



愛をもって人生にエールをおくる

IGLグループ

たよりIGL

142号

2024年1月15日発行

エールを送るコミュニティマガジン



IGLの夢、それは
すべての人が生ある喜びを
わかちあえる理想郷づくり。

巻頭特集
年頭のご挨拶
留学生「母国のお正月」

IGLで働くひとインタビュー
サムエル園長リレーコラム
かんたんセルフケア
潜入!IGLセントラルキッチン

教えてドクター!
教会から「愛の手紙」
施設だより
LOVE注入レシピ

Love has just begun.
It will be stronger and never die ...

はじめに愛があった。

🌸 明けましておめでとうございます

皆様方にはお元気で新年をお迎えのことと、心よりお慶び申し上げます。

この4、5年はコロナ等のパンデミックにより、世界中、日本中が悩まされてまいりました。また、ロシアによるウクライナ侵襲がまだ続いており、昨年はさらにイスラエル、ハマスによる戦争も勃発してまいりました。平和を求めながら平和を築くことのできない人間の愚かさを感じざるを得ません。

今年こそはコロナ等のパンデミックも収まり、自由に行動できる時が来ることを願っています。又、ロシアの戦略的戦争も和解し、イスラエル、ハマスの戦争も一般住民が犠牲にならないように早く終わってほしいと願うばかりです。

さて、今年も元旦に中国新聞のLEADERS倶楽部に記事が掲載されましたので、こちらに紹介させていただきます。本年も皆様のご支援とご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

理事長 永見 憲吾

🌸 IGLの現在、そして、今後の夢

特別養護老人ホーム 「IGLナーシングホーム信愛の郷」が 2023年3月、オープンしました。

「インテリアは介護の一環」という考えの下、ホールや地域交流センター、廊下などのパブリックエリアに、アートギャラリーを設置したのが大きな特徴です。ギャラリーにはクロード・モネの作品を中心に、全26点の絵画をデジタル化して展示しています。絵を見て回ることによって入居者の運動を促し、アートによるヒーリング効果も期待できます。

家庭的なぬくもりの中で暮らせるよう、入居者が10人1ユニットで生活するユニットケアも導入しました。季節のメニューを取り入れた食事や、1人ずつ入浴する「個浴」を基本とするなど、自宅に近い環境で一人一人の個性に合った暮らしをサポートします。



2階中廊下



ふれあいホール

施設の改修を進めています。

2023年1月には「サムエル信愛こどもの園」（安佐南区）、11月には特別養護老人ホーム「第二ナーシングホームゆうゆう」（安佐北区）の大規模改修が終わりました。

サムエル信愛こどもの園は、れんがタイルの外観を一新し、黄と緑を基調としたヨーロッパ風の明るいイメージに仕上がっています。IGLグループの幼児教育は、全員が同じ課題や活動に取り組む「一斉保育」ではなく、園児一人一人の人格を大切に「自由保育」を実践してきました。新しくなった園舎でも「自ら考え、判断し、行動できる」主体的な子どもの育成に努めます。



サムエル信愛こどもの園 外観



第二ナーシングホームゆうゆう 玄関ロビー

IGL医療福祉専門学校(安佐南区)の状況は。

新型コロナウイルス禍を経て特に留学生の入学が大きく増えています。日本語学科の定員を増やし、24年度から過去最多の280人が学びます。

近年はネパールからの応募が増え、4棟ある学生寮やアルバイトの紹介など、学業だけでなく生活面でのサポートにも力を入れています。



2023年度10月生入学式



2023年学園祭

わたしたちの今後の夢は…

日本人だけで近年の職員不足を解決するのは難しいと考えています。優秀な人材に国籍は関係ありません。

私たちの基本理念である「隣人愛(自分を愛するように、あなたの隣人を愛しなさい)」をベースに、日本人も外国人も分け隔てなく活躍できるグローバルな組織を目指します。

新年号 巻頭特集

IGL医療福祉専門学校
留学生出身国の

お正月の迎え方 中国・ベトナム・ネパール編



IGL医療福祉専門学校には、現在258名の留学生が在籍しています。(2024年1月現在) 留学生の出身国は、中国・ベトナム・ネパール・バングラデシュ・タイ・フランスです。今回のたよりIGLでは、中国・ベトナム・ネパール3か国のお正月の過ごし方をご紹介します。



中国のお正月
China



🌸 お正月の期間は?

中国では、毎年1月22日～2月19日頃の、旧暦の正月を祝います。日本では旧正月は馴染みが薄いですが、中国・中華圏では「春節」と呼ばれ、西暦の正月よりも盛大に祝われます。中華圏においては最も重要な祝祭日といえるでしょう。2024年の春節は2月10日(日)で、春節休みは2月10日(日)から2月17日(日)までの8連休になります。



🌸 お正月の過ごし方は?



春節は中国で一番盛り上がる時期です。春節の数日前から春節に向けての準備が始まります。地方によっては龍の舞や獅子舞などの祝い方もありますが、最も伝統的で全国各地で行われる春節のお祝いは、
●赤い灯籠、春聯(シュンレン)など縁起物の飾りつけ
●爆竹や花火を打ち上げ ●「団欒飯」(おせち)を食べる
●お年玉をあげる・もらう

🌸 お正月に何を食べる?



春節(旧正月)は家族が集まる時期です。「除夕」(大晦日)が最も重要な日であり、遠くにも家に帰って家族と一緒に祝うことが期待されています。除夕の「年夜饭(ニエンイエファン)」には、縁起の良いものを食べるのが伝統です。春節によく食べられる縁起の良い食べ物は、「魚: 毎年の良い収穫」「餃子: 富をもたらす」「年糕(おもち): 身分や収入が上がる」「長寿: 長寿」「春巻: 終始一貫」「元宵団子: 家族団らん」などです。

ネパールのお正月
Nepal



🌸 お正月の期間は?

ネパールは異なる文化・伝統を持つ60以上の民族が集まる多様性の国です。各民族がそれぞれの暦を持っているためお正月は9つもあります。この中でネパールの公式暦であるピクラムサンバット(暦)の初日を国民全体でお正月として祝います。この暦の新年は西暦では4月13日または14日にあたります。ピクラムサンバットは西暦より56年8ヶ月も早いので、2024年4月13日は、ピクラムサンバットで2081年の1月1日となります。

🌸 お正月の過ごし方は?

ネパールも新年は家族や友達が集まってパーティー、旅行、トランプ、など様々なお祝いをしますが、日本ほど重要視されていません。ネパールで最も重要とされているのは「ダサイン祭り」です。ダサイン祭りには家族全員が集まってお祝いを行います。祭りのために海外からネパールに帰国する人も多くいます。



🌸 お正月に何を食べる?

ネパールでは、日本のお正月だからおせちを食べる、など決まった食べ物はありませんが、普段の食事よりは豪華な食べ物を食べます。



ベトナムのお正月
Vietnam



🌸 お正月の期間は?

ベトナムも旧暦の正月を祝います。ベトナムでは旧正月を「テト」と呼びます。テト休みは2月8日(日)～2月14日(日)までの7連休になります。

🌸 お正月の過ごし方は?

先祖が家族と一緒にテトを楽しむために、大晦日に供物台に「おせち料理」を供え、先祖を出迎える儀式を行います。テト元旦には、家族にお年玉をあげたり、祝いの言葉を伝えます。そして、テト3日には先祖を天国に送るために、もう一度おせち料理を供えます。



🌸 お正月に何を食べる?

テトは、一家団欒でご馳走を食べ、祖先にお礼を伝え、平和で幸せな新年を祈る一年のうちで最も大切な行事です。食卓にはたくさんのご馳走が並びますが、その中で欠かせない料理が「ちまき」です。ベトナム風ちまきの主な原材料はもち米・緑豆・豚肉の3種類で、長時間ゆでて作ります。北部と南部、どちらも材料や作り方はほぼ同じですが、形が異なります。北部では四角く「バインチュン」と呼び、南部では円筒型で「バインテト」と呼びます。



エールを送る!

IGLで働くひと Interview

コミュニケーションを大切にし、学んだことをフィードバックして日々成長

こうじろ ともえ

保育教諭・正職員 神代 知恵さん

2011年入職 サムエル東広島こどもの園で勤務。
2021年に産休・育休を取得した後に、育児時短勤務を9か月間行い今はフルタイムで0歳のへやを担当。

私は、今年0歳のへやを担当しています。園外研修から学んだ『学び合える園づくり』を目指して自身の学びを深めているところです。サムエルでは、得意なことを得意な人が率先してリードし、苦手なことは互いにカバーし合えるような関係を学びました。それがIGLの理念である隣人愛だと感じています。

職場の雰囲気はとても良く、気兼ねなく話をしたり、何でも相談したりできる同僚が多いです。

0歳児は、まだ言葉を発する子どもが少ないため、目と心を通わせて一緒に喜んでいきます。また、保護者さんから聞いた家庭での様子を、園でも見ることができた時には楽しいです。家庭と園との繋がりを大切にしていきたいので、保護者さんに園での様子をできるだけお伝えするよう心がけています。

この仕事を通して、担当していた子どもたちが成長していき、進級したおへやでの伸び伸びとした様子や卒園後のそれぞれの場でのニュースを聞いた時、この仕事に喜びを感じます。

先輩先生には、いつも温かい言葉をかけてもらい、多くのことを学ばせてもらっています。私も、知識や経験以上に温かい雰囲気の後輩たちを包みたいですね。年齢や経験に問わず切磋琢磨して保育の楽しさも質もバージョンアップしていきましょう。



後輩(同僚)からのエール!

子ども一人ひとりのことはもちろん、周りにいる職員のこともしっかり見て声をかけてくださいます。「あの時の関わり方、言葉かけがよかったよ」と具体的に褒めてくださいます。相談も親身に聞いて、一緒に悩み考えてくださるとても心強い尊敬する先輩です。(同僚：伊場田 初音さん)



卒園生からのエール!

サムエルでの学びは自分の成長の土台

サムエル第二幼稚園
1989年卒園
よしだ なつこ
吉田 奈津子さん
医師 産婦人科



30年以上前、サムエル第二幼稚園の頃に通わせていただきました。夏の園庭でのスライム遊びが大好きだったことや、田植えでどろんこになったこと、クリスマス礼拝の劇を頑張ったことなど、楽しい思い出ばかりです。よく歌った讃美歌「ひかりひかり」は大人になった今でも覚えており、我が子に歌ってやりながらも自分の心も明るく照らされるような気持ちです。

愛や希望にあふれたお話や歌に触れながら安心してのびのびと過ごした時間は、後の成長の力強い土台となったように思います。今後もサムエルで沢山の子どもが豊かに成長されることを祈っております。



向かって左端が当時の菜津子さん

乳幼児保育・教育事業 Topics 9月~12月



自然とのかかわり

外遊びやお散歩に出かけ、子どもたちはどんぐりや落ち葉など、秋の自然に触れています。



園内演奏会

楽器を身近に感じ、生演奏に触れた子どもたち。音楽を通して豊かな心と感性を育てています。



収穫感謝祭

お家から持ち寄った野菜や果物に囲まれて子どもたちと収穫感謝の礼拝を守りました。



えんまつり

1,2歳児の子どもたちが浴衣や甚平を着ておまつり体験。



陶芸教室

陶芸家、岡野先生をお招きしての陶芸教室。年長児が卒園記念にお皿づくりをしました。



みどりいっぱい委員会

「5つの力を育む魅力ある保育環境づくり」(保育事業)に応募。園庭の自然環境の充実を目指し、活動をしています。



園児募集について

サムエル各園に入園をご希望される方は各園のホームページよりお問い合わせください。

子ども園 総合TOP

サムエル園長先生リレーコラム

心を育む



サムエル広島こどもの園
サムエル広島こどもの園相田分園・ベル分園
鈴木 奈津美園長

今子どもたちは根っこにどんどん栄養を蓄えています。

豊かな中で一番大切なのは、やはり心の育ちです。心は心のこもった食事と家族の愛情の中で育ちます。

目に見えない大切なもの、これこそ食事と深い関係があります。どんな粗食であっても、心のこもった食事を心がけましょう。食卓に「うれしいね」「おいしいね」「ありがとう」と笑顔と会話ができれば、きっと心は豊かに育まれること間違いありません。

さあ!今日もご家族の笑顔想像して台所に立ち腕を振るってください。

「お忙しい保護者の皆さん、季節のお野菜を使って具沢山スープはいかがでしょう。心も体も温まります。」
笑顔いっぱいの食卓から、明日も元気いっぱい心も体も使っておもいっきり遊びます。



エールを送る!

IGLで働くひと Interview

介護の現場で培った経験が 学生の理解をより深める

よしむら ゆうこ
教員 吉村 裕子さん

2014年度入職 IGL医療福祉専門学校介護福祉学科の専任教員として勤務。
2019年・2022年に産休・育休を取得した後、2023年4月からフルタイムで働いています。

私自身本校の卒業生で、卒業後約10年間特別養護老人ホーム和楽荘に勤務した後、母校の介護福祉学科教員になりました。夫と2人の娘の4人家族。子育て中ということで急に休ませてもらう時もありますが、周囲に支えていただきながら、学科の先生方としっかりコミュニケーションと情報共有を図り、毎日楽しく仕事をしています。

学生とのつながりで大切にしていることは、相談しやすい環境を作ることです。悩みを抱えたまま学校生活を過ごすことはとてもつらいことです。その気持ちが少しでも軽減できるように支えられたらと考えています。そして、「自分がされて嫌なことはしない」という信念を持ち続け、学生にもその思いが伝わるよう心がけて授業をし、私自身も日々成長させてもらっています。

何よりの喜びは、学生の、成長できたときの笑顔、成し遂げたときの笑顔、楽しめたときの笑顔を見ることです。笑顔が見られたときはやりがいを感じます!そのために日々の関わりを大切に、学生一人一人の変化や成長に気が付けるように、かかわりを持ち続けたいと思っています。

介護の仕事は「一期一会」です。学生が一瞬一瞬を大切に、相手の気持ちを第一に考えられる介護福祉士として巣立っていく姿を楽しみにしています。私自身も1日1日を大切に過ごし、2人の娘の成長をしっかり見届けながら、仕事とプライベートを充実させたいと思っています。



同僚からのエール!

介護福祉学科一番の「元気印」である吉村先生と出会ってから、約16年になります。出会ったころから変わらない笑顔は、周囲も明るく元気にしてくれる不思議な力を持っています。学生との関わりを大切に、共に感じ共に笑い共に泣き、学生一人ひとりと真剣にそして真つすぐに向き合う姿は私のお手本になっています! (同僚: 介護福祉学科教員 廣田敦子さん)



歯科衛生士をめざしたきっかけは、幼いころから矯正治療で通っていた歯科医院の歯科衛生士さんがとても優しく、長かった治療を乗り越える支えになったので、そんな人になりたいと思ったことです。

目の前の患者さまのお口の状態が自分の力でどんどん変わっていくこと、それによって患者様の笑顔が見られ、直接「ありがとう」と言ってもらえることが働きがいです。

IGLでの勉強や実習は大変でしたが、先生方が親身に優しく、時にきびしく指導してくださったおかげで乗り越えることができました。現在も日々成長を感じることができています。

将来は、治療を通して患者さまから信頼されること、一人でも多くの患者さまに「あなたに診て欲しい」と言ってもらえる歯科衛生士になることが目標です。



卒業生からのエール!

IGLでの学びが 自信につながった

歯科衛生学科
2018年3月卒業
ささき りお
佐々木 梨緒さん
おひさま歯科小児歯科勤務



専門学校事業 Topics 9月~12月

PICK UP! 11月23日、4年ぶりとなるIGL学園祭を開催!

各学科による催し物や、採れたてお野菜の販売をはじめとするフリーマーケットやキッチンカー、山陽高校の学生さんによる販売、留学生の母国のダンス披露や飯室神楽団による演目披露など、学生はもちろん、保護者や卒業生、地域の方々などたくさんの方にご来場頂きました。ご参加くださった皆さま、ありがとうございました。そして地域の皆さま、学園祭の開催にあたるご協力に感謝申し上げます。



IGLの国家資格者養成 2大特色

01 実技・実習にしっかり取り組む

授業内で確かな技術を習得、加えて月曜日を自由に使えるフリーマンデー制度を活用し、自主参加型の勉強会・実技講習会で実力アップ!



02 確かな実習先・就職先と連携

IGL卒業生の活躍をIGL YouTube CHANNELでご確認ください!



オープンキャンパスの詳細、進学情報はホームページから



オープンキャンパス情報



ホームページ

vol.2

かんたんセルフケア

効果的なツボを知ろう

鍼灸学科長 南一成先生

冷え症 | 今の季節にぜひ取り入れたい



さんいんこう
三陰交

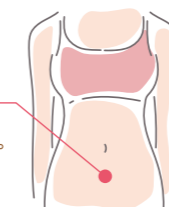
内くるぶしの頂点から、指幅4本上のへこんでいるところ。冷え症、むくみ、月経痛、月経不順にも。「女性のツボ」とも呼ばれる大切なツボ。

しょうかい
照海

足の内くるぶしの頂点から真下に指幅2本下。足の冷えや足のだるさを感じる時に。

かんげん
関元

カラダの中心線上でおへそから指幅4本下。下半身をあたため、元気を補い疲れをとりたい時に。



便秘 | ツボ押しとバランスのよい食事でケア

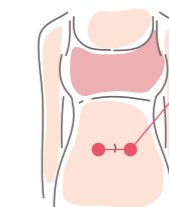
ごうこく
合谷

手の人さし指と親指の骨の交わるころから人さし指の先へ指1本もどったところ。くしゃみや鼻づまり頭痛など首から上のお悩みに。また、ストレスなど「万能のツボ」として第一にあげられる。



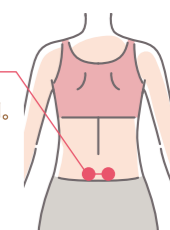
てんすう
天枢

おへそを中心に左右に指幅3本外側。大腸の動きをととのえ、食あたり、神経性の下痢にもおすすめのツボ。



だいちょうゆ
大腸俞

腰骨の高さで背骨から左右に指幅2本外側。便秘のツボとして、また、腰痛のときにもおすすめのツボ。



エールを送る!

IGLで働くひと Interview

柔軟な上司と協力的な同僚に支えられ、子育てに理解ある環境です。

かたやま ゆり

介護職員・正職員 片山 友理さん

2013年入職 ナーシングホームゆうゆうで勤務。
現在は、9時～16時の時短勤務で、利用者の方のお食事、入浴、排泄等の介助を行っています。

私は、現在の職場で産休育休を取得し、今は時短勤務をしています。職場の雰囲気は、みなさん明るくて、気軽に相談できる上司や同僚のおかげで楽しく仕事できています。

子どもが小さいので、急な体調不良などでお休みや早退することも多々ありますが、皆さん快く対応してくださり、いつも感謝しています。

仕事の面では、ご利用者様の話に耳を傾け、思いやりの気持ちで接することを大切にしています。ご利用者様を尊重し、求められているケアを提供したいと考えて行動することで、思いや行動が相手に伝わり、信頼関係を築くことが出来る気がしています。

IGLで働くことで介護技術や介護に関する知識、隣人愛のこころを学びました。この仕事を通して、ご利用者様に笑顔になってもらい、「楽しかったよ」と言ってもらえる時や、皆さんからの「ありがとう」の言葉にやりがいを感じています。これからもIGLの充実した研修制度を活用し、新たに知識や技術を習得することで、スキルアップしていきたいです。

最後に、一緒に働いている職員のみなさん、いつも急にお休みいただき、ご迷惑をおかけすることも多々ありますが、快く対応してくださり、本当に感謝しています。これからも一緒に楽しく働きたいです。



同僚からのエール!

片山さんはいつもみんなを明るくする笑顔の素敵な方です。細かい事にもよく気付かれ、率先して行動されるのでとても心強い存在です。ご家庭との両立は大変だと思いますが、これからも頑張ってください! (鯉川 春輝さん)



高齢福祉事業 Topics

ゆうゆう群 (安佐動物園近接) 9月～12月



安佐動物園に近接する特別養護老人ホームナーシングホームゆうゆうが開設されてから38年、現在は入所サービスとして特別養護老人ホーム2施設、グループホーム1施設、通所サービスとしてIGLデイサービスゆうゆう、訪問サービスとして、IGL居宅介護事業所ゆうゆう、IGL福祉用具貸与事業所が同一敷地内に併設しています。

IGLの高齢者福祉事業は、「入所サービス」「通所サービス」「訪問サービス」3つのサービスを展開しています。多様な医療・介護サービスの連携でご利用者を継続的に応援します!

ゆうゆう群 サービス各部門 Topics



入所サービス

- 特別養護老人ホームナーシングホームゆうゆう
- 特別養護老人ホーム第二ナーシングホームゆうゆう
- グループホームゆうゆう

7月下旬から11月末にかけて第二ナーシングホームゆうゆうの大規模修繕工事を行い内装を一新しました。白と木目を基調とし、全体的にとても明るい雰囲気になっています。

また、各施設ともまだまだコロナ感染のリスクが続く中でも9月には敬老会、10月には運動会、11月には焼芋行事、12月には忘年会と、季節に応じた行事を開催し、入所者の皆様に喜んでいただきました。



通所サービス

- IGLデイサービスゆうゆう

IGLデイサービスゆうゆうでは、趣味やアクティビティを楽しんでいただくナーシングホームゆうゆうの1階フロアと、マシンを活用した機能訓練を中心とした第二ナーシングホームゆうゆうの4階フロアの2か所において、ご利用者様の様々なニーズに対応したサービス提供を行っています。

第二ナーシングホームゆうゆうの大規模修繕においては、4階IGLデイサービスフロアも内装を改修し、明るい雰囲気にご利用者様も大変喜ばれています。



訪問サービス

- IGL居宅サービス事業所ゆうゆう
- IGL福祉用具貸与事業所

在宅で安心して生活が送れるよう、ご利用者様に寄り添った適切なサービスを支援します。いつでもお気軽にご相談ください。

在宅での介護を支援するために介護用品や介護機器の貸与、販売を行っています。適切な介護用品・機器を利用することで、ご本人はもとより、介護者の負担が軽減されます。経験豊かな相談員がお一人おひとりの状況に適した用具・機器選択のお手伝いをさせていただきます。



活躍するあなたへエール!

今回は、異業種から介護業界へ転職し活躍している職員をご紹介します。

これまでの経歴 2011年に飲食業を経て介護業界に転職

特別養護老人ホーム
第二ナーシングホームゆうゆう
生活相談員
にしはら やすのり
西原 靖統さん



介護業界への転職を決めたきっかけは?

お客様のためにという気持ちは同じですが、『援助を必要とされている方の生活を支援できる。』ところに魅力を感じて転職を決めました。

転職して学んだこと、普段心がけていることは?

この仕事を通して、相手の立場で考え、寄り添うことを学びました。困っている人や助けを必要としている人と関わることで、その状況が改善したり、課題が解決する方向に向かったりする時、この仕事にやりがいを感じます。

ご利用者様やご家族の方から、いつでも気軽に声をかけてもらえる相談員を目指して、話しかけやすい雰囲気づくりに努めています。



潜入！ IGLセントラルキッチン

IGL各施設の利用者様へお食事が届くまでをレポート！

IGLの食事は美味しいね～！

IGLの食事が美味しい理由！



最新鋭 連続フライヤー こだわりの調味料 圧力鍋俱全
IGLセントラルキッチンでは最新鋭の機材で毎日4,000食以上を作っています。

スタート!!



- 1 作業前の準備** 調理員はエアシャワーで全身のホコリやごみを取り除き衛生対策を徹底しています。
- 2 食材の検収** 業者さんが食材を保管庫に納品します。
- 3 下処理** 食材をひとつひとつ目視で確認しながら丁寧にカットします。
- 4 洗浄、下ゆで** 水を電気分解した酸性水で、下ごしらえした野菜を洗浄します。



ゴール!!



- 5 真空包装** 真空調理をするための下準備です。レシピ通りに調味料を配合し、食材と混ぜます。
- 6 加熱調理** 真空パックを加熱調理します！
- 7 急速冷却** 真空調理されたパックは食材を安全に保ち、風味を逃さないよう急速に冷却します。
- 8 チルド保存** 施設ごとに仕分けしたパックを出荷まで保管します。
- 10 配膳** 施設ご利用者様や園児の皆様のお食事に合わせたお食事をお届けしています！

IGLのクリスマス会

12月23日にリーガロイヤルホテル広島にて

コロナ禍により自粛しておりましたIGLのクリスマス会を、4年ぶりに開催しました。当日は、広島市内の小中高生でつくる広島ジュニアマリンバアンサンブルによる演奏が披露されました。高齢施設、医療関係施設におきましては感染予防の観点から今年は参加を見合わせました。



理事長の挨拶 広島ジュニアマリンバアンサンブルの演奏 サムエル信愛の保育教諭によるトーンチャイムの演奏



教えて！
ドクター！
知っておくと役に立つ情報を発信！

【フッ素配合歯みがき剤の使い方ガイド nico5月号より】

歯科クリニックエーデルワイス 歯科医師 深野木 豊先生



ほとんどの人が1日2回の歯みがきをしています。しかし成人の9割以上がむし歯を経験。なぜむし歯を防げないのでしょうか。一般的には歯ブラシの毛の太さは、直径200マイクロメートルです。ところがむし歯は、もっと小さいところから発生します。しかも、むし歯になりやすい場所は、「奥歯の溝」「歯と歯のあいだ」「歯と歯ぐきの境目」。つまり、みがきにくく、毛先が届きにくいところです。キレイにしているつもりでも、汚れを除去できていなかったりするのです。そこで使いたいの、むし歯を予防するフッ素配合歯みがき剤なのです。最新情報に即した使い方、より効果を発揮させるための使い方をご紹介します。

フッ素配合歯みがき剤を歯医者さんがすすめる理由

効果を出したいなら、こう使う！

- 1 むし歯の予防** フッ素配合歯みがき剤をしっかり届けること
- 2 歯周病の予防** 歯と歯ぐきの境目のプラークをしっかり落とすこと
- 1** 1日2回は歯みがきを。そのうち1回は就寝前に
- 2** まずは歯ブラシを軽く湿らせて
- 3** 最初は、奥歯などのむし歯リスクの高いところから
- 4** 歯と歯のあいだは、歯ブラシをやや傾けて
- 5** 歯みがき時間は2分程度
- 6** 歯みがき後のすすぎは、少量の水で最小限に

教会から「愛の手紙」

救い主の生誕地ベツレヘムは今

広島福音教会牧師 加藤 望先生



救い主イエスキリストの生誕地ベツレヘム。それはユダヤの国の小さな村でした。昔、名君ダビデ王が生まれた村として知られていましたが、麦の穂が揺れ、多くの羊たちが草を食む牧歌的風景が似合う田舎の村でした。預言者たちは、このベツレヘムこそ救い主キリスト誕生の地との預言を残してきました。けれどもイエスキリストがお生まれになった当時、古い預言のことは忘れられ、王をはじめ国中の人たちはだれ一人救い主誕生のことなど知りませんでした。

ベツレヘム村の宿屋の入り口にあった家畜小屋、そこでイエスキリストはお生まれになりました。両親のヨセフとマリアが住民登録のため、北のナザレの村から、南の故郷ベツレヘム村まで旅をしなければならなかったのです。客間はどこもいっぱい、まして身重のマリアを見た宿屋の主人たちは、きつと面倒を避けるために中に入らなかったのでしょう。唯一空いていたのは家畜小屋だけでした。旅を共にしたロバをつなぎ、干し草を食べさせ、そこで一緒に横になったのです。その夜、赤ちゃんイエスキリストが誕生しました。ベツレヘム村の家畜小屋で！最初の寝床は石を削って造られた飼葉桶の藁の床。神の御子、救い主イエスキリストがお生まれになったのに…。父なる神さまが、愛をもって送ってくださった御子イエスキリストを、だれひとり知らず、歓迎しなかったのです。歓迎したのは、天使のお告げを聞いて駆け付けたベツレヘムの貧しい羊飼いたちでした。彼らはテント生活。住所不定で住民登録の対

象外。おまけに文明社会からは「アム・ハー・アーレツ（土人）」と呼ばれて差別されていました。羊飼いたちは、天使のお告げ通りに飼葉桶に寝かされた赤ちゃんイエスキリストを見て、「ああ、救い主はわしらのこどもと同じだ。飼葉桶が寝床じゃ」と喜びました。

ユダヤの国に救い主誕生の「しるしの星」を見つけた東国の博士たちも歓迎しました。彼らは最初に王宮を訪ねたのですが、そこに救い主はいませんでした。星に導かれた博士たちはベツレヘムの一軒家に着いて、母マリアに抱かれた赤ちゃんイエスキリストを礼拝しました。ユダヤの国の人たちからは見下され、差別されていた異教徒です！それなのに父なる神さまは、異教徒の博士たちが救い主イエスキリストを拜むことを喜んでお許しになりました。しかし、ユダヤの国の王ヘロデは、自分の地位を脅かす救い主を亡き者にしようと、ベツレヘム近辺の2歳以下の男の子を皆殺しにする命令を出したのです。何と恐ろしいことでしょう。

今日、キリスト生誕の地ベツレヘムはパレスチナ自治区にあります。ハマスとイスラエルの戦争で誰も訪れることができなくなっています。パレスチナの、そしてイスラエルの子どもたちの命が、ユダヤの地で奪われています。再び憎しみに満ちたヘロデ王の悪夢が繰り返されているのです。「敵を愛し、迫害する者のために祈れ」（マタイ5章44節）。平和の君として来られたイエスキリストの教えです。救い主イエスキリストを歓迎して心に迎え、この教えに従う者たちが一人でも多く起こされ、イスラエルとパレスチナの間に平和が実現しますように！



IGLグループは約60の事業所を展開しています。毎号、各施設からのお便りをお届けします！

施設だより

vol.2

学校法人IGL学園
認定こども園

サムエル美鈴が丘こどもの園

本園は美鈴が丘団地の高所に位置し、美しい山並みに囲まれ、移りゆく四季折々の自然の中で、心と体を存分に使い友だちと先生と一緒に触れ合いながら、園の生活が日々展開されています。

ひとこと

1990年に入社し、出産・子育てを経て、サムエルの4園に勤務経験があります。休日でも家事に忙しいですが、職員も園児もお休みの日が、私にとって心からリラックスできる時です。



吉岡 丹美 園長



住所 〒731-5111
広島市佐伯区美鈴が丘東3丁目19-1

電話 (082) 928-4123

開設 1978年4月1日

職員数 67名

定員 290名
(1号:80名、2・3号:210名)

※2023年12月現在



地域活動が盛んな美鈴が丘。夏は夏祭り、秋は町民運動会・ふれあい音楽会・公民館まつり、冬はとんど祭り…と活気一杯です。

当園からも年長児が「美鈴が丘ふれあい音楽会」「美鈴が丘公民館まつり」のステージ発表に参加しました。

隣の公園は、クリスマスが近づく頃には、地域のイルミネーションでライトアップされ、園児や保護者の楽しみにもなっています。

また夕方、お迎えの車で込み合う駐車場の交通整理も町内の方が助けてくださっています。

いつも地域の方に温かく支えていただきながら園の運営を行っています。



管理栄養士さんおすすめ

LOVE注入♡レシピ



忙しいママパパや、お料理が億劫になりがちなシニアの皆さんへ季節のレシピを管理栄養士がご紹介します。



「白菜と肉だんごのスープ」

材料 [4人分]



A	B
鶏ひき肉 ……200g	白菜 ……250g
卵 ……1/2個	人参 ……100g
しょうが汁 ……少々	葉ねぎ ……50g
片栗粉 ……25g	春雨 ……25g
塩 ……少々	醤油 ……10cc
	コンソメ ……10g
	水 ……600cc

作り方

- Aの材料を混ぜあわせだんごを作る。
- Bの野菜を切りスープに入れ、煮え立ったらAのだんごを加えて火をとおり、調味料で味を調える。最後にねぎを入れて召し上がってください。

スタッフを募集しています

私たちとIGLで働きませんか。詳しくは採用ホームページをご覧ください。



- 保育教諭 ●保育士 ●正看護師 ●准看護師
- 歯科衛生士 ●ケアスタッフ(介護職)
- ケアマネジャー ●相談員 ●歯科事務員
- 送迎ドライバー ●キッチンスタッフ など



IGLグループ

[本部] 〒731-0154 広島県広島市安佐南区上安6丁目31-1 <https://www.igl.or.jp/>



「愛をもって人生にエールをおくる」をキャッチフレーズに、乳幼児から高齢者まで、すべての人が生ある喜びを分かち合える理想郷づくりを目指す私たち。教育・福祉・医療・健康を通じて、多くの人の人生にエールを届けたい。利用する人、生活する人、働く人、関わる人すべてが気持ちよく明るい希望を持って過ごせる環境を作っていきたい。「環境が人をつくる、しかし最大の環境は人である」という考えから、誰もが活き活きと「隣人愛」の心を実践し、温かい環境が生まれることこそが、理想の「もてなし」だと考えています。