

自律して、地域と共に暮らせる支援!

# 鳥取市なごみ苑

Vol.49  
2022 July.



# なごみアルバム



今年の春も3密を避け、ドライブやイベント食を楽しみました。

行事は心身機能の維持向上、認知症の予防・進行の予防、コミュニケーションの促進、生活の質の向上などの目的で行っています。場所や内容により、以下の効果が期待できるそうです。



## 真教寺公園（動物）

幸福感

動物を見て「かわいいな♥♥♥」と思うだけで幸せホルモンが分泌されます。



## 出会いの森（花）

ストレス緩和

森林浴や花の鑑賞が脳の活動に影響を与え、心理的、生理的に生じたストレス反応を緩和してくれます。



## 山陰海岸ジオパーク（海）

クリエイティブ

海を感じると気分がリラックスし、クリエイティブな発想が生まれやすくなるのは科学的にも根拠があるようです。



## イベント食

生活の質  
季節感  
食欲増加

『寿司・天ぷら・茶わん蒸し』のゴールデンコラボ。「これはまさしく、和食のワンダーランドや！」と言う声が…。



# Ikigai活動アルバム

## ひまわり畠『UBUMI BASE☆』に参加しています！

鳥取福祉会の「うぶみ苑」が、地域住民や行政、企業などと協力して、取り組まれています。

苑のご利用者も『Ikigai活動』の一環として苗つくりや植え付けなどの活動を行い、楽しみながら参加されました。



昨年の風景（用瀬鷹狩）

①種まき・苗つくり



②水やり・観察



③苗引き渡し



④植え付け



今の風景



「これでええ！」



「たのむで！」



インスタ  
QR

Youtube  
QR

「花が咲いたら見に  
いかないけんな♪」

## 近隣公園の美化活動に取り組んでいます！

なごみ苑では、「自律して、地域と共に暮らせる支援」を推進しています。

昨年から的場地区にある他法人介護施設のご利用者と職員が一緒に近隣公園の美化活動を行っています。地域の方との交流や会話が増え、誰かの役に立てるという《やりがい》が、参加者の『Ikigai活動』に繋がっているようです。



「ようなった、きれいになったな～」

## オレンジガーデニングプロジェクトに参加しています！

「認知症になっても暮らしやすいまち！」という思いを共有し、全国各地でオレンジ色の花を咲かせるプロジェクトです。

昨年から、利用者と職員が一緒に楽しみながら花を育てています。この活動で認知症について、周囲の人と話をしたり、人・地域・社会が繋がるきっかけになればと考えています。



# 新人職員紹介！

色々なテーマで、  
考え方や思いを聞い  
てみました。



にしむら  
**西村 朋子**  
(介護福祉士)



やまね  
**山根 章弘**  
(介護員)



はら  
**原 信枝**  
(介護福祉士)



たにもと  
**谷本 奈保**  
(看護師)



ふくやま  
**福山 裕子**  
(看護師)

## ■ 仕事で大事にしていることは？

### 西村 **冷静な判断、優しく、和**

- 程よく冷静で、程よく陽気であるようにしたいです。

### 山根 **挨拶**

- 利用者の顔と名前を覚えることが大切です。

### 原 **健康でいる為の早寝、早起き**

- 元気だと楽しく働く事が出来ると感じられるので。

### 谷本 **判断力と迅速な対応**

- 介護が主役の現場、何かあった時には頼られる存在でありたい。

### 福山 **笑顔**

- 明るく元気よく接する

## ■ これからチャレンジしたいことは？

### 西村 **体質改善**

- 健康を保つために。

### 山根 **アウトドア**

- コロナの影響で外出しにくいから。

### 原

### スマートフォンの使いこなし

- 受信した電話を取る又、家族にかけるのみの利用だから。

### 谷本 **愛玩動物飼養管理士の取得**

- いつか保護犬に関わることをしたいという夢がある。

### 福山 **マイナス5kgダイエット**

- 年齢も年齢なので、健康の事を考えて減量をがんばる。

## ■ 好きな場所は？

### 西村 **自宅、本がたくさんある所、植物園**

- 落ち着ける場所。

### 山根 **ライブハウス（野外イベント）**

- いろんな人達に会えるから。

### 原 **袋井の土手**

- 散歩コースで四季を感じられる所だから好きです。

### 谷本 **大谷海岸**

- 生まれ育った場所。

### 福山 **ふとんの中**

- 一日の疲れをとる所。

## ■ あなたにとって、“なごみ苑”とは？

### 西村 **学ぶ場の一つ**

- たくさんの方々と関わりで世界が広がると感じます。

### 山根 **新しい職場**

- 先輩方が優しく、利用者様が親切です。

### 原 **生き甲斐が得られる所**

- 社会参加が出来、仕事にやりがいや喜びがあるので。

### 谷本 **新しい人生が始まった場所**

- 長年の県外暮らしからUターンして入職した転機となる場所です。

### 福山 **初めての施設経験**

- スタッフのみなさんが、優しく親切でいいに教えてくれて働きやすい職場。

## ■ ドラえもんの道具で一番ほしいと思うものは？

### 西村 **暗記パン**

- 実に記憶力が欲しいです。

### 山根 **どこでもドア**

- 寝坊しても仕事場に遅刻しない。

### 原 **どこでもドア**

- 夢でしか行けない所へ旅行が出来るので。

### 谷本 **人生やりなおし機**

- 亡くなった愛犬ともう一度一緒に暮らしたい。

### 福山 **どこでもドア**

- いつでもどこでも移動できて便利。

一番人気は『どこでもドア』『そうだ！ UBUMI BASE☆へ行こう！』



## 職員募集

～幸せを作る仕事、鳥取福祉会で働く～

介護職・保育士の職員募集に関するご質問等は、  
下記へお気軽にお問い合わせください。

社会福祉法人 鳥取福祉会 法人本部  
〒680-0873 鳥取県鳥取市の方2丁目1番地  
電話 0857-51-7272 FAX 0857-51-7273



## ボランティア募集

◆募集内容 介護補助、保育補助、清掃、教養活動、  
絵本読み聞かせ、運動、手遊び、演芸ほか

※申込方法／詳細：ホームページをご覧ください



私たちは、「ともに生きる社会」を基調とし、社会福祉の充実をめざします。



社会福祉法人  
**鳥取福祉会**



## ●なごみ苑の概要

・入所定員 96名（内、短期入所6名）／職員数 30名

- 養護老人ホーム
- 外部サービス利用型(介護予防)特定施設入居者生活介護事業
- 生活管理指導短期宿泊事業

## ●交通アクセス



編集・発行 養護老人ホーム **鳥取市なごみ苑**

鳥取市の方2丁目1番地

TEL : 0857-53-6551 / FAX : 0857-53-6554

発行 令和4年7月