

FUREAINO MACHIZUKURI

# 滴 翠 会 会 報

2015  
月刊

2 月 号

第290号

社会福祉法人 滴 翠 会



滴 翠 苑 の 節 分 で 豆 ま き

## 節 分

節分は季節の移り変わる時のことで、立春・立夏・立秋・立冬の前日を指して年四回ありますが、現在はもっぱら立春の前日で冬の季節から春の季節への変わり目を指しています。滴翠会の各施設では、節分は伝統行事として毎年大切に行なわれています。

上の写真は、年男年女が参加して、にぎやかに催された養護老人ホーム滴翠苑の今年の豆まき風景です。節分の翌日は立春です。余寒はきびしい毎日ですが、日差しは日毎に明るくなって春の気配を感じます。

この冬はインフルエンザや細菌性疾患にかかる方も皆無で、何より嬉しい事でした。

皆さん元気に笑顔で明るい春をお迎え下さい。

あたたかく炒られてうれし年の豆 虚子



鬼は外 福は内

# 滴翠苑だより

かすみがうら市横堀四五―一五  
TEL 〇二九九―五九―三六三―

●養護老人ホーム  
てき すい えん

## 節分祭

二月三日、節分祭が集会室で行われました。苑長より「節分」の由来や「邪気」についてお話がありました。そのあと、八十四歳を迎える年女三名の方を中心に、鬼のお面をかぶり、金棒を持った男性利用者四名と一緒に、玄関前と苑庭に「鬼は外・福は内」と元気良く大きな声で豆をまきました。

豆まきの後は、福茶とおまんじゅうを全員で頂き、今年一年の無病息災を願いました。

立春を迎え、暦の上では春を迎えましたが、まだまだ、寒い日々が続いていますので、元気に春を迎えられる様皆さんがんばって下さい。



## 低温やけど

暖房器具は適切に使いましょう。

「低温やけど」は体温より少し高い温度（40℃～44℃程度）の熱源に長時間、体の同じ部分が触れていることで起こります。特にこの時期、体を温めてくれる暖房器具の使い方を間違えると、「低温やけど」を招く恐れがあるので、注意が必要です。

湯たんぽや電気あんかも厚手の布袋などに入れて使用。さらに、湯たんぽや電気あんか、電気毛布などは、就寝前にセットして布団を温め、就寝時に布団から出すか、電源を切ります。あるいは、タイマーを設定するなどして、一晩中の使用はしないようにしましょう。

こたつやホットカーペットで、ついウトウト……。うたた寝も厳禁です。

―新聞より抜粋―



新年会の職員の余興

## 新年会

一月二十九日、新年会が行われました。

今年の新年会のゲームは「宝くじ」「すごろく」「福笑い」を行いました。「福笑い」では、おかめとひよつとこの顔のパーツの位置があちこちに散らばり、皆さん大笑いでした。

余興では、職員による歌や踊りを披露しました。女性職員六名による「河内おとこ節」の踊りでは、座ったまま一緒に踊っている利用者もみられました。今後のリハビリに「河内おとこ節」の踊りを取り入れていきたいと思えます。

これからも皆さんに楽しんで頂ける新年会にしていきたいと思えます。

滴翠苑においては、特にホットカーペットの使い方注意しています。

夜間巡回時、敷布団の下ホットカーペットを確認し、強温度で使用している場合は低くし、ホットカーペットを使用しながら、掛け布団をかけずに毛布一枚で寝ている場合には、ホットカーペットを消し、掛け布団をかけ直します。

高齢者の場合、ホットカーペットをつけたまま寝ていて、脱水症になる事も心配です。こまめな注意が必要です。



### ❀二月の行事

節分祭	二月 三日
お誕生会	二月二十六日



新年会の祝膳

●救護施設

# 慈翠館だより

石岡市半の木一四六一  
TEL 〇二九九―二四―二八七一

## 新年式

慈翠館では毎年、一月一日の昼食時に祝膳を囲み「新年式」を行っています。

当日は、滴翠会理事長・慈翠館施設長それぞれからのあいさつと、慈翠館利用者の自治会であるみどり会会長からのあいさつをしていただいています。今年は、みどり会会長の鷲頭様に年始にふさわしいごあいさつをしていただきました。

祝膳の後は、利用者の皆さんも職員も皆で写真撮影を行いました。撮影の際には、満面の笑顔の方、りりしい表情の方、穏やかな表情の方と、皆さん思い思いの気持ちと表情で記念撮影をされておりました。

毎年このようにして、慈翠館の一年が始まります。

## 合奏クラブ活動

合奏クラブは毎週木曜日に定例の活動をしています。利用者は男性三名・女性六名の合計九名で、大太鼓・キーボード・タンバリン等の楽器を手に練習を行っています。練習中には、音が合わずにずれてしまったり、間違って演奏してしまい何度も同じ曲を練習したり、新曲にも挑戦したりもしています。

又、クリスマスの季節になると、楽器をハンドベルに変えて、美しいメロディーを奏でています。演奏は慈翠館のクリスマス会だけではなく、姉妹施設の滴翠苑のクリスマス会にも招待をされ、利用者の皆さんの前で演奏をさせて頂いています。

これからも練習を積み重ね、揃いのコスチュームに身を包み、より多くの会場で曲を披露出来る様にしていくと思います。





初詣 笠間稲荷神社

## 初詣

平成二十七年を迎え、慈翠館の最初の外出行事は初詣になります。

今年は、希望者を募っての参加となり、石岡市内の金刀比羅神社へ参拝に行く班・笠間市内の笠間稲荷神社へ参拝に行く班に分かれ、利用者五十二名の方が参拝に出掛けました。

皆さん境内に着くと、一人一人が新年を迎えられた感謝の気持ちや、思いの願い事をされていました。参拝を終えると、ジュースや甘酒を飲み一休みし、「天気が良くて気持ちがいいね。」「皆でまた来年も来られるといいね。」と話しながら帰路へと着きました。今年も利用者の皆さんが、元氣に一年過ごせる様願いたいと思います。



## 新任職員紹介

栄養士 池崎 久美子

(平成二十六年九月採用)

昨年の九月より、慈翠館に勤務させて頂いております栄養士の池崎です。栃木県茂木町より通勤しております。茂木の大自然の中で育ったせいか、のんびりとマイペースなところが、あまり慌てないのがたまにきずです。施設の栄養士として業務に就くのは久しぶりですが、利用者の皆様に喜んでいただけるような食事を提供して行きたいと思います。

### ＊職員研修・会議

知事を囲んでの懇談会

一月二十一日

セーフティネットセミナー

一月二十七日

### ＊二月の行事

節分

二月 三日

生活相談室

二月 十三日



節 分

●特別養護老人ホーム

# 明翠苑だより

石岡市半の木一四八一一  
TEL 〇二九九―二三―九六二〇

## 節 分

二月三日の節分は、明翠苑でも毎年恒例の行事になっています。

玄関など出入り口の計五カ所には、魔除けとして「やいかかし」を飾りました。

午前中は、施設長、年男・年女の職員三名で石岡市内の常陸國総社宮へ行き、お祓いを受けてきました。また、総社宮からいただいたきた御札・御神酒・福豆は明翠苑の玄関にいるお地藏様にお供えました。

午後からは、皆さんと一緒に豆まきです。職員を鬼に見立て、「福は内、鬼は外」と元気にまいてくれました。

そして、午後のおやつには福茶とお饅頭を召し上がっていただき、無病息災を願いました。

明翠苑には鬼を寄せつけず、たくさんのお福がくるよう今後も節分行事をしていきたいと思います。

## 新 年 会

一月八日の新年会は例年にも増して大変盛り上がりしました。

万寿会会長のあいさつでは、会長の仲さんの掛け声に合わせ、皆さんも元気な声で新年の意気込みが聞かれました。

ゲームは、各グループ対抗のくじ引きによる点数競争が行われ、「私が「俺が」と名乗りを上げる方が続出、白熱した対戦になり声援と笑い声が飛び交いました。その後の職員も含めた「黒ひげ危機一髪」では、負けた男性職員が女装で登場、見慣れている職員の変貌ぶりに手を叩き笑われていました。

最後のおやつにはたい焼きがふるまわれ、福袋のプレゼントもあって終始笑顔のたえない新年会となりました。

今年最初のつどいは、笑顔があふれた楽しい一年のスタートになりました。

## ふぁみりー通信

### 1月の出来事

- 1月1日 「年頭の辞」が行われ、皆さんで年明けを祝い、あいさつをかわしたり写真を撮りました。
- 1月5日 座談会を行い、改めて皆さんが集まる場で新年のあいさつと、この時期に注意してほしい感染症予防方法の話がありました。
- 1月8日 新年会が催されました。職員が仮装したりと皆さんも笑顔になり楽しんでいただけたと思います。
- 1月9日 「鍋の日」ということで、昼食に鶏団子鍋をお出しし、心と体を温めていただきました。
- 1月28日 「ふらんす亭」の昼食では、チキンドリアセット・焼鮭のきのこソース定食・広東麺セット・フレンチトーストが用意され、皆さんに好きなものを選んでもらいました。焼鮭のきのこソース定食が一番人気でした。

## 明翠苑ニュース

(1月分)

面 会	78件	延112名来苑
ショートステイ	5名	延83日利用
ボランティア		
売 店	1名	1日来苑
研 修		
メンタルヘルスケア研修	1月30日	

## 明翠苑の「日常あ・れ・こ・れ」

### 冬季の防災訓練

年が明け、月日が経つのも早く「もう2月か？」と明翠苑のあちらこちらで聞かれます。

月に一度行っている避難訓練ですが、冬季は感染症の予防のため自粛しています。その代わりとして職員のための防災訓練を行っています。適度に防災設備を使用することで、「いつでも正確に扱えるように」を目的としています。また、新任職員に対しては震災時の実例を知ってもらったり、個別的にも指導をしています。先月は実際に、①防災設備の設置場所、②防災設備の取り扱いと管理方法、③避難・避難誘導時の注意点、④緊急時の連絡網を使用した連絡方法などを中心に、より細部にわたり理解してもらいました。

災害に関しての訓練に備え過ぎはありません。明翠苑では、皆さんの健康管理はもちろんのこと、もしもの時の身の安全を守るよう努力しています。今後も訓練を怠らずに備えていきます。

\*\*\*\*\*

今年度、(1月22日現在)インフルエンザやノロウイルスの発症者はいません。

この時期、手指消毒や湿度調節、受診などの外出時のマスク着用など、感染症の予防対策を徹底しています。



福 笑 い

# デイサービスセンター 華翠会館だより

石岡市半の木一四八〇  
 TEL 〇二九九―二三―八二〇〇

参加人数 6名(男1名 女5名)  
 送 迎 往き 8:30 帰り 16:00  
 昼食のメニュー 赤飯、すまし汁、刺身  
 里芋のうま煮、ほうれん草のごま和え  
 機能訓練 嚥下体操、リハビリ体操  
 レクリエーション 新年会

今日は新年会なので、お昼はお赤飯・刺身が出ました。とても美味しく、皆さん完食されていました。午後は苑と合同の新年会が行なわれました。レクリエーションのゲームでは5チーム中4位と残念でした。次は頑張ります。おやつのミニたい焼きも美味しく頂き、楽しい時間はあっという間に過ぎてしまいました。

## デイサービス日誌

一月八日(木)

参加人数 7名(男1名 女6名)  
 送 迎 往き 8:30 帰り 16:00  
 昼食のメニュー 御飯、魚の菜種焼き  
 かぶの挽肉あん、パンサンスウ  
 機能訓練 嚥下体操、リハビリ体操  
 レクリエーション 運動(お正月ゲーム)

今日から平成27年のデイサービスが始まりました。皆さん元気な顔を見せてくれたので安心しました。「風邪なども引かず、年末年始を過ごしました」との声、本当に良かったです。午後から双六、福笑いを行いました。今年も楽しく過ごしましょう。

## デイサービス日誌

一月五日(月)



## 短歌

新年を デイサービスに 集まりて

年のはじめを 共に歌えぬ

寒いのも 今はがまんの しどころと

心の中で 今日ががんばる

ランドセル かたかたいわせ 駆けてくる

学校帰りの 子らは元気に

其処此処にもぐらは土を もちあげて

春のきざしを のぞきいるらし

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

石岡市半の木一四八一一  
TEL 〇二九九―三三―九六三四

### 訪問マッサージ

「訪問マッサージ」をご存知でしょうか？身体にしびれや麻痺・関節拘縮などの症状があり、通院が困難な方や在宅で療養されている方を対象とした、あん摩マッサージ指圧師の国家資格保持者が行うマッサージです。

身体に麻痺のある方や関節拘縮のある方、歩行困難な方、足がむくみやすい方、寝たきり状態の方など日常生活に支障がある方が利用する事ができます。期待できる効果としては関節拘縮の予防と改善、筋力の維持強化、血行不良の改善、上下肢の関節可動域の拡大などがあげられます。

ただ、医療保険が使われるため医師の同意書が必要になりますので、医療マッサージの必要性が認められなければ利用できません。またマッサージ時間は二十分ほどで、施術箇所によって料金は健康保険一割負担の方で三百円から五百円ほどです。その中には往診料も含まれています。

介護保険で行われる訪問リハビリテーションを利用する場合は、主治医から理学療法士等によりハビリテーションの指示をしてもらいます。その内容は、自宅で出来るだけ自立した生活をする為にどうするかということが主体となります。移乗や歩行・食事・排泄などの身の回りの動作の練習、必要な福祉用具の検討、家事動作の練習や自宅



で出来る運動や体操の指導に、介護者に対する介護の方法まで多岐にわたっています。

それに対して訪問マッサージは本人の身体に直接施術し、血液やリンパなどの循環や新陳代謝を良くして、床ずれやむくみの改善を図ったり、硬くなった筋肉を緩めたり、筋緊張を和らげ、痛みやしびれを軽減するのが目的です。

寝たきりでなくてもベッドにいる時間が長くなったり、動くことが少なくなると「廃用症候群」といって身体の関節が硬くなったり筋力が低下してしまいます。家族がマッサージしてあげるのにも限界がありますのでこういうサービスを利用するのもひとつの手ではないでしょうか。

ケアマネジャー 井川 由美子

# 私の<sup>メニュー</sup>MENU

☆簡単パングラタン（一人分 エネルギー430kcal 塩分1.6g）

食パンを使ったグラタンです。やわらかく仕上がりますので、高齢者の方にも食べやすいと思います。

## ●材 料（1人分）

6枚切食パン1枚／牛乳200ml／卵1個／塩・コショウ少々  
ブロッコリー30g／ハム(又はウィンナー)1枚  
ピザ用チーズ(とろけるチーズでも可)10g／バター適量

## ●作り方

- ①ブロッコリーは、小房にし、塩ゆでしておく。ハムは、たべやすい大きさに切る。
  - ②耐熱皿にバターを薄くぬって置く。そこに3cm角に切った食パンをしく。
  - ③②に牛乳・卵・塩・コショウをよくまぜた物を流し入れ、パンにしみ込ませる。
  - ④③の上にチーズをのせ、ブロッコリーとハムをかざる。
  - ⑤レンジ600Wで1分30秒～2分様子をみながら加熱して下さい。
- ※上にかざる物は、ミックスベジタブル等、好きな物をのせてみて下さい。

明翠苑 管理栄養士 飯田仁美

## 今月のことば

親思う心にまさる親心

親が子を思う心は、子が親を思う心より強いものだ。

親思う心にまさる親心

けふの音づれ何ときくらん。

吉田松陰

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	館
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



社会福祉法人 滴 翠 会 <http://tekisukai.or.jp/>