FUREAINO MACHIZUKURI

滴翠会会報

2016 月刊　２月号　第302号

平成３年１月創刊

社会福祉法人 滴翠会

明翠苑の節分

節分

今年に入り寒さが一段と厳しくなるなか2月4日に立春を迎えます。春が来るのが待ち遠しいこの頃です。立春は暦の上で春が始まる日の事ですが今年は寒くなるのが例年より遅く感染症（インフルエンザ・胃腸炎等）の発生がいつもより長引くとの事で引き続き注意が必要となっています。

そんな寒さや感染症を吹き飛ばすかのように滴翠会の各施設で立春の前日2月3日に節分が行われました。大きな声で「鬼は外！福は内！」と豆まきを行い無病息災を願いました。元気な掛け声でたくさんの福を呼び、鬼を追い払うことができたのではないかと思います。皆さん元気で明るい春を迎えられるようにお祈りいたします。

節分や 肩すぼめ行く 行脚僧

【露伴】

●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

茶　道　会　の　人　々

茶道会（初釜）

1月6日、今年に入り初めての文化会活動の茶道会で初釜が行われました。

現在、茶道会は会員7名で隔週水曜日に先生の指導のもと行われています。今回は初釜と言うことで新年のあいさつをしてから始まりました。お稽古の内容は、帛紗と茶巾の扱い方、茶筅通し、そしてお茶の点て方を学びます。お茶は茶筅を使い細かい泡が表面に立つように前後に茶筅を振って点てていきます。泡を立てるのが難しく苦戦している方もなかにはいます。点てたお茶を飲む時に一緒に頂くお菓子も毎回楽しみのひとつとなっています。会員のみなさんからは「覚えるのが大変だけどとても勉強になる」「お茶を飲んだり、お菓子を食べるのが楽しい」等と毎回楽しみにしています。

これからも茶道会の時間を楽しんで行えるようサポートしていきたいと思います。

節　分　祭

2月3日に節分祭が行われました。集会室に集まり申年の年女2名の方が紹介されました。その後豆まき役と鬼役に分かれて豆まきを行いました。豆まき役は桝にたくさんの豆を入れ、鬼役は、お面と金棒を持って行いました。「鬼は外、福は内」と元気な掛け声で玄関や苑庭に豆をまき、鬼は退散して行きました。

豆まきの後は福茶とお饅頭を頂き健康長寿と無病息災を願って、今年一年の幸せを願いました。また、本日の昼食に五目寿司、夕食は年越そばを頂きました。

立春を迎え梅の花も咲き始め春が近づいてます。寒い日も後わずかですので体調に気を付けて毎日をお過し下さい。

新　年　会

新年会・お誕生会

1月28日に新年会とお誕生会を開催しました。お誕生会は12月と1月生まれの方で男性1名女性7名の計8名がお祝いをうけました。今回のお誕生者の中には、現在滴翠苑の最高年齢90歳を迎える方がいました。これからも元気で長生きして下さい。

新年会は、獅子舞から始まりました。獅子の華麗な舞を披露して、皆様の頭を噛んでもらいました。ゲームは「福笑い」と「宝くじ」を行いました。「福笑い」は難しかったようで上手く出来ず顔のパーツがあちこちに散らばり苦戦していました。周りで見ている人は大笑いで楽しんでいました。余興は、職員が中心になり歌や踊り劇を行いました。踊りは「河内おとこ節」と「チャンチキおけさ」の2曲を行いました。利用者も飛び入り参加してくれて大変盛り上がりました。劇は「よくばりヨイショ」という寸劇を行いました。笑いあり感動の場面もあり、職員の迫真の演技に大きな拍手を頂けました。余興の最後は、職員全員で「思い出のアルバム」を滴翠苑版に歌詞を替えて歌い最後を締めくくりました。

これからも皆様に楽しんで頂ける新年会にしていけるようにがんばって考えていきたいと思います。

✻2月の行事

節分祭　2月3日

●救護施設

慈翠舘だより

石岡市半ノ木一一一四六一
TEL〇二九九―二四―二八七一

立　　春

節　分

2月3日、慈翠舘では豆まきを行いました。

申年の4名の方は12ヶ所の戸口に向い「鬼は外！福は内！」と大きな声で豆をまきました。柊に焼いた鰯の頭を刺して飾りました。年男、年女の4名の方々は元気に施設内を回ってくれました。

昼食は選択食で2種類の具材から選ぶ巻き寿司と、鰯のつみれ汁、煮物、デザートと皆さん大変満足そうでした。

立春を迎えましたが、寒さはまだこれからです。風邪をひかない様に手洗い、うがいを忘れずに行い、病気鬼を退治して行きましょう。

感染症対策

感染症が流行する時期になると、当施設においても感染症対策が重要課題となってきます。

慈翠舘では、一年を通して外出後や時間毎の手洗い、うがいの励行、手指の消毒、毎朝の検温、ドアノブ・トイレ・手摺りの消毒など、日常生活の中でも体調管理や感染症対策を行っています。

これに加え、感染症が流行する10月から3月においては、外出時のマスク使用とホールや廊下などの共有スペースの床消毒、感染する機会を減らすため、外出を控えるなどの対策をとっています。職員についても、この期間中は出勤前の検温と常時マスク使用とし、職員から利用者への感染を防いでいます。

以上の対策を講じ、今年は今のところ1人の利用者の感染者も出ていません。今後も感染症に対する意識を高め迅速な対応が出来るよう努めていきます。

施　設　内　研　修

葉彦神社初詣

平成28年元旦、石岡市半ノ木にある葉彦神社へ初詣に行って来ました。

今回参加を希望された方は12名でした。往復約2キロの道のりを、散歩も兼ねて体力に自信のある方は徒歩、歩くのが難しい方は車に乗って行きました。

少し寒く感じられましたが、年始めの外出ということで皆さん気持ちが高揚しているようでした。葉彦神社までの道中、今年の抱負や去年の思い出を語って下さる方もいました。

葉彦神社に着く頃には体も暖まってきました。鳥居をくぐって本殿の前に来ると、皆さん神妙になり手を合わせて願い事をされていました。

最後に恒例の記念写真を撮り、新たな気持ちを胸に、慈翠舘へ帰りました。

施設内研修

1月27日、第一回施設内研修を開催しました。今回は、精神保健福祉士の資格を持つ職員が講師となり、精神病治療薬について学びました。

薬それぞれに良い効果がある反面、便秘やのどが渇くなどの副作用もあります。場合によっては命に関わる重篤な副作用も起こり得るため、取り扱う時には注意して確実に与薬しなければならない事を再確認しました。

講師を勤めた職員からは、拙い講義で皆さんに理解してもらえたか不安との話しがありましたが、受講した方は、「解りやすかった。」「読みやすい資料で参考になる。」など好評でした。

✻2月の行事

節　分　　2月3日

●特別養護老人ホーム
明翠苑（めいすいえん）だより
石岡市半ノ木一一四八一一一
TEL〇二九九―二三―九六二〇

豆　ま　き

節　分

明翠苑では毎年節分に施設長、年男・年女の職員が石岡市内の常陸國総社宮に行ってお祓いを受け、総社宮から頂いてきた御札・御神酒・福豆を明翠苑の玄関にあるお地蔵様にお供えしてから、豆まきを行っています。

豆まきでは、職員が鬼の格好をして利用者の方が鬼に向かって「福は内、鬼は外」と元気に豆をまいてくれました。

鬼の俊敏な動きになかなか豆を当てられない時は、皆で一斉に豆をまいて鬼退治をしました。さすがの鬼もこれには参ったと逃げて行きました。

豆まき後のおやつには、福茶とお饅頭を召し上がって頂き、無病息災を願いました。

明翠苑にたくさんの福がくるように玄関など出入り口に、魔除けとして柊に焼いたいわしの頭をさした「やいかがし」も飾りました。

今年の節分行事は無事終了しました。

新　年　会

1月14日に明翠苑と華翠会舘合同の新年会を行いました。

施設長のあいさつのあと、万寿会会長の仲様からは、利用者の皆さんへ「寒いから風邪を引かないように元気に過ごしましょう！」と言葉がかけられました。

レクリエーションでは、2チームに分かれて〝利用者対抗玉運び！〟を行いました。ボールを上手く運べず悔しがる利用者もいれば、上手く運べた利用者の姿も見られ「よく出来たね」「惜しかったね」と利用者同士で声を掛け合う姿が見られていました。結果は、1勝1敗で引き分けでした。皆さんとても楽しまれていました。

最後のおやつは、焼きいもを召し上がって頂きました。利用者からは、「とても甘くて美味しかった」「もっと食べたかった」などの声が聞かれました。

今年も元気に楽しく利用者の皆様が過ごして頂けます様職員一同楽しい行事を考えてまいります。

ふぁみりー通信

1月の出来事

1月1日　新年を迎えて施設では、「年頭の辞」を行い、理事長・施設長・年女の挨拶後、出席者全員で記念撮影をしました。

1月4日　今年最初の座談会が行われ、改めて施設長より「今年も元気にお過しください」と新年の挨拶がありました。

1月7日　昼食に七草粥を召し上がって頂きました。

1月14日　明翠苑・華翠会舘合同で新年会を行い、職員が考えたゲームをして楽しまれました。

1月15日　小正月ということで、昼食に小豆粥を召し上がって頂きました。又、午後よりふらんす亭喫茶が行われ、ピザおやきが一番人気でした。

1月28日　昼食にふらんす亭食事を実施し、かき揚丼セット・カレイの煮付定食･味噌ラーメンセット･フレンチトーストセットの中から選んで頂き一番人気は、かき揚げ丼セットでした。

明翠苑の「日常あ･れ･こ･れ」

口腔衛生ボランティア

1月21日、口腔衛生ボランティアが来苑し、利用者の口腔内を綺麗にして下さいました。

口腔衛生ボランティアの来苑は2回目で、今回は日頃から診察や往診でお世話になっている歯科医院の歯科衛生士さんが来苑し、5名の利用者の口腔ケアを行って下さいました。口の開きを良くする為マッサージをして、口周りの筋肉をほぐしてから、歯肉の状態を確認しながら綺麗に歯を磨いて下さいました。

又、職員には歯ブラシの正しい使用方法と磨き方を教えて下さり、普段なかなか綺麗に出来なかったところなどのやり方もアドバイスして頂きました。

今後も、さまざまなボランティアなど外部との交流を増やせたらと考えております。

明翠苑ニュース

（1月分）

面　会	81件	延117名来苑
外　出	3件	外泊1件
ショートステイ	8名	延87日利用
ボランティア		
売店ボランティア	1名2日来苑	
口腔衛生ボランティア	1名1日来苑	
研　修		
メンタルヘルスケア研修	1月20日	

●デイサービスセンター
華翠会館だより
石岡市半ノ木一一一四八〇
TEL〇二九九―二三―八二〇〇

楽　器　演　奏

デイサービス日誌　1月16日（土）

利用者　10名（男３名　女７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、大根のそぼろ煮、ほうれん草のごま和え、フルーツ
機能訓練　嚥下体操、リハビリ体操
レクリエーション　チーム対抗輪投げ

チーム戦で輪投げゲームをしました。はじめは「出来るかな…」とためらっていた方も真剣なお顔で輪を放り、見事ピンに入ると歓声が湧きました。参加者全員が点数を取り集計する時に、暗算がとても速い方がいて、皆で感心する場面も。利用者の若さを感じる１日でした。

デイサービス日誌　1月22日（金）

利用者　11名（男３名　女７名）
送　迎　往き 8:30　帰り 16:00
昼食のメニュー　御飯、ハンペンのチーズフライ、ごぼうの土佐煮、バンサンスウ
機能訓練　嚥下体操、リハビリ体操
レクリエーション　工作、ふくろうの名札作り

ふくろうの名札作りに挑戦しました。台紙を布でくるんで貼り合わせる細かい作業もあり、隣の席の方と協力しながら行いました。ふくろうの目の付け方で作品に個性が出るもので、作った方のお顔に似てきたり…お互い見せ合っては笑いを呼び、和気あいあいとした時間を過ごしました。

デイサービス日誌　1月30日（土）

利用者　10名（男３名　女７名）
送　迎　往き 8:30　帰り 16:00
昼食のメニュー　ごはん、タラチリソース煮、高野豆腐と竹輪の煮物、ほうれん草五目和え
機能訓練　嚥下体操、リハビリ体操
レクリエーション　音楽、楽器演奏

歌に合わせて楽器演奏をしました。曲目は「ドンパン節」「あんたがたどこさ」です。和太鼓、大太鼓、小太鼓、シンバル、トライアングル、タンバリンを銘々に持ち何度も練習をして、きれいに揃った時は全員で大喜びしました。今後もいろいろな曲に取り組みレパートリーを増やしていきたいと思います。

文芸コーナー　短歌

老いたとて　嬉しきものよ　正月は
年の初めを　共に歌えて

懸命に　作りしおせち　食べあきて
いつも乍らの　味噌汁美味し

着ぶくれを　笑う己れも　着ぶくれて
共に笑う　老いのひととき

華翠会館利用者　小島せん

明翠苑居宅介護支援センターだより

石岡市半ノ木一一四八一一一
TEL〇二九九―二三―九六三四

マイナンバーが始まりました

昨年の暮れにマイナンバーの通知カードが郵送され、1月から運用が開始されました。

どういったことに利用されるのかというと税金関係、年金、労働、福祉、医療などの社会保障分野、そして災害対策分野です。この3分野の事務手続に関して12桁の個人番号を利用し、マイナンバー法で定められた分野の事務手続きについて情報連携を行っていくというものです。

介護分野でもマイナンバーが必要になりました。

・介護保険の資格取得、移動、喪失
・要介護認定の申請
・要介護認定の更新
・要介護認定区分の変更
・高額介護サービス費の支給の申請

などが主なものです。介護保険を利用して福祉用具を購入したり、住宅改修をする場合も必要です。

申請するときは書類にマイナンバーを記載するとともに、窓口で申請者の身分証明書の提示が必要です。代理人が申請する場合はこのほかに委任状（又は介護保険証の原本）などが必要です。

マイナンバーの運用が始まってまだ数日なので制度の理解度も低く、慣れないこともあって不便さを感じることも多いのですが、徐々に浸透していくことでしょう。

ところで、早速マイナンバーを語った詐欺事件が起こっているようです。「マイナンバーの通知カードを持っているからこれで銀行でお金を下ろしてくる」という電話があったということで、驚いた当事者はあわてて銀行に確認に行ったという事でした。よく考えればマイナンバーのカードで銀行預金が引き出せるわけはないので、うまくごまかしてお金を巻き上げようとしたのかもしれません。

この方は警察にも相談して事なきを得ていますが、その立場に立ったときに詐欺だと気付くことは難しいのではないかと思います。こういう時は、冷静さを取り戻す為に深呼吸するといいそうなので参考にしてください。

不審な電話があったら〝今、息子は仕事中だから後で聞こう〟などと考えず、すぐに家族に相談することが一番だと思います。

ケアマネジャー　井川　由美子

私のMENU（メニュー）

☆いわしのちり鍋

（1人分 エネルギー294kcal　塩分1.2g）

いわしのEPA・DHAに、春菊のβ-カロチン、生活習慣病に効果抜群です。

●材　料（２人分）

いわし（三枚おろし）4〜5尾／ごぼう ½本／春菊 ½束
焼き豆腐 ½丁／油あげ（油抜きしたもの）1枚／ポン酢 適量

●作り方

①いわし４〜５尾は、うす塩をふって20分おき、さっと水で洗う。
②ごぼう½本は、ささがきにして下ゆでする。
③春菊は、４〜５㎝に切る。
④焼き豆腐、油抜きした油あげは、食べよく切る。
⑤鍋に昆布７㎝を敷き、いわしを並べかぶるくらいの水、酢大さじ１を加えて煮立て、アクをすくう。
⑥魚に火が通ったら野菜を加え、煮えばなをポン酢でいただく。

滴翠苑 管理栄養士　高田恵美子

今月のことば 12

生ぜしもひとりなり　死するも独（ひと）りなり
されば　人と共に往するも　独りなり

一遍上人語録

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/