はなぞの

みなみはなえん
南花園だより
第138号・2025年4月

南花園

社会福祉法人　貴陽福祉会　特別養護老人ホーム南花園　松戸市河原塚102-8　TEL 047-392-0881　FAX047-392-0882
特別養護老人ホーム第二南花園　松戸市紙敷 1186-8　TEL 047-392-3336　FAX047-392-3366

令和七年度を迎えて

社会福祉法人　貴陽福祉会
特別養護老人ホーム第二南花園
施設長　下森　宙

今の季節、どこを歩いていても、美しく咲き誇る桜のピンク色や、幸せそうにあたり一面に咲く菜の花の黄色が目に飛び込んできて、私たちの心を癒してくれます。桜は主として北半球の温帯に広く分布しているようですが、美しい花の咲く種類はアジアに多く、しかも日本列島が中心だそうです。松戸市内にも桜の名所は数多くありますが、今年の第二南花園のお花見は、ドライブも兼ねて葛飾区にある水元公園や近隣の東松戸中央公園に出掛けました。入居者の皆様も久しぶりの外出に大変喜ばれていたようでした。南花園の中庭の桜も毎年毎年美しく見事に咲き誇り、入居者の皆様や職員の目と心を楽しませてくれますので、お近くにお越しの際は、是非お立ち寄りいただければと思います。

さて、この頃毎日のように「物価高騰」「値上げ」という言葉を耳にします。この物価高騰や値上げは各家庭に大きなダメージを与え、また施設にとっても、経費の増大など深刻な影響をもたらせています。そしてここにきて、トランプ大統領が発表した相互関税により、日本経済はもとより、世界経済に対し大きな影響を与え景気後退が懸念されています。景気が後退すると社会保障制度を揺るがし、結果的に介護業界にも大きく影響することになります。「２０２５年は介護崩壊元年」と言われている今、一日でも早く高齢者や高齢者を支える人たちが、心から安心できる社会になってほしいと願うばかりです。

令和七年度もすでにスタートしていますが、今年度も法人の理念である「人として　人間らしく生きるために　佛教心をもって　伴にくらしましょう」と、理事長の掲げる合言葉「思いやる心を胸に　チームの和」を胸に、貴陽福祉会に関わる全ての皆様方が幸せで、笑顔で安心していられるよう、職員一同一丸となって誠心誠意努力してまいる所存でございますので、今後とも変わらぬご指導・ご鞭撻を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

こんな行事もありました

1/29 出前の日

音楽療法

3/19 お彼岸供養

はなぞの広場

3/30 国分川桜まつり散策

プライバシー個室化工事完了

入所者のプライバシー保護のため
特養多床室（4人部屋・2人部屋）を個室化しました

3/22 防災訓練

新入職員紹介

新しい仲間が増えました。
よろしくおねがいします。

南花園

特養介護員
内田　拓哉

技能実習生

特養介護員
ファム　ティ　ホン　ズェン

特養介護員
クァン　トゥ　フェ

南花園今後の予定

5月
- 喫茶コーナー
- ドライブ（遠足）

6月
- 誕生会
- レク大会

7月
- 喫茶コーナー
- 防災訓練

その他
- 散髪（毎週火曜日）

※感染症等発生時には行事の見直しを行う場合があります。

こんな行事もありました

4/8 花まつり

3/1 ひな祭り

平音会の皆様
ありがとう
ございました

3/26 お花見昼食会

お花見弁当

第二南花園 ３階個室ユニット型特養・短期入所生活介護便り

お花見

美しい桜の花を楽しみました

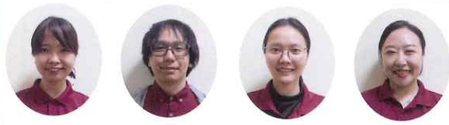
ひなまつり

お雛様と記念撮影

みんなの広場

新入職員紹介

私たちは新たな希望を胸に
頑張りますので よろしくお願いします



ユニット型介護員
高　越雯

非常勤事務員
田中　國博

ユニット型介護員
レー　ティ　トゥイ
【技能実習生】

非常勤介護助手
金澤　由希菜

【第二南花園　特別養護老人ホーム】

第二南花園今後の予定

5月
- 鯉のぼり見学
- 菖蒲湯
- 誕生会
- ゆいの花公園散策

6月
- 防災訓練
- 園内昼食会
- 誕生会

7月
- 七夕見学
- かき氷大会
- 誕生会

その他
- 音楽療法（第一・三日曜日）
- 散髪（毎週水曜日）

※感染症等の感染予防の為、国の方針に従い、行事を見直す場合があります。

第二南花園 ２階従来型特養便り

1/22・3/19 誕生会

大きいケーキでお祝いしました

2/5 豆まき

今年の鬼は誰でしょう？

みんなの広場

デイサービス便り

筆をおろす 書初め

今年も恒例の書初めを行いました。普段筆で書く機会がなく、皆様最初は「書けないわ」とおっしゃっていましたが、いざ筆を持つと背筋を伸ばし真剣な表情で墨を付けて書初めしました。皆様達筆でそれぞれ芸術的でステキな作品が出来上がりました。

鬼は外・福は内 節分

デイサービスの節分行事では、利用者の皆様が赤鬼・青鬼に向かって豆を投げ「鬼は一外・福は一内」と元気な声を上げました。職員が持つ赤鬼・青鬼の大きな口の開いたパネルで迫力のある鬼退治が行われました。皆様の所に幸運をもたらす福の神を呼び込める笑い声溢れる楽しい節分の会となりました。

行事予定

5月
- 節句の会
- バウンドボール
- 潮干狩りに行こう

6月
- 虹を探そう
- ワンニャンをすくえ
- 三つつなげろ

7月
- 七夕の会
- フラダンス
- 魚釣り大会

こんな行事もありました

誕生会

みんなで工作

競馬ゲーム

だるまさんレッツゴー

お花見

じゃんけん大会

テーブルホッケー

雪合戦

園庭バイキング

バウンドゲーム

うなぎ釣り

永年勤続表彰

5年

《常勤》
島 英夫 事務員
チャン ミン ホアン 事務員

10年

《常勤》
阿川 朝美 特養介護員
酒井 央日 特養介護員
松田 明実 調理員

25年

《常勤》
鈴木 さち 事務員

《非常勤》
大楠 玉愛 特養介護員

後列左から 島・ホアン・酒井
前列左から 松田・鈴木・大楠・阿川

資格取得者

南花園

社会福祉主事取得
飯沼 由美 特養主任介護員兼生活相談員
酒井 央日 特養介護員

介護支援専門員合格
酒井 央日 特養介護員

介護福祉士取得
坂本 晴代 特養介護員
陳 紅宇 特養介護員

第二南花園

介護福祉士
青 清 従来型介護員
陳 佐絵子 従来型非常勤介護員
井上 仁美 ユニット型介護員
高 越雯 ユニット型介護員

昇格

南花園

上田 千明 副主任看護職員
↑看護職員

第二南花園

荒谷 卓也 主任生活相談員
↑副主任生活相談員
佐藤 敦子 ユニットリーダー
↑ユニット型介護員

異動

髙橋 充 第二南花園従来型介護員
↑南花園介護員
城津 武志 南花園副主任事務員
↑第二南花園主任事務員

東部高齢者いきいき安心センター（東部地域包括支援センター）便り

季節の変わり目に「春バテ」していませんか

春は日々の寒暖差や気圧変動が大きい季節です。この寒暖差や気圧差によって自律神経が乱れ、心身に不調をきたすことを「春バテ」といいます。春は生活面でも変化が多い季節です。環境の変化によって体と心にストレスを与えてしまうことで、自律神経が乱れがちになってしまいます。

今回は、春の不調を予防するポイントをお伝えします。

《春バテを予防するために》

①バランスの良い食事を心がける

自律神経を整えるためには一日三回の規則正しい、バランスの良い食事を取ることが重要です。

特に朝食は体内時計をリセットし、胃腸の働きを促し自律神経の調節に良いと言われています。

②入浴で体を温める

入浴すると副交感神経が優先的に働いてリラックス効果をもたらし、さらに血行を促進させるために自律神経が整います。

★お湯の温度は38~40度で10分程度であがるようにしましょう。

③こまめに体を動かす

運動はセロトニンなどの自律神経を整えるホルモンを活性化します。忙しい中でも、歩幅を広げる、姿勢をよくする、階段を利用するなど日常生活の動きを少し変えるように工夫しましょう。

④質の良い睡眠をとる

寝不足は疲労が蓄積し交感神経が高まった状態が続きます。質の良い睡眠のため①**入浴は寝る1~2時間前に済ませる**②**寝る前の光刺激（テレビや携帯）を避ける**などの方法が効果的です。

春バテの主な症状

人として 人間らしく生きるために 佛教心をもって 伴にくらしましょう

介護職員随時募集中!! 一緒に働きませんか?

貴陽福祉会のHP紹介

貴陽福祉会のホームページを是非ご覧ください。要望・お気づきの点がありましたら、お気軽にお問い合わせ下さい。（スマホでも閲覧可能です。）検索は「南花園」で。
HPアドレスは
「https://www.kiyou.or.jp」です。

第二南花園の防火・防災への取り組みが表彰されました

第二南花園では令和七年二月二十日、松戸市防火・防災協会東部支部様と松戸市東部消防署長様より日頃の防火・防災対策について表彰して頂きました。

これからも地域の皆様に支えていただきながら、防火・防災に努めて参ります。

保育室便り 今日も元気いっぱいです

今昔生活雑記帳 二十五

（江戸の旅食事情十六） 勝手コラム

鯉のぼり「泳ぐ真鯉は命の象徴」

新年度となりこの号が出る頃にはさくらの季節も過ぎ五月、鯉のぼりの季節です。前回は鯉と昇龍のお話しでしたがまず色について、〝鯛〟はお目出度い色としてサクラ色＝赤系統のカラーイメージがあると思います。では〝鯉〟は？

大空に泳ぐ鯉のぼり「大きな真鯉はお父さん、小さい緋鯉は子供たち～」と唱歌にありますが、陰陽五行説では真鯉は黒色で冬・父を、緋鯉は赤色で夏・母、次の青色は春・木で成長する子供を象徴し、黒の真鯉は水を表し生命の源と考えます。

本邦では神様への捧げ物として「米・お酒・塩・水」の他、新鮮な魚介類などを神饌として来ました。神様からの力を分けて頂く為に、お下がりとしていただく事もあり、南房総市の高家神社では魚を直接手に触れず捌く神事「包丁式」が五月と十一月に行われ、鯛や鯉も強い生命力から用いられて来ました。

古来日本では一般的に獣肉は禁忌とされ、鳥や魚介類が貴重なタンパク源で、海から遠い内陸部では鯉など川魚が手に入り易く食べられています。鯉料理の「鯉のあらい」とは、刺身と違い魚の身を切りつけて皿に盛るのではなく、生きている鯉をさばいて三枚におろし、身を薄切りにしてお湯にさらし流水でよく洗い流し身を締める料理法方です。鯉の身は洗う事で身が締まりコリコリとした食感となり、細かい骨はありますが薄切りにする事で気にならなくなります。〝と調べました。

そう私、刺身もよく食べますが鯉を食べた事はなかったので食べてみました。脂など感じないさっぱりした淡泊な味で酢味噌が良く合い、生海老のような〝ぷりぷり〟とした食感。熱燗でいただいてサイコーでした。皆様も機会があればぜひ。

編集後記

令和七年度の幕開け。ささやかながらお花見をしたり、明るい兆しが見えています。

世の中は既に新型コロナの事などなかったかのように急速に元の生活に戻っていきますが、施設を訪れる皆様は今でもちゃんと、職員同様マスクの着用や手洗い等、感染対策を守ってくださっていてありがたいです。

コロナ・インフルエンザ・感染性胃腸炎…私達の戦いは今も続いています。

今年度もどうぞよろしくお願いいたします。