



中三条のお誕生日会♪
今回は「お菓子の汽車」を作って
おいしく頂きました



～ イベント写真 ～



デイサービスでは節分！！
豆の代わりにカラーボール
を鬼にまき。笑顔で厄を
払いました



フォーライフ桃郷便り

発行所
毎日寿心社
世田谷区北烏山7-8-11
TEL03-3300-1600

2月号

※感染症対策は
十分に
配慮しております

職員紹介 Vol. 49

池田 かおり (いけだ かおり) 中3条 職員

☆出身は？ ☆血液型・年齢は？

東京

A型・46歳

☆趣味特技は？

お菓子作り、ソフトボール(守備)

☆前職はなにをしていましたか？

事務職、お菓子職人。

☆尊敬する人物はいますか？

フェリックス・ヴァロットン(画家)

☆性格を一言でいうと？

ポジティブ

☆尊敬する人物は？

フォーライフ桃郷の職員の皆さんです。

☆最近ハマっていることは？

色々な種類のラムネ菓子を仕事のあとに食べることです。

☆あなたにとって宝物とは何ですか？

我が子です。

☆一番の自慢何ですか？

誠実でありたいと常に心掛けている所です。

☆自分のチャームポイントは？

「真面目」なところ。

☆なぜこの仕事を選んだのですか？

父の在宅介護がきっかけとなりました。

☆フォーライフ桃郷で働いてみての感想は？

学ぶことが沢山あり、それを親切に指導して下さる
職員の皆さんのおかげで働くことができて良かったと思いました。

☆この仕事で嬉しかったことは？

ご利用者様に「大好き」とおっしゃっていただけたことです。

☆最後になにか一言！？

介護職員として働かせていただいて毎日ご利用者様からたくさんの学びと喜びを頂いております。ご利用者様
とご家族様に安心してお任せいただけるようこれからも頑張っていきたいと思っておりますのでどうぞよろしくお願い
致します。



今流行りの・・・

中2条の大澤です。以前からミスのピエールマルコリーニとのコラボドーナツが気になっていましたが、今回、全種類買い揃えました！

美味しいと話題で大人気！数量限定して販売しています。前に買いに行った時はすでに完売していて、全く買えませんでした。ぜひ、1度は食べたいと思ったので、10時から販売だろうと思い、9時50分頃にお店の前に行きましたが、なんとその日は11時から販売。時間設定を間違えてしまいました(笑)。確実に買ったかったので並び、無事に6種類全部買えました♪帰宅後、母とシェアして全種類食べましたが、全て美味しかったです。特に私が気に入ったのはフォンダンショコラヘーゼルナッツです。ヘーゼルナッツの香りが丁度良く、甘さもしつこくなくて美味しかったです。ぜひ、まだ買っていない方は販売時間を調べて買ってみてください！

白いドーナツ
がおすすめです！



胸肉生活

タンパク質は、筋肉・骨・血液の材料となる重要な栄養素です。スポーツや筋トレなどで全身を動かすために必要で、体作りにおいて大きな役割を担っています。筋肉は強い運動によって分解され、タンパク質を吸収して合成するというプロセスを経ながら強く大きくなっていきます。そんなわけで水上家では鶏の胸肉は欠かせません。毎日食べますし、食べる量も多いので近所にある大型スーパーのコストコで鶏の胸肉を調達しています。2.4kgで1164円という家計にもやさしい鶏の胸肉。基本的には茹でて食べるスタイルです。もも肉と比べると味気ないので苦手な方も多いと思いますが、健康と美容のために胸肉生活を始めてみてはいかがでしょうか。



水上 健

特養の現状を少一しお伝えします！

いつも「フォーライフ桃郷便り」にお付き合いくださり、誠にありがとうございます。

コロナウイルス感染症が流行したため、今年度は「家族会」を開催することが出来ませんでした。少しだけですが、現在の特養のことをお伝え出来ればと思い、書かせていただきます。

平成17年10月にオープンして、今年で15年目。定員は60名。男女比ですが、男性11名、女性49名なので、8割以上が女性のご利用者となります。全体の平均年齢は90.8歳。男女別の平均年齢は、男性が87.1歳、女性が92.3歳となります。日本の平均寿命(2020年7月厚労省発表)は男性が81.4歳、女性は87.45歳ですので、男女共に大きく上回っています。ご利用者の最高年齢は103歳。100歳を超えている方は3名いらっしゃいます。素晴らしいです。ちなみに、103歳の方が生まれた1918年(大正7年)。世界では「第一次世界大戦が終結」。日本では「シベリア出兵」「富山県で米騒動」などが起こり、同い年は「田中角栄」や「ボブ・フェラー」…。いかに偉大であることがうかがえますね。

コロナウイルス感染症が世界中で猛威を振っています、偉大な先輩方を見習い、1日1日を大切に、懸命に歩いていこうと思います。

生活相談員 橋本

施設での行事およびイベント紹介

【2021年2月イベント予定】

2月20日(日) 誕生日会(東3条)
2月21日(日) ケーキ作り(SS)

【2021年3月イベント予定】

3月3日(水) ひな祭りコスプレ(DS)
3月4日(木) ひな祭り寸劇(DS)
3月21日(日) 鍋パーティー(SS)



編集長 水上 健

指導とは
指導についての考え方は今と昔では大きく変化してきています。私が子供の頃はスパルタ指導が当たり前で少年野球や高校野球でも褒められる回数より怒られる回数の方がはるかに多かったと思います。子供の成長よりは、勝利を優先する考え方で勝つことが褒められ、勝つために努力したプロセスを褒めてくれる指導者は少なかったと思います。

先日テレビで元バレーボール選手の益子直美さんが主催する小学生のバレーボール大会の特集をしていました。この大会の特別ルールは『監督が怒ってはいけない』ということ。怒る指導は答えを与えてしまう指導で、指導者の言う通りに動くことしかできなくなり、選手の自主性や主体性を伸ばすことができなくなるため、怒ることを禁止しているそうです。

目先の勝利だけではなくて、子どもたちに将来どんな大人になってほしいか。スポーツを通して、人間性をどう育てるか。指導者たちがしっかりと「ビジョン」を持って指導をすることが一番重要なのではないのでしょうか。

編集後記