

新年のご挨拶

フォークソング回顧録 みたび

老人保健施設もえぎ 施設長
下山 丈人



明けましておめでとうございます。

今年は『ザ・フォーク・クルセダーズ』のお話です。『ザ・フォーク・クルセダーズ』は1965年に京都の大学生のアマチュアバンドとして結成され、2年後に解散しましたが、自主制作アルバムの中に、『おらは死んじまっただー』という早回しの音声で歌い出す『帰ってきたヨッパライ』がありました。この曲が関西のラジオ放送で流されて話題となり、レコード会社がプロデビューする話を元メンバーの加藤和彦と北山修に持ちかけ、はしだのりひこを加えた3人によって、1967年に1年間の期限付きで『ザ・フォーク・クルセダーズ』は再結成されました。1968年にはこの『帰ってきたヨッパライ』が日本国中で大ヒットし、多くの人々に衝撃を与えました。二曲目の南北朝鮮を歌った『イムジン河』は諸事情によって発売中止となり、『悲しくてやりきれない』、『水虫の歌』、『青年は荒野をめざす』などを発表して1968年10月に予定通り解散しましたが、関西フォークの走りとして後のフォークソングブームに大きな影響を残しました。

加藤和彦は解散後、北山修と歌った『あの素晴らしい愛をもう一度』が大ヒット曲となり、ソロ活動やバンドを結成して活躍し、妻である作詞家の安井かずみとのコンビで数多くの作品を残しました。吉田拓郎は彼を師と仰ぐなど、類い希な作曲家や音楽プロデューサーとしての才能によって数々のアーティストに多大なる影響を与えましたが、2009年に軽井沢のホテルで自死しました。北山修は当時、京都府立医科大学の学生で、大学を卒業して精神科の医師を本業として活躍し、九州大学の教授等を歴任し、現在は白鳳大学の学長に就かれています。その傍らで作詞家としても非凡な才能を発揮し、『風』、『戦争を知らない子供たち』、『花嫁』、『さらば恋人』など多くの作品を残しています。はしだのりひこはその後、シューベルツで『風』、クライマックスで『花嫁』などグループを結成して大ヒット曲を連発しました。主夫として妻を看病したことも話題となりましたが、病気のため2017年に亡くなりました。

最後になりましたが、今年も『老人保健施設もえぎ』をどうかよろしくお願いいたします。

もえぎ祭り開催!!

もえぎ祭り事務局長
中沢和彦(通所リハビリテーション)



10月18日(土)に今年も利用者様を対象とした「もえぎ祭り」を開催しました。

午前の部は職員による太鼓演奏と獅子舞を披露し、午後の部は焼きそば・焼き鳥・おやきなどの屋台コーナーと、輪投げ・射的・くじ引きなどの縁日コーナーを設け、お祭りの雰囲気を楽しんでいただきました。利用者様・職員ともに笑顔あふれる1日となりました。

全国老人保健施設大会に参加して

藤沢杏奈(まつば棟)



11月27日・28日に山口県で開催された全国老人保健施設大会に参加し、「受持ちとして利用者を知ろう～受持ちが訪問へ～」と「当施設で行っている“やさしい介護”の定着と普及」の2つの演題を発表しました。

「受持ちとして利用者を知ろう～受持ちが訪問へ～」は、従来、入所前後に施設内ケアマネジャーが自宅へ訪問し、生活の情報を得ていた訪問を、受持ちの介護スタッフが行うことで、どのような生活環境で暮らしているのか、在宅に戻るためにはどのような事が必要になるのか等、具体的にイメージできるようにする取り組みです。実際にスタッフが訪問することで、「生活が具体的にイメージできた。」「施設では車イスだったが自宅ではシルバーカーで歩いていた。」など、利用者様について深く理解することができ、受持ちの意識やケアの質が向上しました。

「当施設で行っている“やさしい介護”の定着と普及」は、福祉用具を積極的に活用し、介助者・利用者双方にとって安全で負担の少ない、“やさしい介護”を当施設内に定着させ、更に、北信総合病院のスタッフ、利用者家族などに対して“やさしい介護”を普及する活動も行っている事を紹介した内容です。当施設では全スタッフが“やさしい介護”を学べるように常時、研修が行われています。

参考となる質問もあり、また「すばらしい取り組みですね」との言葉も頂きました。その他、AIの導入、音声での記録など、最先端のテクノロジーを活用した発表もあり、今後、当施設において参考になる取り組みも聞くことができ、大変学びの多い大会でした。

「ちょっとひと息 体操コーナー」第三弾

前号に続き、体力づくりや気分転換に簡単な体操を紹介します！

今回は「ふくらはぎの筋肉強化編」です。2種類、ご紹介します。空いた時間にゆっくりやってみましょう。

準備: 支えになる椅子を準備します



パート1

- ①椅子の後ろに立ち、背もたれをつかみます。
- ②両足のかかとを、『1・2・3・4』とゆっくりと数えながら上げます。
- ③次に、『5・6・7・8』とゆっくりと数えながら下げます。

→5～10回、行います。



パート2

- ①パート1と同様に、背もたれをつかみます。
- ②両足のかかとを上げ、つま先立ちになります。
- ③床に打ち付けるように、ドスンとかかとを下ろします。

→5～10回、行います。

※かかとを床に打ち付けることで骨に刺激が入り、骨が弱くなりにくくなります。

*この体操は、「なかの なかよく なっちょ体操」の一部です。

北信ケーブルテレビや中野市ホームページで紹介しています。ご興味ある方はご参照ください。

編集後記

2026年が始まりました。今年の干支は60年ぶりの丙午（ひのえうま）です。そして老人保健施設もえぎは令和8年8月8日で開設30周年となります。丙午の年のように情熱を持って、エネルギッシュな1年にしていきたいと思います。 つくし棟 島田