

チームけせんの和 だより

2025年
VOL.44
12月号

発行:陸前高田の在宅療養を支える会(チームけせんの和)
〒029-2205 岩手県陸前高田市高田町字太田512-2(岩手県立高田病院内)

「チームけせんの和」によせて

陸前高田市社会福祉協議会 指定居宅介護支援事業所
主任介護支援専門員 小林 里美



新しい年の幕開けにあたり、改めましてお世話になっている皆さまへご挨拶申し上げます。

私は2024年4月より、社会福祉協議会において介護支援専門員として働いております。施設内業務に長年従事いたしましたが、在宅で暮らす市民の皆さまのお力になりたく、現在の仕事に就くことになりました。介護支援専門員としては、地域の高齢者やご家族の相談に応じ、介護サービスの利用調整やケアプランの作成を通じて、安心して暮らせる生活の支えとなるよう努めています。社会福祉協議会では、児童・障害福祉、権利擁護、ボランティアなど社会に貢献する活動にも関わりが深く、多方面で連携し課題を解決していくなど、とてもやりがいを感じています。

その一方で、2025年4月より「劇団ばばば☆」の団長を務めることになりました。が、特に団長としての仕事はありません(笑)。劇団の活動は、寸劇を通じて健康づくりや転倒予防の大切さを市民の皆さまに楽しく伝えることを目指しています。舞台では、劇団員の仲間たちと日常生活の中で起こりがちな「あるある」をコミカルに描き、観客の皆さまに笑いながら健康の知識を身につけていただけるよう工夫しています。劇の合間に簡単な体操やストレッチ

を紹介し、観客参加型のコーナーを設けることで、楽しみながら体を動かす習慣づけを促しています。こうした活動は、地域福祉の一環として、また在宅療養を支える会の一員として、展開していけることに大きな意義を感じています。

昨年11月には、陸前高田市グルメ大使の彦摩呂さんとアバッセで共演する機会をいただきまして、多くのお客様にご来場いただき、笑顔と活気に満ちた舞台となりました。地域の皆さまと一緒に健康を考え、楽しみながら学ぶ場を作れたことは、劇団にとっても大きな励みとなりました。

「劇団ばばば☆」の活動は、単なる演劇公演にとどまらず、地域の絆を強め、互いに支え合う「和」を広げる大切な役割を担っています。介護支援専門員としての仕事と団長としての活動を両立させながら、これからも地域の皆さまの健康と安心を支える一助となれるよう尽力してまいります。笑い合い、学び合い、そして支え合うことで、未来へと続く「和」を広げていけることを心から願ってやみません。今後ともどうぞ宜しくお願いいたします。



活動報告 第2回「ニ又ばばば☆カップ」グランドゴルフ大会

令和7年10月5日（日）旧矢作中学校校庭にて開催されました。



司会進行担当
吉田智子さん

ニ又ばばば☆カップは選手宣誓の後、高田のゆめちゃんによる試打式が行われて始まりました。当日は曇り空で一時的雨がパラついた時もありましたが、皆さん和気あいあい、作戦を練りながら楽しくプレーをしていました。

参加者はグランドゴルフクラブの皆さんの他、未経験者を含めた20名で行われました。優勝者、2位、3位、特別賞をご紹介します。優勝 佐藤栄喜さん、2位 菅野和雄さん、3位 中平利大さん、特別賞 千葉和子さん
プレイヤー他参加された方には参加賞が配られました😊



ニ又の皆さん・高寿園管理栄養士の菅原由紀枝さんを中心とした「まかない班」は、豚汁・漬物の他、ピーカンナッツを混ぜたおにぎりを作り、選手・スタッフに振る舞いました。ピーカンナッツのおにぎりを食べた方々からは自宅でも作ってみたい等の声が聴かれ大好評でした。サロンドロワイヤルさんからは今回も素敵なお菓子を提供していただきました。

ご協力団体：なでしこ会、ニ又サロン、食改矢作部会、保健推進員、女性地区民生委員、高寿園、松原指定居宅介護事業所、ニ又診療所、市役所保健課・地域包括支援センター
ご協力ありがとうございました

🍵 (*^_^*)



活動報告 令和7年第1回劇団ばばば☆公演

公演日時 : 令和7年11月9日
 公演テーマ : 「転倒知らずは寝たきり知らず!」
 場所 : 「アバッセたかた」パブリックスペース
 参加人数 : 120名

今回は、食と健康を考えるイベント「彦摩呂・ライオンロックの陸前高田をまるかじり」とのコラボで公演が行われました。

午前・午後の2回、グルメ大使の彦摩呂さんとお笑い芸人のライオン・ロックさんのトークショーの前座として、「転倒知らずは寝たきり知らず!」の寸劇を行いました。

今年度初めての公演で、小林新団長のもと、入念なりハーサルを繰り返し、当日の本番にのぞみました。ダブルキャストにも挑戦し、午前・午後とキャストが入れ替わるなど、今までにない寸劇で、団員一同にも力が入りました。また彦摩呂さん、ライオンロックの長峰さん、小林さんも「隣の爺さん役」で出演していただき、雪かき作業を熱演していただきました。

今回も、理学療法士の声かけで、来場者の皆様とライオンロックのお二方も一緒に、踵上げやストレッチなどを行い、「もう転ばない」エクササイズを体験しました。笑いあり、学びあり、動きありで会場いっぱいの来場者とともに、一体となった寸劇公演となりました。



キャスト・スタッフの紹介

| | | | |
|---------|-------|-------|------|
| 団長 | 小林里美 | | |
| 出演 | 佐藤松太郎 | 佐藤 隆 | 西條一恵 |
| | 佐藤松子 | 千葉三和子 | |
| | 佐藤俊郎 | 佐々木康裕 | |
| | 佐藤鮎美 | 熊谷敬子 | |
| | 佐藤ゆめ | 嶋村明子 | |
| 医師 | 小林里美 | 工藤卓也 | |
| 看護師 | 村上博子 | | |
| 管理栄養士 | 今野誠菜 | | |
| ケアマネジャー | 中野由香 | | |
| 理学療法士 | 一本木大貴 | | |

| | | | |
|-------|-------|-------|-------|
| ナレーター | 佐藤恵子 | | |
| カメラ撮影 | 大友重隆 | 村上有紗 | |
| 音響 | 穴戸勝弘 | 千葉正勝 | 蒲生富美枝 |
| | 村上房子 | | |
| 小道具他 | 中野信子 | 隈本美香子 | 佐藤まり子 |
| | 蒲野かず子 | 熊谷質子 | 松田真理子 |

活動報告「もしバナゲーム体験&生きるノート作成講座」

日 時 令和7年11月30日（日）
場 所 アバッセ高田パブリックスペース
参加人数 19名



講座は昨年度と同様に①岩井先生によるミニレクチャー
②もしバナゲーム体験 ③生きるノート作成という内容で開催しました。
岩井先生は「東日本大震災を予想できた人はいないと思う。死は誰にでも訪れることで、それがいつかは分からない。死についてネガティブにならず、身近に感じながら話ができるきっかけになってくれたら」と思いを話されました。

講座には20代～90代と幅広い年代の方が参加され、和やかな雰囲気が進みました。参加された方々の声を紹介します。

- ・ゲームを通し自分の新しい価値観に気づくことができた。他のメンバーの意見も聞き、そういう考えもあるのかと気づくことができた。
- ・とても参考になりました。
- ・〇〇才になったのでこれからのことを長女と話し合い考えたいと思います。



編集後記

新年あけましておめでとうございます。会員の皆様にはお健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。2025年は米の値上がりに泣き、熊の出没に怯え、地震への備えをしながら過ぎていきました。新しい年は嬉しいニュースがたくさん聞かれる年になることを願ってやみません。皆様にとって良い1年になりますように☺

<次号予告>

2025年12月19日に行われた第2回研修会については次号の会報に掲載いたします。事業所紹介も掲載予定です！お楽しみに😊

