

Take FREE

とち、吉野川のみえる放送局

FM五條 78.0MHz

水 模 様

vol.2 2017年秋号

発行日:2017年11月15日
発行:社会福祉法人 祥水園
〒637-0036 五條市野原西3丁目3-41
TEL:0747-23-0615 FAX:0747-22-8713
編集:奈良日日新聞社
〒630-8001 奈良市法華寺町2番地4
TEL:0742-32-2000 FAX:0742-32-1919



INDEX

ページ2

てい談

加藤五條市歯科医師会長×柳生歯
科衛生士
「口腔ケアで五條を元気に」

ページ3

FM五條から皆さまに楽しく役立つ
情報を発信。
ラジオ番組紹介

ページ4

ご入居者さまの明るく楽しい毎日
をご紹介します。
祥水園便り

ページ2～3

番組タイムテーブル

「介護予防で地域を元気に」

祥水園の季刊誌「水模様」もリニューアルして、第2回目の発行となりました。

今回のテーマは「介護予防で地域を元気に」とさせていただきました。祥水園では毎年1回、「認知症フォーラム」を開催させていただいております。毎回ゲストをお呼びしての講演会や地元のお店に協力いただいたの模擬店など、お子さまから高齢者まで皆さまが健康に、そして元気に楽しく過ごしていただけるイベントをこころがけております。

今年で3回目を数える認知症フォーラムですが、今回は「けんこうフェス」と称し、スペシャルゲストにデューク更家さんをお招きしました。日ごろから誰でも簡単にできるウォーキングやストレッチをレクチャーいただき、皆さまに楽しんで健康になっていただけたかと思います。

また、五條歯科医師会会長の加藤嘉純先生と日本歯科大学新潟の二宮一智准教授にお越しいたいただき、「口腔（こうくう）ケア」についての講演をいただきました。健康寿命を延ばす上でも口腔ケアは重要な意味をもつひとつとして、平成18年の介護保険制度改定の際に介護予防サービスのひとつとして導入され、祥水園でも早くから取り入れております。

次頁から始まるてい談にも加藤先生をお招きし、口腔ケアについて語り合いました。ぜひご参考にしていただければと思います。

そして、FM五條の番組紹介、最終頁では利用者さまの元気なご様子も掲載させていただきました。ご高覧いただけますと幸いです。

FM五條78.0MHz番組紹介

「楽しく聞ける英語番組に」

この度、英語教育番組「Mayko English Salon Radio」を担当させていただきますことになりましたMaykoです。私は五條市の隣町、和歌山県橋本市で「Mayko English Salon」という英語教室を開いています。大人から子どもまでどんな世代でも楽しんで聞きたいだけのような番組をお送りしていきます。

この番組は子ども向けの楽しい英語音楽からスタート。これは、実際に英語教室で、英語に慣れ親しむためのダンスレッスンで使っているものです。歌の解説などもありますので、お子さまと一緒に楽しんで聞いていただきたいと思います。

お子さまとダンスで楽しんだ後は、すぐ使える英会話のお話をさせていただきます。誰でも楽しく使えて、どの方でも興味をそえられるような英会話をお届けします。

番組の最後には、私がおすすめる洋楽を紹介。その曲の解説と、そこで使われている英語のポイントやこの曲を選んだ理由になったちょっとした私のストーリーなどをお話させていただきます。

そして、英語の勉強のこと、子育てであっ



たことなどをリクエストいただければ、そのストーリーにあったぴったりの洋楽をつけて皆さまにお届けしたいと思っています。

「Mayko English Salon」では、下は1歳6カ月から上は40歳代まで幅広いお客さまが日々英語を学んでいるので、私共も勉強がこんな風だだろうかと思ったりもしています。そこで、英語の勉強に役立つような教材や、子どもが英語を学んでいる様子や、英語の勉強の楽しさや、英語の勉強の大切さなどについて、小学生の子どもたちに英語を教える方法を紹介します。

また、「Child ren learn through play」(子どもは遊びながら学ぶ)をモットーにさまざまな工夫をしております。この考案は、以前の職場、祥水園で遊びリレーションを担当していたことが影響しています。遊ばしリレーションとは、ただ単にリハビリを行うのではなく遊びの中

にリハビリ要素があり、リハビリを受けている人はただ楽しんでいたりリハビリになっていたとするものではないです。

この活動を行う中で、お年を召した方々が童心に戻ったように笑い、楽しめる様子が印象的で、この時に私も勉強がこんな風だだろうかと思ったりもしています。そこで、英語の勉強に役立つような教材や、子どもが英語を学んでいる様子や、英語の勉強の楽しさや、英語の勉強の大切さなどについて、小学生の子どもたちに英語を教える方法を紹介します。

Mayko
番組タイトル:「Mayko English Salon Radio」
放送時間: 毎週土曜・日曜日9:45~10:00
リクエスト・メッセージ: FAX0747-32-8257
Email: 780@fmgojo.com

「福祉や介護を幅広くお話」

皆さま初めまして！月曜日10時30分から放送されています「ソーシャルワーカーのぼ君が行く！」のパーソナリティをさせていただきます。今回は自己紹介や番組紹介、どんな番組にしていきたいか、意気込みを紹介させていただきます。

はじめに、自己紹介をさせていただきます。改めまして松本昇(まつもと のぼる)と申します。年齢は今年28歳です。関西福祉科学大学を卒業後、祥水園で働かせていただき6年目になり、現在は特別養護老人ホームの生活相談員として働かせていただいています。

資格は社会福祉士・精神保健福祉士・介護福祉士の国家資格を取得しています。社会福祉士は「社会福祉士及び介護福祉士法」という法律に定められており、「専門的知識および技術をもって、身体上もしくは精神上の障害があること、または環境上の理由により日常生活を営むのに支障がある者の福祉に関する相談に応じ、助言、指導、福祉サービスを提供する者、または、医師その他の保健医療サービスを提供する者、その他の関係者との連携及び調整その他の援助を行うことを業とする者」となっています。



社会福祉士「ソーシャルワーカー」と言われ、何らかの理由で生活しづらい方の相談・助言などを行うことや関係機関と調整・連絡を行い、援助していく役割の人のことを言われ、毎日の実務の中で活用させていただきます。

趣味は、アクアリウムで熱帯魚・メダカを育てること、そしてスポーツをやることなども大好きです。他にもいろいろと趣味があるのでラジオの中でも紹介できればと思っています。

次に、番組紹介についてです！まずは番組名の由来ですが、塩崎理事長より命名していただきました。持っている社会福祉士「ソーシャルワーカー」と「のぼ君」は愛称です。ラジオの内容容については、福祉や介護など幅広くお話をさせていただきます。また、福祉のことだけではなく趣味仲間の

います。福祉分野で活躍されている方や福祉分野には関係してはいないけれど、誰かの役に立ちたいと情熱を持つておられる方にもお話を聞かせていただきたいと思っています。

また、イベントの告知や皆さまから発信してほしいと要望があったことなども番組で紹介させていただきます。

番組についての意気込みですが、リスナーの皆さまが聞きたいと思える番組にしたいと思っています。現在手探りですが、収録を少しずつさせていただいております。まだまだ手探りの状態なので、リスナーの皆さまより「こんなことが聞きたい」「今の思いを伝えたいので出演したい」など多くの意見をいただきたいです。また、福祉のことだけではなく趣味仲間の

松本 昇(まつもと のぼる)
番組タイトル:「ソーシャルワーカーのぼ君が行く！」
放送時間: 毎週月曜日10:30~11:00
リクエスト・メッセージ: FAX0747-32-8257
Email: 780@fmgojo.com

FM五條 Time Table 78.0MHz

	月	火	水	木	金	土	日
5:00	FM GOJO~special program~						
9:45	 フラダンス AKKO	 太極拳 島田陽夫	 ヨガ 竹本智子	 自衛術 西尾明	 鍼灸師 かほる子	 柔道整復師 上久保圭祐	Mayko English Salon Aki
10:00	防災インフォメーション 協力: 五條市						
10:30	 ソーシャル・ワーカー のぼ君がいく! 松本昇	 Impulse GOJO 五條市商工会青年部 藤井一貴	 私の履歴書 斎藤潤	五條の厨から	ウェル・ビーイング 大集合!	FM 五條 ヒルドキッ! サタデー	新町学・五條学 斎藤潤
11:00	FM 五條 ヒルドキッ! 11:10 頃 12:00 頃 13:00 頃 販売新聞ニュース / 天気 / 交通 12:30 頃 集まれ! 未来の五條! ※17:30 頃 「イブニング五條 780」内再放送 (月) Nara Treasure Radio ■奈良県立五條高等学校 放送部 / 智辯学園中学校・高等学校 放送部 (火) 絵本の広場 ■カッキークラブ交流会 西吉野おはなし会 / 牧野小学校図書ボランティア (水) はばたけ五條ぼくの学校 ■五條市教育委員会 (木) 五條らびっく広場 ■五條市内の保育所・幼稚園 (金) カルムインフォメーション ■五條市保健福祉センター カルム五條 共通コーナー ピックアップ五條 / 五條愛 / 青春歌謡 / 情熱の人 11:30 頃 (火) Banana FM クロストーク 11:50 頃 (木) ならどっと FM クロストーク ※最終週のみ  うえきょん  津山理美  カワイチカコ  飯下恵子  斎藤有紀 ※第2週 寺谷一紀 ※第4週 西浦まき 徳丸新作の五條から よろしゅうおさがり ※第1、3、5週 徳丸 新作 ※第1、3、5週 奈良クラブ植田祥吉 ※第2、4週 斎藤潤 輝く女性のための 秘密♥講座 塩崎万規子 川村優里の音楽でジャーニー【再】※第1、3週 ワクワク!IBALI MAGIC【再】※第2、4週 長谷川雅生 FM GOJO~special program~ ※第5週						
14:00	健康玉手箱	奈良日日新聞 presents 『熱血取材』	川村優里の音楽でジャーニー【再】※第1、3週 ワクワク!IBALI MAGIC【再】※第2、4週 FM GOJO~special program~ ※第5週	きのかわおトーク(得) ニュース 斎藤潤 布川哲光	キックオフ! 奈良クラブ 植田祥吉 Go!Go! Bambiuous	輝く女性のための 秘密♥講座 塩崎万規子	川村優里の音楽でジャーニー【再】※第1、3週 ワクワク!IBALI MAGIC【再】※第2、4週 長谷川雅生 FM GOJO~special program~ ※第5週

明るく、楽しく、
心豊かな生活をご紹介します

祥水園便り

特別養護老人ホーム

「スポーツの秋、毎年恒例の運動会」

スポーツの秋、10月10、11日と祥水園西ウィレージ・コミュニティホール大ホールにて、毎年恒例の特養運動会が開催されました。横断幕や旗、そろいの鉢巻きや応援グッズなどは、入居者さまと職員が勝利に向けて一丸となり、何日も前から準備してきました。運動会当日、入居者さまの選手宣誓を皮切りに絶対に負けられない熱戦が始まりました。今年の特養運動会では、「お菓子取り競争」「缶詰み競争」「玉入れ」「綱引き」と職員対抗リレーです。どの競技も白熱の展開、入居者の皆さまの腕も足もいつも以上に動きます。最終競技の綱引きでは、祥水園介護職

スポーツの秋、10月10、11日と祥水園西ウィレージ・コミュニティホール大ホールにて、毎年恒例の特養運動会が開催されました。横断幕や旗、そろいの鉢巻きや応援グッズなどは、入居者さまと職員が勝利に向けて一丸となり、何日も前から準備してきました。運動会当日、入居者さまの選手宣誓を皮切りに絶対に負けられない熱戦が始まりました。今年の特養運動会では、「お菓子取り競争」「缶詰み競争」「玉入れ」「綱引き」と職員対抗リレーです。どの競技も白熱の展開、入居者の皆さまの腕も足もいつも以上に動きます。最終競技の綱引きでは、祥水園介護職



デイサービスセンター連

「お口を清潔にして、健康な生活」

デイサービスセンター連（ささなめ）では、昨年度より口腔（くわく）ケアの充実を目指しています。口腔ケアの代表としてあげられるのが「歯磨き」です。しかし、その「歯磨き」は果たして歯をきれいにすることだけが目的なのでしょうか。実は、口腔環境は高齢者の全身の健康と密接に関連しています。口の中には細菌がたくさんいて、その中には誤嚥（ごえん）性肺炎の原因となる細菌も含まれています。もちろん口の中に入れていない細菌も付着しているのです。夜寝る前に義歯を外して洗浄するのは、口腔環境を整えるだけでなく、誤嚥性肺炎の予防にもつながります。冬になると、風邪なども流行し始めます。その境から全身の健康を見直していきませんか。能訓練や口腔清掃を個別に提案し、口腔から全身の健康を守るお手伝いをさせていただきます。口腔機能を向上させることで、食べる、話す、表情を作るといった機能の維持や向上にも効果があります。



軽費老人ホーム

「最高のティータイムを満喫」

祥水園西Villageにある「カフェ・エッセ」に軽費老人ホームのご利用者3人が先日行ってこられました。見晴らしの良いテラスから一望できる吉野川を見ながら飲むコーヒーは格別とのこと。また、最近、新メニューが登場したとのこと。それも楽しみにされています。新メニューというのは、大きなバケットにたっぷりのタルタルソースと特製の卵焼きを挟んだ「たまごサンド」の名も「福ちゃんサンド」。幸福・満腹そして発案者の職員の一文字を使い命名されたそうです。



グループホーム慈泉庵

「いつまでもお元気に、長寿式開催」

グループホーム慈泉庵では長寿式を行いました。ご利用者さまと職員から取った大きな手と手を合わせて大きな幸せをイメージしました。いつもご利用者さまがお祝いしてくださる「お祝い」の気持ちを込めて、皆様にもご利用者さまもお祝いしていただきましょう。慈泉庵のご利用者も若い方も80歳を越えておられ、元気に過ごされています。



心の詩（皆さまからの投稿コーナー）

【川柳】
長寿式 感謝感謝の 年重ね
仏壇に 心供える 朝のお茶
今朝も無事 時計より先 目を覚まし
良い話 ないか白紙の 予定表
スタートの 横一線に ある闘志
松本タカエ

【短歌】
今年 生蓮寺様より 送られし
蓮の花咲く ホームの庭は
年一度 帰って来る 父母の
仏に供ふ おみなえしの花
広いホームの 片隅に 今年も咲けり 薬草の花
花坂 照子

生きるとは 老いることなり 吾れは今
九十二歳を 越えて安泰
平素留守 ほったらかしの 仏壇を
磨きて先祖の 供養を待てり
福井 貢

【俳句】
異常なる 続く早に 畑、砂漠
玉砂利の 光和らぎ 葉月尽
（葉月（八月）の終わりの句）
運動会 親子の雲の 眺めおり
忘れもの 届けて戻る 虫の道
（忘れ物を届けた帰りの句）
参道に 紅華やぎて 彼岸花
辻 久子