

ひかり 新聞

第153号
2026/6

介護老人保健施設
ケアステーションひかり
大樹町字大樹10-8
TEL 01558-6-5566
FAX 01558-6-5567
<https://koujyukai.info>
E-mail:info-hikari
@koujyukai.org



“人の人生史を辿る”

「まだまだ若い人には負けませんよー！」
そう笑いながら利用者様の手を取るのは、
今年90歳を迎えた吉川智恵子さん。
介護職として現場に立ち続ける一方、休日
には趣味の日本舞踊にも出かける。
年齢を重ねても挑戦をやめない姿は、周囲
に大きな元気を与えている。

【プロフィール】

生年月日・昭和11年1月6日生まれ。大樹町出身。
経歴・幼いころから実兄夫婦に育ててもらい幼少期を過ごされる。
帯広土木現業所大樹営業所で定年（65歳）まで勤務し退職された。その後す
ぐに、ケアステーションひかりの厨房で10年勤務。その時すでに年齢は75歳
を迎えていた。

75歳になった年、「もう年だから仕事を辞めよう」と考えていた頃、当法人
の常務理事に声をかけられた。
「ひかりで働きませんか、と常務理事から声
をかけていただいたことを昨日のこのよう
に覚えています」と智恵子さん。
「まだまだひかりで頑張ってみよう！」そう
思い、ケアステーションひかりでの勤務が始
まり、早15年の月日が経った。
現在、週4日パートタイマーで勤務をされ、
利用者様と寄り添うことで自身の生きがい
にもつながっていると話されている。



“目標は、100歳まで現役で仕事”

そんな智恵子さんが毎週欠かさず参加しているのが、週1回開
催される「脳の健康教室 ちゅうりつぶ倶楽部」への参加。
令和4年受講開始され現在も教室の仲間と一緒に読み書き・計
算、会話を楽しみながら、心も体も脳もいきいきと過ごされて
いる。
「教室に行くと、みんなの顔が見られて元気をもらえるんです
よ。」と智恵子さん。今では教室のムードメーカーとして他の受
講者様からも愛されている。



また、智恵子さんは大の曰ハムファン。
5月20日、エスコンフィールドにも足
を運び野球観戦に行かれるほど。また
自分の足で球場に足を運び試合を観ら
れるように頑張りたいと語る。
90歳を迎えた今も、ケアステーション
ひかりで現役として働く智恵子さん。
「100歳まで元気に働きたい！」と
いう目標を胸に、毎日いきいきと活躍
されている。
その姿に、私たち職員もたくさんの方
の元氣と励ましをいただいている。
これからの益々のご活躍を、職員一同
応援しています！



ケアステーションひかり 新入社員研修・歓迎会

【新入社員研修】

5月22日ケアステーションひかりで新入社員研修を実施しました。介護老人保健施設である当施設は多職種専門職が働く施設です。法人の理念・各事業所の特徴・感染対策や事故防止研修など学ぶ機会となりました。私たちが何より大切にしていきたいのが「利用者様に寄り添う介護」です。今後も利用者様が毎日を笑顔で過ごせる施設運営に職員一同励んでまいります。



【新人歓迎会 だいじゅ園】

研修後、だいじゅ園に場所を移し歓迎会を開催しました。開催にあたり森理事長にご挨拶と乾杯の音頭を頂き歓迎会のスタートです！

今年度は海外の方を含め14名の新入社員を迎え、自己紹介やアピールポイントを語って貰いました！新しい職員と共に全職員一丸となつてより良いサービスの提供、ケアの向上を目指していきますのでこれから光寿会ケアステーションひかりを宜しくお願い申し上げます。



管理栄養士だより

「**桜エビと塩昆布の炊き込みご飯**」のご紹介です。桜エビは、殻ごと食べられるため骨粗鬆症の予防に役立つカルシウムが非常に豊富です。さらに、赤色の成分である「アスタキサンチン」には高い抗酸化作用があり、免疫力アップも期待できる栄養価の高い食材です。ひかりでは、栄養バランスと食べる楽しみを両立したお食事を今後も提供してまいります。



通所リハビリ活動報告

今回は、通所リハビリで実施している「**外出リハビリ**」についてご紹介いたします。

先日男性利用者様と一緒に「**男旅**」を企画し、もいわ山森林公園・展望デッキに上り十勝平野を堪能してきました。久しぶりに訪れた景色を見て「懐かしい、ここに来るのは数十年ぶり」と感慨深い男旅となりました。景色を楽しむだけでなく心も動かす素敵な時間となりました。



職員募集のお知らせ

ひかりでは**非常勤調理スタッフ**を募集しています！
どなたでもできる仕事です。
お気軽にお問い合わせください
担当：野村まで **(6・5566)**

勤務時間
6:30~10:30
15:00~19:00
6:00~15:00
(休憩60分)
※シフト制

時給
1,200円
早番手当
500円/時
(6:30~8:00)

お仕事内容
●盛り付け
●食器等の洗浄
●調理補助
●炊飯業務

ひかり行事のお知らせ
7月25日(土)

ひかり夏祭り **開催!!**
※感染症の状況により、中止となる可能性があります。

御寄附

有難う御座いました

- 広尾町 八重樫 剛様
- ポータブルトイレ式
- 大樹町 猪飼 和江様
- 現金の寄付

