平成26年８月１日発行

FUREAINO MACHIZUKURI

滴翠会会報

2014　８月号　第284号
月刊

社会福祉法人 滴翠会

今年の夏まつり

夏まつり

慈翠舘・明翠苑合同夏まつりが、七月十二日慈翠舘グラウンドにて開催されました。台風の接近で天候が心配されましたが、当日はとても暑く晴天に恵まれました。

開会式の後は、皆さんが楽しみにしている模擬店の始まりです。暑かったためか、かき氷や水まんじゅうの利用が多くみられました。また、焼きそばやお好み焼き、焼き鳥や餃子、トマトのマリネなど、人気の品物が出て、皆さん大満足、お腹がいっぱいになったあとは、太鼓に合わせて踊りの輪の中へ入って行きました。

盆踊りの休憩時間には、石岡で毎年九月に行なわれる祭礼で舞う、ひょっとこ、きつねが披露されました。手拍子をとったり、一緒に写真を撮ったりする方もいました。最後の花火では、打ち上げや噴射花火に歓声が上がりました。

養護老人ホーム滴翠苑の納涼大会は、八月八日に行われます。

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

出張ショッピング

出張ショッピング

七月十七日、石岡市内にある衣料品店が来苑し、衣類の販売をしました。

普段の外出ショッピングでは、ゆっくり時間をかけて衣類を選んで買物をするのはむずかしく、苑で行われる出張ショッピングを利用者の皆さんは心待ちにしていました。

男性利用者は、ズボンや下着など、自分で欲しい物がすでに決っているため、三十分程度で買物も終了しました。

女性利用者は物を見るとついつい欲しくなり、特に色柄のシャツやズボン等に目が行き、支援員や店員さんに見立ててもらい、時間をかけて選び、まとめ買いをしていました。

これから真夏に入るため、下着の洗濯の回数も増えてくるのでほとんどの利用者が下着を購入しました。

すでに次回の出張ショッピングを皆さん楽しみにしています。

歩け歩け大会

滴翠苑では年に一度、害虫駆除を行う為に、全員で新治地区にある老人福祉センター『ふれあいの里』にて一日を過ごします。

当初は歩いて移動される方がほとんどだったために、歩け歩け大会という名目で行われていましたが、皆さんの平均年齢の高齢化が進み、炎天下の歩行は健康維持に支障をきたす恐れがあるために、バスと車での移動となりました。

センターには大きなお風呂やカラオケ設備が整っているため、この機会を有意義に過ごされている方もいらしゃいました。又、今回はボランティアによるフラダンスやなつかしい昭和の歌の演奏もあり、普段イベント等へ参加することがほとんどない方々も、皆さん一緒になって楽しまれているようでした。

千代田中学校総合学習

七月十六日に千代田中学三年生、十四名の生徒さんが、滴翠苑の皆さんと交流されました。

自己紹介から始まり、一緒になって魚釣りゲーム等を行なった後、一人ひとりが苑の皆さんと向き合って会話をされていました。

「上手に会話ができるか心配でしたが、積極的に話しかけてくれたので、とても楽しい会話ができました。」

「耳が遠い方が多いので、話し方に気を付けなければいけないことを改めて実感しました。」

「ここにいる皆さんは年齢もバラバラなのに、楽しく過ごせてすごいなと思いました。」

この他にも沢山の感想を頂き、今年の総合学習も、良い体験をされた生徒さんが多くいた様子でした。

中学生と魚釣りゲーム

七夕まつり

七月三日、七夕まつりが行われました。短冊には、利用者の皆さんがそれぞれの願い事を書き、笹の葉に飾りつけました。

「長生きが出来ますように」「楽しい事がありますように」「腰が痛いのが治りますように」「足が治りますように」「元気で毎日を送れますように」等の願い事が書かれていました。

皆さんの健康を一番に願い、乾杯が行なわれました。その後は、スカットボウリングやカラオケでひとときを楽しみ、七夕まつりを締めくくりました。

八月の行事

施餓鬼法要	八月　七日
納涼大会	八月　八日
お誕生会	八月二十八日

救護施設
慈翠舘だより
石岡市半の木一一一四六一
TEL〇二九九―二四―二八七一

常陸風土記の丘

園芸クラブ外出

園芸クラブ六名で、石岡市内の常陸風土記の丘の百合まつりを観に行きました。

昨年は二回外出を計画しましたが、どちらも雨天の為中止になってしまったので、今年は傘をさしてでも行きたいと皆さん強く希望されており、外出の日は無事雨に降られる事もなく散策する事が出来ました。

百合は、黄・白・桃色など花はほぼ満開でした。橋から花畑が見えると皆さん近くへ駆け寄り、どの色が一番奇麗か見比べたり、花の匂いをかいだりしていました。又、百合をバックに写真を撮って楽しんでいる方もいました。

散策をする道沿いの所々に咲いた紫陽花も見る事ができ、皆さんいろいろな色の百合や紫陽花（あじさい）を見て、この時期にしか味わえない花を満喫する事が出来たようでした。

帰りの車中では、「次は桜の季節に来たいね。」と話しながら風土記の丘を後にしました。

関東地区救護施設研究協議会

ケアワーカー　加藤　喜明

七月十七日から二日間にわたり、栃木県宇都宮市にて、関東地区救護施設研究協議会が行われました。今回のテーマは「求められる救護施設を目指して」であり、救護施設の存在意義について学んだり、意見交換を行いました。

一日目は、生活保護の現況や新たな生活困窮者の為の制度、そして、社会福祉法人としての課題や取り組みについて説明を受け、救護施設の在り方を考えさせられました。

また、各施設の事例発表や、グループ討論を行い、各施設の地域移行に向けた進捗や培ってきた支援スキルを共有し合うことができ、今後の行動についての参考や励みになりました。

二日目は、元プロボクシング世界チャンピオンの「ガッツ石松」氏による

ごぜんやま温泉保養センターにて

日帰り旅行

七月二日に、常陸大宮市にあるごぜんやま温泉保養センター「四季彩館」に行ってきました。この旅行は、慈翠館の全館消毒の際に館に残って掃除をする方の慰労も兼ねている為、利用者十六名職員五名参加の旅行でした。皆さん到着し少し休憩するとお風呂に向かい、内風呂の他に露天風呂もあった為、ゆっくりと浸かってくる方が多くいました。

又、お風呂から出ると広い休憩室で食事をし、から揚げ・焼き魚・そばなどボリュームのある食事も皆さんきれいに食べていました。

そして食事の後は、散策に出掛ける方やテレビを見て過ごす方など、皆さん思い思いに時を過ごし、普段の疲れも癒す事が出来た様でした。

特別講演を聞くことができました。氏の幼少時代の貧困生活からのサクセスストーリーは、現在の生活困窮者増大の世で、自立支援の為のヒントになるような気がしました。

今後の仕事への励み、そして救護施設職員としての在り方を考えさせられる研修となりました。

✤職員研修・会議

関東地区救護施設研究協議会　七月十七～十八日

コーチングスキル研修　七月三十～三十一日

✤八月の行事

施餓鬼法要　八月　七日

大相撲夏巡業観戦　八月　八日

レクリエーション同好会外出（プロ野球観戦）　八月　九日

特別養護老人ホーム

明翠苑だより

石岡市半の木一一四八一一一
TEL〇二九九一二三一九六二〇

お　囃　子

夏まつり

七月十二日、待ちに待った今年の夏まつりが行われました。

当日、心配されていた台風は一転、晴天で気温が高かったため、皆さんの体調を考慮し、内容の一部変更もありました。そのかいあってか、体調を崩される方も無く、無事に開催されました。

模擬店の焼き鳥は開始十分で完売と予想外の売れ行きでした。花火は、後日「もう何年も見てなかったねぇ、夏って感じがして良いねぇ」と笑顔で話してくれる方がいました。その他にも、夕食は明翠苑特製のお弁当、アトラクションでは職員の息子さんや施設長によるお囃子（はやし）、盆踊りでは踊る方や手を叩くなど、それぞれの楽しみ方をされていました。

かき氷まつり

近年、明翠苑のかき氷まつりを行う日は気温が低かったり天気が優れないなど、何かあるのではないかとの噂もあったほどでしたが……。

七月二十三日、当日は猛暑日となり絶好のかき氷日和でした。

明翠苑で不動の一番人気が、白い氷にあずきとたっぷりの練乳をかけたシンプルなあずき練乳です。今年も多くの方が召し上がり大好評でした。また、最後には職員もいただき、ほっと汗をぬぐいました。

高齢者は暑さを感じにくいという話も聞きます。かき氷まつりなどのイベントを通して脱水症はもちろん、夏バテや熱中症などの予防にも努めていきたいと思います。

ふぁみりー通信

７月の出来事

７月12日　夏まつりが行われました。アトラクションや盆踊り、花火などのイベントで皆さん楽しまれていました。

７月23日　かき氷まつりが行われました。当日は気温も高く、味覚を楽しみ、涼んでいただけたようでした。

７月25日　ふらんす亭（食事）にて、カツ丼セット・カジキソテー定食・冷し中華セット・サンドウィッチセットが用意され、カツ丼セットが一番人気のようでした。

明翠苑ニュース

（7月分）

面　会	71件	延106名来苑
ショートステイ	5名	延57日利用
ボランティア		
売　店	１名	２日来苑
北浦団地	２名	１日来苑
理 美 容	２名	１日来苑
着付け（夏祭り）	５名	１日来苑
踊り（夏祭り）	１名	１日来苑
研　修		
介護職員等たん吸引実施研修		７月11・18・23・25日
コーチングスキル研修		７月16・17日
感染症予防研修		７月29日

明翠苑の「日常あ･れ･こ･れ」

ボランティア

今月も明翠苑ニュースの通り、ボランティアの方が明翠苑に来苑して下さいました。

７月には「夏まつり」があり、着付けのボランティアには、浴衣の着付けを手伝っていただき、踊りのボランティアは、明翠苑職員の息子さんでお囃子を披露してくれました。当日は、施設長・職員もお囃子に参加し、皆さんを盛り上げてくれました。

このような外部からの来苑者は利用者の皆さんにとって新鮮なことと思います。皆さん話好きな方が多く、また売店・北浦団地・理美容ボランティアの方は、頻度としても多く来苑され、顔馴染みの方々なので会話も弾みます。

今後もボランティアなど外部との交流を増やし、楽しんでいただきたいと思います。

長寿を祝う会のお知らせ

日　時　９月６日㈯
　　午前９：30より
場　所　明翠苑・華翠会館
内　容　式典・アトラクション
　　祝宴・家族会

＊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
華翠会館だより
石岡市半の木一一四八〇
TEL〇二九九―二三―八二〇〇

夏まつりの食事風景

デイサービス日誌　七月十二日（土）

参加人数　14名（男２名　女12名）
送　　迎　往き 8:30　帰り 19:30
昼食のメニュー　御飯、魚のピカタ（かじき）
茄子のしぎ焼き、五目とろろ
機能訓練　嚥下体操、リハビリ体操
レクリェーション　ミニゲーム

慈翠舘と明翠苑合同の夏まつりに８名の利用者が参加してくれました。模擬店の焼きそば等でお腹一杯になった後、盆踊りをしました。利用者の手を取り輪の中に入って行くと、いつもは杖を使っている人が杖も使わず上手に踊り楽しそうでした。見ている利用者もその場所で手を動かし気分は一緒に踊っていました。

デイサービス日誌　七月十五日（火）

参加人数　８名（男０名　女８名）
送　　迎　往き 8:30　帰り 16:00
昼食のメニュー　ちまき御飯、中華スープ
豆腐のサラダ、杏仁豆腐
機能訓練　嚥下体操、リハビリ体操
レクリェーション　輪投げ

畑でキュウリとナスが１本づつ採れました。それを切り、塩でもみ漬けにしておやつに皆で少しづついただきました。「美味しいね、柔らかいね」と味わっていました。枝豆は形が出来ていて実が入れば食べられるまでになっています。とうもろこしも早く大きくな～れ。楽しみです。

デイサービス日誌　七月十六日（水）

参加人数　８名（男１名　女７名）
送　　迎　往き 8:30　帰り 16:00
昼食のメニュー　御飯、蒸し魚のタルタルソース
かぶの挽肉あん、ホウレン草のお浸し
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　合同レクリェーション大会

明翠苑と合同のレクリェーション大会がチーム対抗戦で行われ、デイ・サービスが優勝しました。皆、真剣に戦い、応援にも熱が入ってました。最後の職員による逆転勝負では、ハラハラドキドキ「がんばれ！負けないで」と大きな声援を送っていました。

文芸コーナー　短歌

今日の日を　楽しく行きて　行きましょう
老いゆく先は　みんな忘れて
親切に　送り迎えを　してくれる
車窓に見える　景色明るし
ほしき物　何も無いけど　只一つ
健康なるが　我が願いなり

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

石岡市半の木一一四八一一一
TEL〇二九九―二三―九六三四

拘縮を防ぐために

ベッド上で過ごす事が多い要介護者は、動かない事が原因で気付いた時には関節が固まってしまい、手足が伸ばせなくなっていた（拘縮）という現象が起こる可能性があります。車いすに移る時や排泄の時に立つ事ができなかったら、本人にとっても介護者にとっても大きな負担になる事は否めません。手間や力が必要になってくると、移乗が困難になって余計にベッドで過ごす事が多くなり、一層関節が動かなくなるという悪循環になりかねません。

関節が固まらないようにするには日中は出来るだけベッドから離れ、身体を動かすようにすることが大切です。

通所系のサービスを利用すると身体を動かすきっかけにもなるし、外出して人とふれあう機会が増えることで、本人の気分転換にもなると思います。介護する家族が休息を取るためにも利用をお勧めします。

自宅では福祉用具を活用してはどうでしょうか。ベッドで休む時に、体圧を分散して床ずれや拘縮を防ぐパットやクッションを使うと体位保持が容易になります。車いすをレンタルすれば起きて食事が食べられるし、玄関の段差を解消するためにスロープがあれば散歩にも出られます。排泄もポータブルトイレに座って行えば、腹圧もかかり排泄しやすくなるし、おむつにするよりずっと快適だと思います。

自分で動けない人の場合、車いすやトイレに移る事は大変な作業です。そこで移乗用のボードやリフトを使ってみてはどうでしょうか。介護者の腰痛予防にも、負担軽減にも役立つと思います。

介護用品はレンタルできるもののほか、一割の負担で購入できるものもあります。使いこなせるかどうか心配で導入をためらってしまう事も少なくないと思いますが、ほとんどの商品が一週間程度は試用できるようになっています。

まずはケアマネジャーに相談してください。

ケアマネジャー　井川　由美子

私のMENU（メニュー）

《五目とろろ芋》

食欲のなくなる夏に、鶏肉や野菜を煮た物に食感の良いとろろ芋を加えて食べやすくしました。

●材　料（４人分）

長芋又は大和芋 …… 200g
干しいたけ …… ２枚
人参 …… ５㎝
鶏胸肉(小間) …… 60g
だし汁 …… カップ１杯
正　油 …… 大１¼
みりん …… 大１
あさつき …… 少量

１人分　エネルギー 80kcal
塩分 0.8g

●作り方

① 干しいたけを戻し、１㎝角位のさいの目に切る。人参はうすいいちょう切りにする。
② 鍋にだし汁、正油、みりんを入れ①の材料と鶏肉を煮る。材料に火が通ったら冷ましておく。
③ 長芋は皮をむいてすりおろす。
④ ②ととろろ芋をまぜて、小口切りにしたあさつきをちらす。

明翠苑 管理栄養士　飯田　仁美

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　華翠会舘
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/