

親
光
だ
よ
り

1月号



新年のご挨拶

謹んで新春のお慶びを申し上げます。旧年中は当施設の運営にご理解とご協力をいただき、厚く御礼申し上げます。皆様方のお力添えをもちましてご入居者と共に無事新年を迎えることができました。

昨年は、コロナ禍により制限されていたご入居者のこれまでの生活を取り戻すため、ご家族との面会の再開・外出や外食の実施、レクリエーションや納涼祭などの行事の再開ができた一年でした。

さて、親光は運営を始めてから今年で丸十五年が経ちます。その間、介護サービスのあり方も大きく変化してきました。また、特養をはじめとする介護施設も充足していく中、「選ばれる施設」にならなければ淘汰される時代になってきているように感じています。

二〇二五年は己巳（きのとみ）です。「これまでの努力や準備が実を結び始める時期」だそうです。これまでの施設の取り組みが実を結び、専門性の高い職員が優しさをもってサービスを提供できるよう職員一同努めて参りますので、今後ともより一層のご支援を賜りますよう、心からお願ひ申し上げます。

末筆ながら、皆様のご多幸とご健康を祈念し、新年の挨拶とさせていただきます。



特別養護老人ホーム親光
施設長 山崎 猛臣

新年明けましておめでとうございます。日頃からご家族の皆様には多大なるご支援、ご協力をいただき厚く御礼を申し上げます。

さて今年も親光では例年通り『親光神社』を建てさせてもらい、入居者の皆様にお参りをさせていただきました。お正月に来られたご家族様にも一緒にお参りをしていただきおみくじを引き、絵馬を飾っていただきました、一緒に楽しむことができよかったですと思います。

今年の絵馬も各々の思いを書いていただきましたが「世界平和」「美味しい物が食べたい」「家族が健康で過ごせますように」と様々な思いが書かれていました。その中でも今年は『健康』というワードが多かったように思います。その願いが叶うように皆様がお元気で過ごしていただくために日々様子をうかがい、体調管理を行い、少しでも長く親光で過ごしていただけるよう職員一同頑張っております。

今年も一年入居者の皆様、ご家族の皆様、そして職員が『平穏無事』に過ごせますように。

そして我がジャイアンツが今年こそ日本一になりますよう。本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。



介護課 課長
ケアマネージャー
鈴木 友子

あけましておめでとうございます

ご家族の皆さまには健やかに新春をお迎えのことと心よりお喜び申し上げます。

旧年中は、温かいご支援ご協力をいただき、誠にありがとうございました。

日頃より、入居されている皆さまには施設での食事をより楽しんでいただけるよう、さまざまな取り組みを行っております。昨年は、特にマグロの解体ショーを数年ぶりに実施することができました。目の前で切り分けられる迫力ある様子を真剣な眼差しで見入っていて、マグロの頭が近くになると笑顔や歓声が沸いていました。

夕食に提供した刺身は大変好評でした。今年もたくさんの方に喜んでいただけたよう、給食委託業者のユイ・フード株式会社のスタッフと準備を進めています。

今年も己巳にちなみ、じなやかで柔軟な対応」を心がけ、入居者の皆さまの健康を支える栄養面での工夫を更に進めていきたいと考えております。季節感や楽しさを食事に取り入れ、食べる喜びをお届けできるよう努めてまいります。

本年も、皆さまにとつて穏やかで笑顔あふれる一年となるよう、栄養課一同力を合わせて取り組んでまいります。どうぞよろしくお願ひ申し上げます



栄養課 課長
管理栄養士
大野 真美



課長
看護師
栗野 麻奈美

新年あけましておめでとうございます。
昨年は施設行事やレクレーション等に多くのご家族様にご参加頂きご支援・ご協力の程本当にありがとうございます。

さて親光エントランスには新年恒例の親光神社が建てられております。入居者様の願いを乗せた絵馬には「健康で楽しく暮らしたい」と書かれた絵馬がたくさん飾られています。そうですね。入居者様の願いが一日でも長く叶う様にも嘱託医・職員と協力し合いながら頑張っていきたいと思います。
そして今年【巳年】

・古い皮を脱ぎ捨て新しい皮で生まれ変わる【再生】と【変革】を意味する年のようです。

私達も今までの看護・介護の固定観念にとられず、古きものを愛しそして見直し、新しいものや(考え方)を取り入れ、より優しくより効率よく入居者様の幸せの為の変革を考える年にしていけたらと考えております。

私自身の変革・・・今年は一〇〇Kマラソン挑戦の年。フルマラソンランナーからウルトラランナー変革へ。地道にトレーニングしております。

【継続は力なり】【努力は裏切らない】
こんなお決まりセオリーを人は簡単に言うけれど身をもって達成できればこの言葉は嘘じゃないと自信を持って子供達に伝えられる。人生でつまづいた時、ちょっとだけ頑張ってみようかな。そんな風に思えたら私の子育ては大成功です。

五十歳の初挑戦(笑)
どこまでやり切れるか分かりませんが全力で富士五湖を駆け抜けてきます。



1階 せせらぎ
フロアリーダー
本間 亜矢子

あけましておめでとうございます。
寒い日が続いていますね。

旧年中は、皆様には大変お世話になり、本当にありがとうございます。本年も、より一層のケアの向上に努めていきたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願ひいたします。

我が家のお正月は、家族全員が揃うのが十二月三十一日だけだったので、この日に年越し蕎麦もおせちもお雑煮も、みんなで作って食べました！久しぶりに家族が集まり、笑顔で過ごせた時間は本当に心温まるひとときでした。今年もこうした日々の小さな幸せを大切にしていきたいと思ひます。

今年の干支は蛇ですが、蛇が夢に出てくると金運が上がるそうです。毎晩布団に入ったら蛇を思い浮かべながら眠りにつこうと思ひます！

皆様にとって二〇二五年が素晴らしい一年となりますよう、心からお祈り申し上げます。



2階 そよかぜ
フロアリーダー
加藤 紀子

新年明けましておめでとうございます。
皆様におかれましては、お健やかに新春をお迎えのことと存じます。

昨年は、新型コロナウイルスの社会制限が落ち着き始め、少しずつ日常を取り戻す兆しが見えた一年でした。新たな生活様式の中での挑戦や工夫を通じて、皆様とのつながりの大切さを改めて感じた年でもありました。

今年の元旦は大宮氷川神社へ行き、参拝後におみくじを引きました。おみくじは「吉」的なものも期待して引いたのですが、初めて見る「平」というものでした。家に帰り調べたところ、「平」のおみくじのある神社は全国で八社だけ、それに「平」が出る確率も2%以下だそうです。平かで穏やかな状態なので、今の状態で待つのがいい」と書かれており、今年一年この運勢をポジティブに考えて行動していきたいと思ひます。

今年、平かで穏やか」という言葉を胸に刻み、日々の生活や仕事に取り組んでいきたいと思ひます。新しい挑戦にも一歩ずつ前向きに取り組み、目の前の一つ一つを丁寧に積み重ねていく一年にしたいと考えています。

また、地域の皆様とのつながりをより深め、支え合いながら笑顔あふれる日々を共有できるよう、これまで以上に努力してまいります。これからも変わらぬご支援を賜りますようお願い申し上げます。

二〇二五年が皆様にとって明るく充実した一年となりますよう、心からお祈り申し上げます。本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。



3階 ひだまり
フロアリーダー
西山 隆之

新年あけましておめでとようございます。
本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。

昨年は、ご入居皆様とご家族皆様のご協力の下、サービス向上委員が先頭に立って施設が一丸となり、数年ぶりで大々的な「納涼祭」と煌びやかな「花火大会」を開催することができました。並びにボランティア団体様含め、地域の方々のバックアップにより、節目節目の施設行事も、欠かす事なく催す事ができました。また、各フロアにおいても、積極的に外出レクやユニットレクを企画し、以前同様「活気に満ちた親光」を取り戻せつつあるのではと実感した一年でした。

お陰をもちまして、親光も今年の四月から創設一六年度に突入いたします。「一六」という数字は、ポジティブ思考を象徴する数字であるそうです「私も一六歳の時が失敗を恐れず、一番前向きであったと感じます(笑)」。まだまだ感染症や災害等、幾多の困難も訪れる事と思いますが、脱皮を繰り返す「蛇」のように親光も一皮も二皮も剥けていく施設でありたいと考えております。

最後になりましたが、入居者の皆様、ご家族の皆様が幸多き一年でありますよう、心よりお祈り申し上げます。



機能訓練指導員
井上 丈士

明けましておめでとようございます。

皆様におかれましては、よき新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。昨年は、パリオリピックがあり、日本中が大いに盛り上がりました。選手・スタッフ達の頑張りには、胸を熱くさせてもらいました。皆様はいかがでしたでしょうか。

さて、二〇二五年の十二支は「巳」十干は「乙」、干支は乙巳(きのとみ)です。

六〇年周期の干支の中で四十二番目になる乙巳は「努力を重ね、物事を安定させていく」ような年と言われています。また「巳」は「再生と変化」を意味し、脱皮を繰り返すことから不老不死のシンボルともされてきました。蛇のように再生や変化を繰り返しながら、柔軟に発展していく年になると考えられます。このように、私も、向上心を持ち、取り巻く状況や環境に対して柔軟に対応し、発展できるように、心掛けていきたいと思っておりますので本年もよろしくお願ひいたします。

体操や機能訓練・レクリエーション等で、身体を動かしてもらい、入居者様には、「少しでも多くの笑顔」を、「楽しく、穏やかな生活」を送れるように、支援させて頂きたいと思っております。

また、皆様にとっても幸多き一年になりますようにお祈りいたします。

12月・1月の行事食

12月24日 クリスマスメニュー

12月31日 かき揚げそば

1月1日 おせち料理

1月2日 お刺身・天ぷら

1月3日 ちらし寿司



12月にはクリスマスを彩る特別メニューや年越しそばををご用意し、入居者の皆さまに楽しんでいただきました。クリスマスメニューでは、彩り豊かな料理に「見た目も華やかで素敵ね」と喜びの声が上がり、年越しそばは「温かくて心も身体もほっとする味」と大変ご好評をいただきました。

新年を迎えた1月には、おせち料理、刺身や天ぷら、ちらし寿司など豪華な献立をご用意。七草粥・鏡開きのおしるこなどご提供させていただき「新年らしい豪華さで嬉しい」との声が寄せられ、笑顔があふれていました。

季節感を大切に行事食を通して、皆さまにとって楽しいひとときと心温まる食事の時間をお届けできたことを、嬉しく思います。今年も引き続き、皆さまに笑顔と喜びを感じていただけるよう努めてまいります。

管理栄養士 大野・中村

MERRY CHRISTMAS
AND
HAPPY NEW YEAR

【せせらぎ】では、Xmasイベントとしてビンゴ大会を開催しました！
数字が呼ばれるたびに「あった！」
「あとひとつ！」と大きな声が飛び交い、会場には笑顔と歓声が溢れていました。



景品を手にした時の嬉しそうな表情が、とても印象的でした。
楽しいひとときには、心温まる
クリスマスの思い出が
増えました！





そよかぜユニットでは、
ハンドベルを楽しみました
職員がリードする中、入居者様も
タイミングを合わせてベルを鳴らし、
見事なアンサンブルを披露。
「楽しかったわ!」といった声が聞かれ
みなさまの笑顔が
印象的でした!!



ひだまりユニットでは、ローストチキンとワイン・
ビールを楽しむ食事会を開催しました!
テーブルには香ばしく焼き上げた
ローストチキンが並び、ワインやビールとともに、
少し特別なクリスマスの雰囲気を出しました。



2025

新年の恒例行事として、施設内に「親光神社」を設置しました。入居者の皆さまには手を合わせてお参りしていただき、それぞれの願いを込めた絵馬をかけていただきました。



また、近くの「冰川神社」へ初詣にも出かけ、清々しい空気の中、心新たに一年の願いをお祈りしました。参拝後には「気持ちがあっさりしたよ」「新年の始まりをしっかりと感ぜられた」と皆さまから嬉しい声が聞かれました。





親光だよりはホームページでもご覧になれます

【<https://www.1234.gr.jp/shinko> 広報誌】

