平成25年8月1日発行

FUREAINO MACHIZUKURI

滴翠会会報

2013 月刊　8月号　第272号

社会福祉法人 滴翠会

盆　踊　り

「夏まつり」開催

例年八月に開催して参りました、慈翠舘・明翠苑・華翠会舘合同の「納涼大会」でしたが、近年の猛暑対策とご利用の皆様の健康を考え、今年から七月に繰り上げ七月六日に「夏まつり」と名称を変え、慈翠舘グラウンドにて開催いたしました。

内容も一部リニューアルし、今年は近隣施設の障害者支援施設光風荘の皆様による「和太鼓演奏」をアトラクションに迎え、地域の皆様にもたくさん来場して頂き盛大に行われました。利用者の皆さんからは「太鼓演奏がすばらしかった。」「盆踊りを踊って楽しかった。」「屋台の食べ物がおいしかった。」などと色々な話が飛びかっていました。最後に行なった打上花火を見上げる皆さんの顔には、とても楽しいひとときが過ごせたという満足感が表れていました。

●養護老人ホーム

滴翠苑（てきすいえん）だより

かすみがうら市横堀四五一―五
TEL〇二九九―五九―三六三一

千代田中学校の総合的な学習

千代田中学校総合的な学習

七月十七日、千代田中学校三年生、十五名の皆さんが、「地域の福祉施設を訪問して作業等の体験を行い、奉仕の心を育てるとともに福祉に対する理解を深め、自分の生き方をみつめさせる」を目的とし来苑しました。

輪ナゲ・折り紙を一緒に行い、約一時間コミュニケーションを楽しみました。最後に合唱を披露してくれました。

中学生の皆さんから次の様な感想をいただきました。「折り紙や輪ナゲを楽しんでいただけて嬉しかったです。今日の経験を忘れずに大人になりたいです。」「今日とてもハッピーな一日になりました。」「めったにお年寄りとふれ合う事がなかったので良い機会になりました。」

利用者の皆さんも自然と笑顔がこぼれ、いつもより元気な姿がみられました。十五名の皆さん本当にありがとうございました。

認知症傾向のチェック項目

利用者の日々の変化を観察し、対応していくのに認知症傾向を判断する基準として次のチェック項目を参考にしたいと思います。

・今日が何月何日で何曜日か忘れやすい
・自宅の住所と電話番号がすぐ言えない
・探しものをしている時間が増えた
・お金への執着が以前よりも強くなった
・下着を着替えず、身だしなみに無頓着
・季節や状況に合わない服装をしている
・外出の際、持ちものを何度も確める
・趣味やテレビに興味を示さなくなった
・会話中に単語を探している様子がある
・昨日の昼に何をしていたか思い出せない
・行動するのを面倒がることが増えた
・料理など、生活で小さなミスが目立つ
・ささいなことで怒りっぽくなった

（新聞より抜粋）

苑ではこれらの事が目立つ様になってきた場合、医者の診断を受ける様にしています。

養護老人ホームは、老後を安心して安全に過ごせます。

出張ショッピング

七月十一日に石岡市にある洋品店に来苑していただき、苑の皆さんでショッピングを楽しまれました。

今回は夏物の洋服を品揃えしていただき、カジュアルでカラフルな物が多くみられました。普段なかなか買い物へ出かけることができない方も、ここぞとばかりに沢山の種類の洋服を選ばれていましたし、特に女性の方は洋服を選ぶ際は真剣な様子で一着ずつ吟味されていました。そうした真剣な表情や、楽しげに洋服を選んでいる姿をみて、出張ショッピングを皆さん本当に心待ちにしていたのだと改めて気付かされました。

今回同様、出張ショッピングでは、それぞれの方が気に入った物を買えるように事前のリサーチをしっかりと行っていきたいと思います。

出張ショッピング

七夕まつり

七月四日、七夕まつりが行われました。短冊の願い事で多かったのは「孫の顔がみられます様に」「家族皆が健康でいられます様に」というようなものでした。次に日常的に気になっている事で「腰痛がなくなり沢山歩きたい」「一〇〇歳まで生きたい」等でした。

毎年余興でカラオケをしていたのですが、今年はそれに加えて輪ナゲも取り入れてみました。暑い季節を健康に乗り切ってもらう事を目的として、少しでも体を動かしてもらおうと考えて行いました。予想以上の参加者がおり、楽しまれている様子でした。

✻八月の行事

施餓鬼法要　八月　八日
納涼大会　八月　九日

●救護施設

慈翠舘（じすいかん）だより

石岡市半の木一一一四六一
TEL〇二九九―二四―二八七一

生活保護の勉強会

『生活保護の勉強会』開催

先ごろ慈翠舘では、利用者の皆さんに生活保護制度について今一度理解を深めていただこうと、三回に分けて『生活保護の勉強会』を開催しました。

当日は、地元石岡市社会福祉課の小林係長様に講話と解説をいただきました。保護を受けることで住民税や年金保険料が免除されたり、医療や住居に関する様々な扶助が受けられること。反面、能力に応じた就労活動、無駄な支出の抑制等現実的な事例を交え、丁寧で分かり易い解説に出席された皆さんもうなずく場面が目につきました。

在宅生活から慈翠舘に移り、各人の福祉事務所の担当ケースワーカーから直接的なご指導を受ける機会が減少傾向なため、今後もこのような場を継続的に設け、利用者の皆さまの安定した生活の保護に役立てたいと思います。

園芸クラブ外出

七月十九日、花木センターへ園芸クラブ五名の方が外出しました。

慈翠舘の花壇には、グリーンカーテン作成の為今年も朝顔とゴーヤの種を蒔き、葉が1／3位まで伸びてきましたが、「花も植えたい。」との声が上がり今回皆で花を選ぶため外出することとなりました。

店内は広く、たくさんの花が咲いており選ぶことに迷ってしまいましたが、その中でナツザクラ・ペンタス・メランポジウム・日々草、そして人気があるという千日紅の五種類を購入しました。その他にもぶどうや甘夏みかんの木・蘭のコーナーや花びらがとても大きなハイビスカスなどを見て回り、とても癒された時間となりました。

四季彩館で食事

日帰り旅行

七月十日に、全館消毒の際に掃除を行ってくれる方の慰労も兼ねて、日帰り旅行に行きました。

場所は常陸大宮市にある、ごぜんやま保養センター四季彩館へ利用者十七名職員五名で行きました。当日は蒸し返す様な暑さだったのですが、施設内はとても涼しかったので休息をとるには良いところでした。

到着し少し休憩すると皆さんお風呂に向かいました。浴室はサウナの様に暑かったので早く出て来る方もいればゆっくり露天風呂に浸ってくる方もいました。

又、皆さんの楽しみな食事は、四季彩定食で山菜そばに天ぷら・鮎の塩焼きなど、種類が豊富で、中でもそばが特に美味しかったと絶賛していました。

そして食後には、もう一度お風呂に入る方や、アイスを食べる方、牛乳を飲む方と、それぞれ楽しい時間を過ごせた様で帰りの車中も皆さん満足顔でした。

新任職員紹介

ケアワーカー　小坂　直寿（なおひさ）

（平成二十五年六月採用）

六月から慈翠館でケアワーカーの仕事に携わっている小坂です。以前は、住宅販売の営業の仕事をしていました。人と接する事が好きでこちらの仕事に応募させて頂きました。利用者の皆様に声を掛けて頂くととても嬉しいです。趣味は旅行で、時間があれば一人でいろいろな国に行って友達を作り、現地のローカルなレストランやオススメのスポットを旅しています。皆様には、不慣れな事が多くご迷惑をお掛けすることと思いますが、何に対しても一生懸命頑張りますのでよろしくお願い致します。

✤八月の行事

日帰り旅行　八月　一日
（老人福祉センターふれあいの里）
施餓鬼法要　八月　八日
墓参り　八月　十三日

●特別養護老人ホーム

明翠苑（めいすいえん）だより

石岡市半の木一一四八一一一
TEL〇二九九―二三―九六二〇

かき氷まつり

かき氷まつり

七月二十四日午後二時から「かき氷まつり」が開かれました。暑い夏に少しでも利用者の皆さんに涼んでもらおうと、七・八月に何度か開催しています。

イチゴ、メロン、抹茶、レモンのシロップが用意され、それに練乳をかけたり、あずきをのせたりして、皆さん好きなように注文して召し上がっていました。氷をかく職員によって、氷が綿のようになったり氷の細粒になったりと、また違う食感が楽しめます。

この日は、今までの猛暑はどこいってしまったのかというぐらい涼しい日でしたが、皆さん喜んで召し上がっていました。

夏まつり

七月六日夕方五時二十分から、明翠苑・華翠会館・慈翠館合同の「夏まつり」が、慈翠館グラウンドで開催されました。

気候も丁度良く、夏らしい夕方となりました。明翠苑の皆さんは、着付けボランティアの方にも手伝ってもらい、浴衣に着がえて参加しました。まず腹ごしらえということで、お弁当や模擬店を利用して夕食を召し上がっていただきました。少し陽が傾き、提灯の明かりが輝きはじめ、穏やかな風を感じながら外でとる食事は、また気分が違います。

夕食のあとは、盆踊りです。車椅子の方も職員に押されて、踊りの輪に加わります。途中、和太鼓やお囃子（はやし）のアトラクションもあり、皆さん楽しそうにご覧になっていました。

最後は、花火が上がり、少し早い夏の風物詩を皆さん楽しまれていました。

ふぁみりー通信

７月の出来事

７月２日　理美容ボランティアの方４名が散髪に来て下さいました。ベッドから起きられなくても髪を切ってもらえるのでとても助かります。夏に向けて皆さんさっぱりしました。

７月６日　「夏まつり」昨年まで８月上旬に開催していましたが、暑さによる健康への影響を考え、今年は少し涼しい時に行いました。

７月18日　眼科の先生が往診にみえ、 27名の方が診察を受けました。

７月19日　石岡市選挙管理委員会立ち会いのもと、参議院議員選挙の「不在者投票」を行ないました。それぞれ支持する候補者・政党に票を投じました。

７月19日　レクリエーション大会が行なわれ、皆さんオリジナルのゲームを楽しみました。

７月24日　「かき氷まつり」が開かれ、皆さん好きなシロップをかけて、かき氷を召し上がっていました。

明翠苑ニュース

（７月分）

面　会	99件	延136名来苑
ショートステイ	8名	延 43日利用
ボランティア		
理　美　容	４名	１日来苑
売　　店	１名	２日来苑
浴衣の着付け	４名	１日来苑
研　修		
たん吸引等指導者講習		７月８日
介護職員たん吸引等実施研修		７月19. 22. 25. 30. 31日
施設長・管理者研修		７月22日
アクティビティワーカー研修		７月24日

明翠苑の「日常あ・れ・こ・れ」

長寿を祝う会

毎年９月に開催されている「長寿を祝う会」は、昭和57年の「敬老会」にはじまります。明翠苑設立の翌年のことです。昭和60年に名称が「長寿を祝う会」となり、毎年ご家族を招待して開かれ、今年で31回目となります。

以前は、米寿、傘寿、喜寿、古希の皆さんに赤いちゃんちゃんこと赤い帽子を身につけていただきお祝いをしていました。また、年間を通して奉仕活動をしてくださった方に感謝の意を表し表彰もしていました。利用者の皆さんが１年がかりで作成した作品なども展示されていました。時代によってその内容も少しづつ変わってきています。

近年は、90歳以上の「長寿者」としてお祝いを受ける方の人数も20名近くになっております。今年もご家族を招待して、式典やアトラクション、祝宴が予定されております。

明翠苑に入居されている方全員の長寿をお祝いいたします。

長寿を祝う会のお知らせ

○日時　九月七日（土）
　午前九時三〇分より
○場所　明翠苑・華翠会館
○内容　式典・アトラクション・
　家族懇談会・祝宴

＊ご家族の皆様のご来苑を心よりお待ちしています。

●デイサービスセンター

華翠会舘だより

石岡市半の木一一四八〇
TEL〇二九九―二三―八二〇〇

夏　ま　つ　り

デイサービス日誌　七月一日（月）

参加人数　10名（男２名　女８名）
送　　迎　往き 8:30　帰り 16:00
昼食のメニュー　御飯、鮭のマヨネーズ焼き、ポテトのケチャップ煮、茄子のお浸し、フルーツ（みかん缶）
機能訓練　嚥下体操、リハビリ体操
レクリェーション　学習

今月からマッサージの方が月曜と火曜に来てくれる事となりました。ボランティアという事でとても感謝しています。マッサージを受けると、腰や肩などの痛みも軽減されとても気持ちが良いです。

デイサービス日誌　七月八日（月）

参加人数　11名（男２名　女９名）
送　　迎　往き 8:30　帰り 16:00
昼食のメニュー　御飯、チキン味噌ステーキ、タラコスパゲティ、なめこおろし和え、フルーツ（みかん缶）
機能訓練　嚥下体操、リハビリ体操
レクリェーション　音楽

７月に入り暑い日が続いています。今年は梅雨あけも早く、太陽がまぶしく、きびしい夏がやって来ました。暑さ対策として冷たい物ばかりでなく、温かいお茶や麦茶等も良いようです。熱中症に気をつけ毎日を楽しく元気に過ごしてゆきたいです。

デイサービス日誌　七月六日（土）

参加人数　11名（男３名　女８名）
送　　迎　往き 8:30　帰り 16:00
昼食のメニュー　御飯、豚肉のねぎ味噌焼き、金平煮、みぞれフルーツ
機能訓練　嚥下体操、リハビリ体操
レクリェーション　学習

夕方から慈翠舘のグラウンドにて夏まつりが行なわれ利用者６名が参加しました。夕方になり気温も下がり涼風もあり、とても気持ちの良い日でした。和太鼓の生演奏やおかめ・ひょっとこの踊りがあったり、利用者も太鼓に合わせての盆踊り「50年振りに踊ったよ」と言われ、楽しい思い出になった様でした。

デイサービス日誌　七月十九日（金）

参加人数　10名（男１名　女９名）
送　　迎　往き 8:30　帰り 16:00
昼食のメニュー　御飯、味噌汁、蒸し魚の梅肉ソース、長芋と鶏肉の煮物、フルーツ（キウイ）
機能訓練　嚥下体操、リハビリ体操
レクリェーション　レクリエーション大会

明翠苑の利用者の方と一緒にレクリエーション大会を行いました。いつもより大勢の方が集まり楽しく出来ました。ボール転がしでは「苑長と一緒に歌をうたう」の所に入ると照れてしまう人、困ってしまう人、無視して一人でうたう人等々いて、皆を笑わせてくれました。

明翠苑居宅介護支援センターだより

石岡市半の木一一四八一一一
TEL〇二九九―二三―九六三四

脱水にご注意

最近の天気は、すでに異常気象とは言えないほど当たり前の気象になりつつありますね。異常低温、異常高温、大雨、竜巻、降雹（こうひょう）、突風、急激な気候の変化…。

今年も寒い冬が長く続いたと思ったら、二週間も早く梅雨が明け、今度は三十度を超える真夏日の連続です。三十年前と違うのは、当時は真夏日は年に数回だったことです。暑くても扇風機で我慢できた。もちろん住宅環境の変化もあるでしょうが、エアコンのある家はほとんどありませんでした。

十分な栄養も摂れず寝る間も惜しんで働いて、何十年も病気もしないで元気に過ごしてきた人たちは自分の身体に自信があるので油断しがちではないかと思いますが、健康管理は怠らないように気をつけましょう。尋常ではない暑さで食欲が落ちてあまり食べていないとか、夜トイレに起きるのが面倒だからつい水分を控えてしまうとか、ちょっとしたことが原因で大事に至ってしまってはつまりませんから。

「熱中症」というのは身体から水分が失われる脱水から始まります。脱水を見分ける方法があります。

・手が冷たい
・親指の爪を白くなるまで押して、元に戻るのに三秒以上かかる
・手の甲の皮膚を引っ張り、元の状態に戻るのに三秒以上かかる
・舌がざらざらしたり赤黒い

このような症状が見られたら脱水を疑って対策をしましょう。

脱水状態は身体の中の水分と一緒にナトリウムやカリウムなどの大切な電解質も失われてしまいます。喉が渇いた時はスポーツ飲料でもいいのですが、脱水時はイオンが多く、糖分の少ない経口補水液を少しづつゆっくり飲むのがいい方法です。ただし、ナトリウムやカリウムの摂取制限を受けている人は医師に相談してからにして下さい。

ケアマネジャー　井川　由美子

私のMENU（メニュー）

《夏野菜の和え物》

夏バテで食欲もなくなりやすいこの季節。見た目にもカラフルで涼しげなこの一品、冷奴のトッピングにもどうぞ。

●材　料

胡瓜 …… 1/2本（5㎜角）
トマト …… 1コ（1㎝角）
オクラ …… 2本
みょうが（薄くスライス）
又は 大葉（千切り）… 適量

Ⓐ
ごま油 …… 大1
塩 …… 少々
正油 …… 小1
炒りゴマ …… 少々

●作り方

①オクラは塩をふり、板ずりして薄くスライスする。
②胡瓜・トマト・みょうが・オクラをⒶと合わせていただく。

慈翠舘 栄養士　山口 由香里

ご利用をお待ちしています

養護老人ホーム　滴翠苑
救護施設　慈翠舘
特別養護老人ホーム　明翠苑
特別養護老人ホームユニット型　明翠苑
デイサービスセンター　華翠会館
明翠苑居宅介護支援センター

職員募集中　詳しくはホームページ又は施設へご連絡下さい

医療法人高木医院

TEKISUIKAI

社会福祉法人　滴翠会　http://tekisuikai.or.jp/