏会を開催しました。

入居者の方々が普段カラオケで歌っているおなじみの曲を中心に、全



生演奏の響きに聴き入る入居者の方々

26曲を演奏していただきました。入居者の方々は、生演奏ならではの音の響きを楽しんでいらつしやるようでした。また、全員で一緒に盛り上がる事ができるように、演奏会の構成も工夫していただき、職員も演奏に合わせて手拍子や振付で会場全体を盛り上げました。

入居者の方々は自然と笑顔になり、演奏曲に合わせて体を動かしたり、口ずさんだりする様子が印象的で、改めて音楽の力を感しました。

サウンドメイツの皆様からは、来年度も演奏会を開催していただけるとのお話をいただき、今回以上に楽しんでいたけよう盛りあげていきたいと思ひます。

「年末お食事会」

介護課

12月3日（水）昼食時に、毎年恒例の「年末お食事会」を開催しました。食事のメインは握り寿司でボリュームがあり好評でした。バイキングも用意し、たい焼き、肉まんなどが人気でした。ソフトドリンク、ノンアルコール飲料も準備していたので、入居者の方々から次々と注文が入りました。

食堂の入口や中には、クリスマスの飾りつけを行い、BGMを流して、職員はクリスマスらしいコスチュームでムードを盛りあげました。

豪華な食事と楽しい雰囲気の中で、入居者の方々には、心ゆくまでイベントを満喫していただき大成功だったと感じています。



豪華！ボリューム満点の握り寿司



クリスマス衣装でおもてなし

今後も、入居者の方々の希望や意見を参考にしながら、より一層喜んでいただける行事を企画してまいります。

ケアプラザ新居浜

「心打たれた園児のパフォーマンス」

総務課長

12月3日（水）、近くにあるパコダ幼稚園の園児と先生方をお招きし、年忘れ会と称してハーモニカ演奏やダンスを披露していただきました。

コロナ禍以前も、当施設の行事に何度かご参加いただいていた。とにかく可愛く純粋でひたむきな姿



可愛いパフォーマンスに魅了される入居者の方々

に職員をはじめ、入居者の方々も心打たれ、目を潤ませていらつしやる方も多数見受けられました。

このパフォーマンスを披露していただくにあたって、園児の皆様はもとより、園長先生をはじめ諸先生方や園バスの運転手の方にも多大なるご理解やご協力をいただきました。皆様とともに過ごした年忘れ会は、かけがえのない行事となりました、心より感謝いたします。



「ありがとうの言葉に支えられ

奮闘の日々」

日本管財株式会社設備員 西岡 勇

私たちは、日頃から入居者の皆様安心して暮らせるように施設全体の設備保守・管理業務を担っており、日々、建物の点検及び保全等を行っております。

施設では、水道、電気及び空調等の様々なトラブルがあるので、常に監視を行い対応するなど大変なときもありますが、居室内の漏水や電球切れ等のトラブルをすみやかに解決した際に入居者の方から「ありがとう」や「いつもご苦労さま」など感謝の言葉をいただいたときには、達成感ややりがいを感じ嬉しく思います。



ミニキッチンの点検を行う西岡設備員

今後も入居者の皆様が安心・安全に生活していただけるよう、暮らしの支えとして設備員一同、任務を全うしたいと思います。

ケアプラザ宇土

「祝創立40周年

宇土東小から記念のぼり旗贈呈」

総務課

施設の向かいにある宇土東小学校が来年度に創立40周年を迎える記念事業として、のぼり旗の設置について申し出を受け、11月20日（木）贈呈式が執り行われました。

贈呈式には、広報部長である6年



宇土東小学校 広報部長6年生の皆さん

生3名が来所され、「これまでの感謝とこれからも地域の皆さんとともに輝き続ける学校作りに取り組んでいきます」とお話があり、のぼり旗2本を贈呈いただきました。

宇土東小学校の皆様とは当施設開設時から季節ごとの行事参加や施設見学など深く交流を図ってきました。贈呈頂いたのぼり旗は、施設の正門に掲示しています。

これからも地域の事業所として、子供たちが健やかに安心して生活できる環境作りに微力ながら貢献できればと考えています。

「シンプルだけど奥深い！

ボッチャに歓声」

行事運営委員会

11月26日（水）に、ボッチャ大会を開催しました。

11月に入り急に寒くなったため、当初予定していたグラウンドゴルフ大会を、急遽屋内で開催できるボッチャ大会に変更しました。

今回は9月に引き続き、2回目の開催となりました。

ボッチャは、シンプルですが奥深い競技なので、「おいしい！」「おーっ！」等の声が会場のおちこちであがり、大会は盛り上がりました。

入居者の方から、「練習を積み重ね



熱戦！ボッチャ大会

て地域の競技大会に出場できたらいいね。」とのご意見もありました。ガチ勢、エンジョイ勢、共にみんなで楽しめるよう、今後も定期的に開催していきたいと思えます。

「2025 年忘れ会」

行事運営委員会

12月17日（水）に、年忘れ会を開催しました。開会にあたって、サンタクロースに扮した施設長が、スクリーンに映した施設の行事風景のスライド写真を背景に2025年を振り返りました。

オープニングは、ボランティアグループ「さつき倶楽部」の皆さんにハーモニカ演奏を披露していただき

ました。入居者の方々は、童謡や懐メロの演奏に、歌詞を口ずさみながら聴き入っていらっしゃいました。続いての「カラオケ大会」では、イントリーされた入居者7人の熱唱に次ぐ熱唱が繰り広げられ、最も盛り上げた入居者の方に特別賞が贈られました。

最後に、入居者代表と職員代表の行事運営委員が一緒に当たりくじを引き、当選者を決定する「お楽しみ抽選会」を実施し、大きな歓声があがる中で、20名の方々に賞品をプレゼントしました。

今後も、季節の節目節目に入居者の方々に楽しんでいただけるような行事の開催に努めていきたいと思えます。



熱唱！年忘れカラオケ大会