

# TADAIMA RYUSOU

ただいま、りゅうそう。

vol.4 / 2025年10月号



## OKAERI

おかえりなさい



ただいま、おかえり。

## 秋祭りのお知らせ

長い酷暑から一転、紅葉や秋風が吹くと四季の移り変わりを味わうことが出来て不思議と心が踊っています。2年連続で秋祭りの実行委員長を務めることとなり、昨年を思い返すとただただ今年が晴れてくれることを祈るばかりです。

今年も雨天予報の場合であっても執り行う予定です。その際は、関係各所の皆様になにかとご不便をおかけするかと思いますがどうかご理解ご協力を頂きたいところでございます。

天候だけでなく、昨年は食事が早々に売り切れてしまい、多くの方々に供給出来なかったこと、屋内での渋滞など多くの反省点があり、今年は同じ轍を踏まないよう、秋祭り委員会を企画考案してまいりました。また、それに伴い多くの団体や地域の方々へ、協力をお願いさせて頂いたところ、快いお返事を頂きました。心より厚く御礼申し上げます。

秋祭りをご利用者、ご家族はもちろん竜爪園職員や携わる多くの皆様が満足度高く、笑顔であふれる秋祭りになるよう『誠意正心』心を込めて準備してまいります。秋祭りまであと少しですが、気温の変化に負けないようお身体に気を付けてお過ごしください。

秋祭り実行委員長 佐々木一也



## 目次 contents

当たり前の時間を、当たり前のように.....	3
RYUSOUと生きる人 #7 .....	4
RYUSOUと生きる人 #8 .....	6
竜爪クラブ活動紹介 .....	8
イベントレポート .....	10
RYUSOU ANIMAL FAMILY .....	11
チーム紹介(看護師) .....	12
RYUSOUやさしいキッチン .....	13
RYUSOUインタビュー この場所で .....	14
編集後記 .....	15

## おさんぽマップのご紹介

この度、「竜爪園おさんぽマップ」を作成いたしました。散歩コースは全部で三つをご用意しております。川沿いコースは、駐車場から川沿いへと続く専用のスロープを使って向かうコースです。川沿いの木々がつくる自然のトンネルを潜りながら、ゆったりとした時間をお過ごしいただけます。屋上コースでは、エレベーターをご利用いただき、空を近く感じながら散歩をお楽しみいただけます。竜爪ファミリーが大切に育てている植物たちを愛でることもできる、特別な空間です。一階施設内コースも、四季の移り変わりをしっかりと堪能していただけるよう工夫いたしました。園内にはご利用者と一緒に作りあげる工作が、あちこちに飾ってありますので、芸術鑑賞の時間にもなります。マップは随時配布をいたしますので、お気軽にお声がけくださいませ。

## 皆様と歩む時間

これらのお散歩コースは、ただ歩くためのものではありません。ご家族同士が自然に会話を交わし、季節を感じ、竜爪園という「家」での時間を心から楽しんでいただくために作られました。ぜひ、多くの方にこのお散歩コースをご利用いただき、大切な人との何気ない、でも、かけがえのない時間を過ごしていただけたらと思います。

竜爪園は今日も、皆様の「ただいま」と「おかえり」を、心よりお待ちしております。

## 当たり前前の時間を、

## 当たり前前のように

### 温もりの場所

竜爪園で暮らすということ。それは様々な人と共に誰もが当たり前前の時間を当たり前のように過ごすということ。家族との大切な時間を、自然な形で過ごしていただくこと。私たちは、そんなご家族に寄り添いたいと思っております。

川のせせらぎに耳を傾け、動物たちの動きに胸を躍らせ、緑豊かな植物たちを眺めながら深呼吸をする。思い出を語り合ったり、心を感じている日々のことを、たわいなく話せる空間を作りたい。それが私たちの願いなのです。

### 特別な日だけではなく、日常に

イベントで、ご家族との大切な時間を楽しんでいただくことも、私たち竜爪園らしいおもてなしです。しかし、特別な日だけではなく、普段からその時間を作ることができないだろうか。そんな想いから、今回の取り組みが生まれました。

竜爪園には、光と影を感じる廊下があります。園内からも四季を感じる川を眺めることができます。屋上に上がれば、竜爪山の雄大な姿を感じることができます。そして今回、駐車場から川沿いへスロープを設置することで、川沿いを歩き、山を眺めることができるようになったのです。



## 周りの環境に感謝して

ユニット型特養 水ユニット 介護職員 荻 奈菜美

今年で亀爪園で働き始めて5年目に突入しました。当時の私はもちろん、親をはじめ園内の先輩方が私が勤続5年目を迎えられるとは思っていなかったと思います。私自身も自分が介護施設に勤めるなんて想像もしていませんでした。

入社のきっかけは、大学時代に亀爪園へ実習にきたことがきっかけです。実習中職員の皆様が優しく、ご利用者と職員間はもちろん、職員同士も人間関係がとてもいい施設だったなという印象でした。当時の私はなにもわからず、モチベーションが低かったと思います。その私のことをあたたかく受け入れてくださり、入社する運びとなりました。

4年半経った今も上司、同僚が優しいことに変わりはなく、とても人間関係に恵まれてるなど日々感じます。同僚はもちろん上司ともコミュニケーションが取りやすく、なんでも相談しやすく肯定的で、寧ろ親身になってくれる、年齢も関係なく、他職種も関係ない、お互いが尊重しあうことで、安心した環境で仕事に集中できてます。現場ではご利用者、職員間で毎日笑い声が響いてる、時にはご利用者のことで大変なことがあったとしても同僚がいるから頑張れる。ふとした介助中にみられたご利用者の表情や些細な変化、笑顔も職員間で共有できる。この環境で仕事できてるからこそ私生活も充実し、周囲の環境に恵まれてるなど感じます。

また6月より面会制限が解除されました。私が入社した当時はコロナ禍で面会は制限されてた為、とても新鮮な日々です。

ご家族が居室に限らずフロアでも過ごしてくださり、以前よりもフロアにいい空気が流れ、活気で溢れてる気がします。今まで以上にご家族とお話する機会があり、その方の今までの自宅での過ごし方や性格、趣味などが聞けることで、その方に合った生活を送ってもらえるよう参考にし、私たちも刺激をもらっています。

今という環境に感謝し、今後も、職員間の連携を大切にしながらご利用者一人ひとりが、豊かに過ごせるよう心を込めてケアに取り組んでいきたいと思っています。



亀爪家族へ  
Q&A

好きなこと：野球観戦、横浜ベイスターズファンです。  
おすすめのお店：ぞおりー（草里）のナポレオンが大好きです。今まで食べたミルフィーユの中で1番サクサク。  
宝くじが当たったら？：スペインでサグラダ・ファミリアをみてみたい。



今という環境に

心から感謝して

Ryusou family Ogi Nanami

# RYUSOU と生きる人 #07

# 縁の下の力持ちを目指して

法人本部 事務職員 鈴木 匡

今から20年程前に入社した私ですが、人員不足で雇われたのではなく、パソコン関係に強い人を法人内に置いておくことを主な目的として採用したそうなので、日によっては手持ち無沙汰になってしまうこともありました。また、事務では教育担当者等はなく、人員も多く何をしていたのかよくわからない日々もあり、自分は必要なのかと感じたこともありました。

そんな中、数名の事務員が諸事情により退社をすることになり、私が仕事を引き継ぐ形になりました。主に保険請求や利用料請求関係の仕事でした。退職が決まってからの引き継ぐ期間が非常に短かった為、システムを覚えるのに苦労した記憶があります。ただ、お金に関することや今までに経験のしたことのない業務だったので、やりがいや責任を感じながら携わることができました。それ以降は、人員配置も見直され、補充することはなく、私に回ってくる仕事も増えてきました。覚えることが多かったですが、新鮮で楽しかったです。また理解が深まってくるとより楽しかったです。

よく事務の仕事は縁の下の力持ちって言われますが、まさにその通りで目立ったりすることはありませんし、淡々としている仕事が多いのが事実です。しかし、思った以上に奥が深いとも感じることがあります。また、入社してから数年後に上司に「鈴木さん、入社したての頃と比べて成長したね」と言われた時は嬉しかったです。

今は昔とは違い、新しいことを覚えていくのが苦手になってきた歳になってきましたが、当時の新鮮で楽しかった気持ちをふとした時に思い出しながら仕事ができればと思います。



自分にはかできないことを  
模索しながら二十年。



好きなこと：動画を観ながらゴロゴロする  
おすすめのお店：駿河屋本店  
掘り出し物があるかも  
宝くじが当たったら：家電と家具を最新にしたい。家族と旅行にいきたい。余ったお金を投資に回したい。

Ryusou family Suzuki Tadashi

# #08 RYUSOU と生きる人

竜爪園の温かい雰囲気は、ご利用者の方々への思いやりだけでなく、職員同士の絆からも生まれています。仕事を離れた場でも自然に集まり、共に汗を流し、笑い合う時間。それが竜爪園の職員交流クラブ活動です。

現在、ハイキングクラブとボーリングクラブという2つのクラブが活動しており、どちらも職員の皆さんの生き生きとした表情と、職場を越えた深いつながりを育んでいます。

## 竜爪園ハイキングクラブ

no.01

リフレッシュと他部署職員との交流を兼ねて令和4年度から、年に2回程度ハイキングをしています。

短い安全なコースには、職員の家族、主に小学生くらいのお子さんも参加してくれています。

ハイキングには様々な効果があると思います。体を動かすことによるリフレッシュ、頂上に立った時の達成感や普段と違った景色、景色を見ながらのお弁当、普段の生活では体感できないことが、少し頑張ることで感じられ、身体や気持ちをリセットできると感じています。また、歩きながら他愛のない会話ができて、職場とは違ったコミュニケーションがとれることも魅力だと感じています。

ハイキングは、きっかけがないと始めにくいと思う人も少なくないと思います。始めたいけど、どこにいったらいいの？服装は？持ち物は？等、意外と不安に感じてしまっています。

竜爪園のハイキングクラブに気楽に参加してもらい、ハイキングを始めるとなったら嬉しいです。

ハイキングは危険も伴います。安全に行うことが最も重要でハイキング翌日も、元気に職場で会えるようにコースや天候には配慮をしています。

## 竜爪園ボーリングクラブ

no.02

竜爪園ボーリングクラブは、社会福祉法人天心会職員の健康増進及びコミュニケーションの促進などを目的に活動しています。令和6年4月から活動を始めて現在までに5回の大会を行いました。

大会は個人戦とチーム戦で行われ、それぞれに豪華？景品を用意しています。

現在の部員は34名いますが参加できるのは平均して16人〜18人程度です。

メンバーは顧問の理事長をはじめとして副園長、介護課長、介護主任、介護職員、栄養、看護、施設保全、法人本部など多種多様な構成です。

年に数回行われる大会に向け特別な練習等をするわけではありませんが、個人的に練習に行っている職員もいるようです。

大会開催に向けてはLINE、掲示板から参加者募集。メンバー表作成。これまでの通算成績を基にハンディキャップを設定。開始時点から得点の加減をすることで全員が優勝を狙えるようにしています。

大会当日は勤務が終わる次第会場に集まり18時40分からゲームがスタート。3人〜4人のチームに分かれて合計2ゲーム行います。参加費用は自費500円で残りは活動費から捻出します。ゲーム代、靴貸出、ドリンクバーソフトクリーム付きです。

新規メンバーを募集しています。職員は、お気軽に機能訓練伊藤まで一声かけてください。



嬉しいです！  
良いスコアが出ました！

よっしゃー！



### 《歴代優勝者》

第1回大会	伊藤祐貴（機能訓練指導員）
第2回大会	杉山匠（介護職員）
第3回大会	市野希央（介護職員）
第4回大会	田宮琉翔（事務員）
第5回大会	中森皐月（栄養職員）



## Club introduction



準備することは、コースタイムの確認、配車、持ち物の周知、買い出し等です。

山での楽しみで欠かせない山頂で食べるキャンプ飯！こちらの準備にも力を入れています。

みんなで食べる山でのご飯は各自でお弁当を用意してもらいますが、出来立てのキャンプ飯も用意して楽しんでいます！例えば、ラーメン、ソーセージ、缶詰など簡易で作られて塩分も補給できるので汗をかけた後の体にはもってこいです！

家で食べるご飯は何でもメニューがそろいますが、山では荷物がかさばるため厳選して持ち物を準備します。水分、ヤカン、ガスボンベ、食材、お菓子など、どのくらい持つていくのかと考えることも楽しみの一つです。



### 今までの活動について

令和4年	梶原山 → 一本松公園 満観峰
令和5年	霊山寺 → 一本松公園 安倍城趾
令和6年	竜爪山（穂積神社まで） 霊山寺 → 一本松公園
令和7年	竜爪山

《過去の登山歴》

楽しい発見の連続！  
みんなで大盛り上がり！



なんだあれー!?



## 竜爪クラブ活動紹介

# RYUSOU♥ANIMAL FAMILY

my family no.3

今回は、竜爪園ファミリー  
小山さん（相談員）と  
一緒に暮らしている  
アニマル家族を  
ご紹介します！



おかえり〜  
ヴァウアウア！

子どもの時から、左耳の後ろが、  
ぼこっ、とはねているところが  
チャームポイント！

職員（RYUSOU FAMILY）の  
日々の疲れを癒してくれる家族を  
ご紹介！愛らしい姿に、皆さんも  
ぜひ癒されてください！



こむぎ  
ちゃん

柴犬（赤）8歳



## 素朴で愛くるしい姿、マイペースなところも魅力いっぱい！

夫も私も、ずっと柴犬を飼いたいと思っていたのですが、なかなか覚悟が決まらず、悩んでいた時、瀧浪副園長の愛犬、柴犬のももちゃんに会い、「やっぱり飼いたい」という気持ちが強くなり、瀧浪副園長にお店を紹介してもらいました。数か月待ち、産まれてから二ヶ月のこむぎに出会いました。抱いた瞬間「この子だ!!」と、運命の出会いをしました。

夫や私が帰ってくると、気に入ったおもちゃをカゴから選んで、啜えながら一目散に駆けつけてきて、時には「ヴァウアウア！」（訳：すっごく会いたかったよ）と話しかけてくれます。何でもない一日が、ちょっと特別になる瞬間です。



『竜爪園にお世話になっている義父も、こむぎに会うのを楽しみにしています。』

## EPISODES

## イベントレポート REPORT

さあ、皆さんに  
竜爪パワーを存分に  
楽しんでいただきましょう！



子どもたちも  
いっぱい楽しい  
時間を過ごしてね♪



### 長尾川花火大会

毎年、8月15日は、長尾川老人福祉センターにて、長尾川花火大会実行委員会主催のもと長尾川花火大会が開催されています。  
園の若手職員がこの日のために南中ソーラン節を練習し披露したり、ソーラナが手作りのものを販売したりしています。また、園の看護師が会場の救護班として参加しています。

花火大会のメインは手筒花火です！  
心込められて作られた手筒花火は毎年圧巻です。  
なんと園内からもみることができます。

また、打ち上げ花火もあり今年はお家族をお呼びしご利用者と一緒に見ていただきました。  
夏の大切な思い出が増えたと思います。

セイヤー！



### 敬老会

9月は敬老の日！ということで、ご利用者のご長寿とご健康をお祝いするため、敬老祝賀会をパブリックホールほっこらにて行いました。ご利用者だけでなくご家族様にも来ていただき、温かく穏やかな時間を過ごすことができました。祝賀会では、園の職員によるソーラン節の披露や、節目の方々には職員・ご家族様からのお手紙と一緒に花束の贈呈を行いました。中には涙ぐまれるご利用者もおり、わたしたち職員も心に残るイベントとなりました。

おいしくて楽しい時間は  
みんなが笑顔になりますね。



RYUSOU  
TEAM WORK



お一人一人に合わせた  
最適なケアを



Team

看護師

nurse

病院は「療養の場」で、主に病気に対する治療を目的とします。介護施設は、「生活の場」で、“ご利用者が安心して快適で楽しい生活を送れる”ことを目指しています。高齢になると誰もが病気や怪我をしやすくなります。安心して生活できるために竜爪園ではどんな医療ケアが受けられるかをご紹介します。

Q 介護施設の看護師の仕事って？

私たち看護師は、「苦痛がなく、穏やかでその人らしく生活ができる」ことを目指します。「生活の場」のため医師は常駐していませんが、外部の嘱託内科医師と連携し、ご利用者の健康管理に努めています。特別養護老人ホームには原則要介護3以上の方が入居されており、体調の変化を言葉で上手に表現できない方もいらっしゃると思います。高齢ゆえ、その病気の特徴的な症状が現れないことも多いためまずは普段の様子を知ることが大切です。ご利用者を身近で介護している介護職員と連携し、普段とは違う…を感じとり、専門的視点で状態を把握・予測して、状態が悪くなる前に「予防的に介入」することを心掛けています。また、ご利用者一人ひとりの意向や生活習慣を尊重し、根拠に基づく安全な看護ケアをチームで行っています。

看護師の主な業務としては、毎日の体調確認やバイタルサインチェック、点眼や軟膏塗布などの基本的な健康管理に加え、医師の指示に基づく経管栄養、喀痰吸引、注射、採血、在宅酸素療法の管理などの医療行為を行っています。また、配薬準備や与薬、診察の介助も大切な役割です。急変時には迅速に対応し、夜間はオンコール体制で施設をサポートしています。入退院時のサポートや救急搬送への対応、施設全体の感染予防対策の実施、職員の健康管理も担っています。そして、積極的治療を望まないご利用者に対しては、施設で穏やかな最期を迎えられるよう、看取りやターミナルケアにも携わっています。

最近では複数の基礎疾患を持つ方、在宅酸素や膀胱留置カテーテルなどの医療処置が必要な方も増えています。ご利用者が快適に生活できるように手助けするために、看護師としての専門性を発揮し、介護職員等他職種と連携し、施設全体の質向上に関わっていきたくと思っています。

看護師免許をお持ちで就職をご検討されている方へのお知らせ

フロレンス・ナイチンゲールは「その人の持てる力を引き出し、その力を最大限発揮できるように手助けすることが看護である」と述べています。ここ、特別養護老人ホームは「生活の場」であり、まさに看護の力を最大限に発揮できる場といえます。少しでも関心があれば、ぜひ一度見学にお越しください。



美味しいは生きる力

みんなで食べると、おいしさ100倍！

毎年、竜爪園では高齢者、障がい者と地域のごとも達が交流できる場を作りたいと思い、『夏休みお楽しみ会』を開催しています。今年もや8月初旬に開催し地域のこども達25名が参加してくださいました！高齢者と順走球ゲームや球入れ障がい者とカーリングゲームを通して交流をしていただきました！ゲーム後は、流しそうめんとかき氷を楽しんでいただきました。流しそうめんでは、なかなかそうめんが取れないこどもがそうめんをとれたときとてもいい笑顔で職員にとれた！と言って見せてくれました。

みんなで遊んで一緒に食べてとっても楽しい時間！



自宅で挑戦！

厨房人気メニュー

牛肉のしゃぶしゃぶサラダ

《作り方》

- 準備 鍋にたっぷりお湯を沸かす  
氷水を用意する（牛肉をしめる用）
- ①じゃがいもは千切りにして下茹でをする
  - ②赤玉葱はスライスして水にさらしておく
  - ③胡瓜を千切りにする
  - ④レタスは水でサッと洗い千切りにする
  - ⑤レモンは半分は輪切り、もう半分は絞っておく
  - ⑥調味料を合わせてタレを作る（5のレモン果汁も入れる）
  - ⑦牛肉を茹でて、氷水でしめる
  - ⑧7を食べやすい大きさに切る
  - ⑨お皿に野菜をひき、上に牛肉をのせて、タレをかけてレモンを飾る

《竜爪園ポイント》

- \*じゃがいもを下茹でする時は茹で過ぎないように注意する！シャキシャキ感が残っている方が美味しいです
- \*お好みで好きな野菜を増やしたり、調味料の割合を変えるのもオススメです！
- \*氷水でしめた牛肉にタレを和えておくと味が牛肉にしっかりとついて美味しいです

食感も楽しい！



材料（4人分）

- 牛肉（薄切り） 200g
- じゃがいも 2個
- レモン 1個
- 赤玉葱 1/2個
- 胡瓜 1/2本
- レタス 1/8玉
- 酢 大さじ2杯弱
- 醤油 大さじ3杯強
- 砂糖 大さじ2強
- みりん 大さじ1弱



# この場所で。

働く選択をすること



一人ひとりが、それぞれの想いを持ってこの場所を選び、日々働いています。ご利用者との何気ない会話や笑顔、共に過ごす時間の中で感じる喜び。そして、仕事のこと、家族のこと、これからのこと。職員たちの等身大の声から、この場所で働く意味が見えてきます。

竜爪園では、多くのボランティアの方々に来てくれています。開園当時から来てくださっているボランティア団体の方や、シニアサポーターに登録されている方など様々なボランティアに支えられています。ご入居者の衣類等に名札を付けてくださる方、シーツ交換をおこなってくださる方、車いすを掃除してくれる方、こどもの居場所活動の食事づくりなど様々なボランティアを行っていただいています。またこどもの居場所活動では多くの学生サポーターが活躍し、園とともに地域のことにも関わってくれています。

## special thanks

ご寄付者様、ボランティア様のご紹介

恒友会様/すみれ会様/海野好子様/杉山敏子様/  
矢口美広様/西沢悦子様/小野田清子様/  
JA 静岡市瀬名女性部様/常葉大学・静岡福祉大学  
静岡県立大学等の大学生・高校生の皆様  
ありがとうございました。

育児休暇を取得した男性職員（機能訓練リーダーの伊藤さん）に、実際取得してみた感想についてインタビューしました。

**Q 育児を取る前は、どう感じていましたか？**

正直、制度は知っていましたが自分には関係ないと思っていました。第一子が産まれた7年前は法改正前でしたし、仕事を休んで育児をするイメージが湧かず、「都会の人が取るものだなあ」くらいの認識でした。

**Q 今回取得したきっかけは？**

第二子の報告時に理事長や副園長から提案がありました。最初は業務への影響を心配して遠慮しましたが、課長や同僚が「こちらは大丈夫！」と後押ししてくれて、2週間取得することにしました。

**Q 取って見た率直な感想は？**

感謝の気持ちでいっぱいです。『第一子の時、妻は日中一人でこんな大変なことをやってたんだ...』と実感しました（苦笑）。普段から風呂掃除やゴミ出しはしていました。育児と家事全般を担当して改めて大変さを痛感。復帰後は家事分担を見直し、積極的に関わるようになりました。

**Q ご家族の反応は？**

妻からは「帝王切開後で心配でしたが、育児のおかげで体力回復しながら余裕を持って過ごせました。夜間授乳のサポートもとても助かりました」とのことでした。

**Q 最後に一言お願いします**

育児家事の大変さを実感でき、家族をサポートできて、本当に良かったです。勧めてくれた園、サポート体制を整えてくれた職場の皆さん、ありがとうございました。今後の働きで恩返しします！

## 編集後記

今月の編集室より

「TADAIMA RYUSOU」10月号 vol.4の発行です。普段話をする機会のない職員さんでも、エピソード等記事を読む中で、その職員さんの個性や人柄を感じる事ができるのではないのでしょうか？新たな発見により天心会職員の輪が広がっていただければと思っております。今回も無事にお届け出来、職員の方々の協力に感謝しております。今後も、たくさんの方に見ていただける広報誌を発行していきたいと思っておりますので、皆様のご協力を宜しく願います。

広報誌企画委員 山本晃弘



地域の絆も  
園の絆も  
星の絆も

