

遠野長寿だより

広報「長寿だより」祝100号記念ギャラリー



祝の一枚 ～黒田ミ子様100歳と広報長寿だより第100号記念～ より



社会福祉法人とおの松寿会

○ URL・http://www.t-chouju.jp

○ E-mail・hjimutyo@t-chouju.jp

社会福祉法人とおの松寿会 経営の基本理念

地域の高齢者が、安全で快適な生活が送れるよう事業目的に沿って以下を実現し、地域と共に自らも永続発展していく。

- 1 地域の一員として、地域に貢献する。
- 2 地域に開かれ、地域に信頼される。
- 3 利用者が尊厳を持ってその人らしい自立した生活が送れるよう支援する。
- 4 常に利用者の立場に立ち創意工夫して行動する。
- 5 対人援助業務を通じ、人間として成長する場を創ると共に、安定した雇用を創出する。

ミッションステートメント(職員の心構え)

私たちは、思いやりを持って、創造性豊かに行動することにより、深い満足感を覚える。

- 1 私たちは、案じる気持ちを持って行動します。
- 1 私たちは、清潔を大切にします。
- 1 私たちは、創意・工夫をモットーに自己研鑽に努めます。

○特別養護老人ホーム遠野長寿の郷
○老人短期入所施設遠野長寿の郷
○老人デイサービスセンター長寿園
○生活支援ハウス長寿園
○居宅介護サポートセンター長寿園

〒028-0541 岩手県遠野市松崎町白岩18-7
TEL 0198-63-1770 FAX 0198-63-1815
TEL 0198-63-1816 (デイサービスセンター長寿園)
TEL 0198-66-3211 (居宅介護サポートセンター長寿園)

○養護老人ホーム長寿の森吉祥園
○デイサービスセンター長寿の森踊鹿
○ヘルパーステーション長寿の森

〒028-0501 岩手県遠野市青笹町糠前9-7-67
TEL 0198-62-2028 (吉祥園) FAX 0198-62-0759
TEL 0198-62-0755 (踊鹿)

○小規模多機能型居宅介護事業所長寿庵
○グループホーム長寿庵

〒028-0521 岩手県遠野市材木町2-22
TEL 0198-63-1328 FAX 0198-63-1338



とおの松寿会キャラクター
「まっとちゃん」

黒田ミ子様

100歳を祝う会

平成31年4月21日、長寿の郷交流ホールにて、「黒田ミ子様100歳を祝う会」が行われました。

遠野市長（代理副市長）様をはじめ、遠野市健康福祉課職員様、長寿の郷入所者様とたくさんのお席を頂き、ミ子様の息子様と総勢9名のご家族様に囲まれながら、和やかな雰囲気の中で盛大にお祝いが行われました。

会の中では、ミ子様に 歳のお祝いとして遠野市と施設から記念品が贈られました。また、余興として当施設職員による「大黒舞」

と、飛び入りで、ご家族様による「語り部」が披露され、大変好評を博していました。

お祝いのバスデーケーキは、ミ子様がチョコレートケーキが好きだと言うことで、当施設特注のチョコレートプリンケーキでした。ろうそくの火は、ミ子様の代わりに、お孫様に吹き消して頂き、会の後、ミ子様もおいしそうに召し上がっていました。

この度会場に飾られたお花は、ご家族様から「お祝いの日に綺麗に咲くように育ててきました」と頂いた、アヤメやスイセンや桜の花でした。綺麗に咲いているこの花に、ご家族様のミ子様への思いが込められているように感じられ、とても心温まる 歳を祝う会となりました。



広報「長寿だより」

祝 創刊 100号

当法人の広報「長寿だより」が、本号でめでたく創刊100号の発行となりました。

第1号は法人設立の年の平成14年の10月に発行され、長寿だよりも今年で17年目を迎えます。

本号は100号を記念いたしまして、特別版として全ページフルカラーにて発行いたしておりますとともに、長寿の郷デイサービス手前付近にて、「長寿だより100号記念ギャラリー」として長寿だよりの第1号から100号までを展示しておりますので、ぜひ訪れます際にはお手に取ってご覧ください。

年号も平成から令和へと変わり、長寿だよりがめでたく100号を迎えられたのも、利用者様・ご家族様・近隣地域の皆様・関係機関の皆様の支援・ご協力のおかげと思っております。この場をかりて深くお礼申し上げます。

長寿だよりは今後も200号・300号を目標に、長寿だよりの名に恥じぬよう、長寿連載を目指して頑張っておりますので、今後ともよろしくお願いいたします。



特別養護老人ホーム 遠野長寿の郷

菖蒲町の様子です。

6月に山吹町の方にも声をかけ、みたらし団子づくりを行いました。

粉をしとねるところから一緒にいき、利用者様からしとねる時に硬ければ湯をあげても硬くできることや、お湯でしとねればいいこと等を教えていただきました。

丸め方も、1度に2個の団子を同時に丸めたりと、とても手際が良く、職員手も追い付かない状態で、とてもお上手でした。

味のほうも「うん、美味しい」「柔らかくていいね」大好評で、いつもはゼリーを好んで召し上がる方も、その日ばかりは団子を召し上がり「美味しかったよ」とおっしゃってました。

みんなでおいしい団子を食べ、楽しく話をしながら過ごすことができ、とても良い時間を過ごせました。



菖 蒲 町



山 吹 町



山吹町の様子です。

5月の誕生日会に、たこ焼きパーティーを行いました。

利用者様にも材料を切って頂くなど、みんなで協力しながら作りました。

利用者様は、たこ焼きが目の前でクルクルと引っ繰り返す様子を楽しそうに眺めていらっしゃいました。

また、ちくわやチーズ入りの変わり種のたこ焼きも味わって頂き、わいわいと楽しく開催することが出来ました。

柑 子 町



柑子町の様子です。

柑子町では、5月に新緑ドライブへ出掛けてきました。

普段は施設内から出ることが少ない為、外の空気に触れて春を感じながら景色を楽しんできました。

上郷のなでる牧場では、車の中から馬やウサギなどを見て、目を細めながら眺めていました。

最初は行くのを戸惑っていた方もいましたが、外の景色を見て気分転換になった様で、戻る頃にはみなさんとても良い笑顔で帰って来られました。



紺 町

紺町の様子です。

紺町では、5月にお花見ドライブと新緑ドライブに出かけてきました。

お花見ドライブでは、綾織の桜並木から鍋倉山までの景色を楽しんできました。

桜を見ると「うわ～綺麗だね」「こんなに並んでいるんだね」とどこまでも続く長い桜の木を見て驚かされている方もいらっしゃいました。

新緑ドライブでは、住田へ菜の花を鑑賞に行ってきました。

利用者様からは「菜の花がいっぱいだね」「こんな所見たことない」と一面の菜の花に感動の声が多く聞かれました。

どちらの行事も、季節感を感じて喜んでもらうことができ、とても良かったです。



茅町 ショートステイ

5月30日、茅町行事として、たこ焼きパーティーを行いました。

職員がたこ焼きを焼き始めると、食堂中がたこ焼きの香ばしい匂いに包まれ、その匂いにつられて、自然と沢山の利用者様が集まってきました。

出来上がったたこ焼きを利用者様に配ると、「やっぱり焼き立てが一番美味しいね」「職員さんおいしいよ、また作ってね」などと話され、大変好評を博しました。



たこ焼き上手いね😊



職員さん、美味しく焼いてね～



今焼けてきたから待っててね～



職員さ～ん、早く食べたいよ



老人デイサービスセンター 長寿園

デイサービス長寿園は、新年度ならびに新元号を迎え、ますます楽しく日々を過ごしております。

4月には恒例のお花見ドライブに出かけた他、長寿の郷でも桜を眺めつつ優雅なお茶会などを開催いたしました。また、ご利用者の日常生活動作などの確認のため体力測定を行いました。

5月は新緑を楽しむドライブを行い、重湍溪の爽やかな風に心をなびかせました。おやつ作りでは、元プロフェッショナルのご利用者様を講師に本格的なきりせんしょを作りました（絶品でした！）

4月のイベント

事業計画説明 体力測定
お花見ドライブ（釜石市）
おやつ作り
（肉まん・お好み焼）

5月のイベント

新緑ドライブ（重湍溪）
買い物ドライブ 運動会
おやつ作り
（きりせんしょ・抹茶饅頭）



長寿の郷でも咲きました



畑作業はお手の物



体力測定の様子



プロの手によるオヤツ



きれいな桜を眺めながらハイチーズ

養護老人ホーム 長寿の森吉祥園

4月26日 桜満開！春満開！

【 観桜会 】



良く澄んだ青空のもと、満開の桜をバックに記念撮影！



余興には宝柳会さんが来園。踊りをたくさん披露して頂きました。



ステージ脇からの展望👁️ 桜色一色です！



お花見弁当！ 彩よく出来上がりました。



みんなでカンパニー！



楽しい会食に、笑顔も満開です^^

デイサービス センター

長寿の森踊鹿

4・5月の活動の様子！



4月には桜を見に釜石までドライブに行ってきた🚗 新しく開通して高速道路や、小佐野の川沿いに咲く満開の桜を楽しめました(*^_^*)

5月は新緑ドライブに出掛け遠野市内をめぐりました🚗 山崎のコンセイサマや山口の水車、青笹の六神石神社などに行き、遠野に住んでいながらも「今まで来たことがなかった」と喜ばれていました🎵 今後もお天気の良い日に外出支援を行なっていきたいと思っています(^O^)/



地域密着型サービス拠点 長寿庵

小規模多機能型事業所長寿 グループホーム長寿庵

4月の出来事



今年は桜の花が映える快晴の日が多く、利用者様と一緒にドライブに出かけてきました。

毎年行われる「さくらまつり」の見物に利用者様も参加してきました。参加した利用者様からは「何回見ても良いね」「あの小っちゃい子めんけえ」と話され、最初は衣装の煌びやかさや行列の壮大さを喜んで頂いていましたが、最後のほうは参加されている小さなお子さんの様子を微笑ましく見つめていました。



長寿庵では5月も様々な行事や日々の活動をおこないました。
長寿庵から別の施設へ行く方のお別れ会、季節の花を見にドライブや、南部神社様によるご祈祷、材木町住宅で育てられた花壇を見に散歩へ行きました。
そんな長寿庵の5月の様子を写真に収めましたのでご覧ください。

5月の出来事



4月・5月の状況

○ボランティア

○鍋城大学趣味の会様

○踊り 宝柳会 様

○踊り 様

○寄贈

○菊池 朗 様

○タオル 様

○菊池 順子 様

○五月人形 様

○健康福祉の里 様

○座布団 様

○菊池 キ工 様

○排泄ケア用品、 様

○抱き枕等 様

○中村 キミ子 様

○シャツ類・毛布 様

○守口 尚 様

○毛布等 様

○太田 武 様

○排泄ケア用品等 様

夏祭りのご案内

長寿の森吉祥園

○日時 7月28日(月)
午後3時～5時

○場所 長寿の森吉祥園

遠野長寿の郷

○日時 8月3日(土)
午後4時～6時

○場所 遠野長寿の郷

栄養士のタメになる話

今回のテーマ

「サルコペニアを予防しよう」

サルコペニアとは？

サルコペニアとは、加齢や栄養不足、活動低下などが原因で、**筋肉の量が少なくなる**ことをいいます。

具体的には、歩くのが遅くなる、手の握力が弱くなるなどといった症状が現れるようになります。

超高齢社会に突入している日本においてサルコペニアは問題となっており、転倒や骨折、寝たきりなどに**より生活の質を著しく低下させる**懸念があります。

サルコペニアを予防するには

★**栄養** バランスのよい食事が基本です。特に主菜である肉や魚は、筋肉のもとになるので積極的に摂るよう心がけましょう。乳製品や、果物も1日に1～2品とり入れましょう。

★運動

有酸素運動(ウォーキング、ランニング、水泳などと、筋力トレーニング(片足立ち、スクワットなど)を無理なく適度に行いましょう。

サルコペニアは生活習慣の改善により予防できます。

★**一度、運動と食事の両方の生活習慣を見直してみよう。**

いわて女性活躍

認定企業等

(ステップ2)認定

3月の「いわて子育てにやさしい企業」の認定に引き続き、このほど、働く女性を応援している法人ということで、『**いわて女性活躍認定企業等(ステップ2)**』に認定され、岩手県知事より認定証が交付されました。

令和元年5月現在、**遠野市内では3法人目**の認定となり、**社会福祉法人としては県で初めての認定**となります。

今後法人として女性の子育てを支援し、**女性にとってより働きやすい職場**となるよう努めていきます。

※認定基準は女性職員の活躍推進に向けた取組方針を職員に宣言し、女性職員・女性管理者を対象とした施設外研修などキャリア形成につながる研修を実施していることなどです。

「いわて女性活躍認定企業等(ステップ2)」認定書

企業等の名称 社会福祉法人とのおの松寿会
所在地 岩手県遠野市松崎町白岩11-7



いわて女性活躍企業等認定制度要綱第6の規定により、「いわて女性活躍認定企業等(ステップ2)」として認定します。

認定番号 第2019-2-17号
認定年月日 令和元年5月27日
有効期限 令和4年5月26日まで

岩手県知事 遠増 拓也

★ 目次 ★

★ 長寿だより 祝100号

○表紙

黒田様と長寿だよりの記念写真 1

○特集コーナー

「黒田ミ子様100歳を祝う会」 1

「長寿だより 祝創刊100号」 2上

○遠野長寿の郷

「活動紹介」 2下

○茅町(シヨートステイ)

「活動紹介」 3・4

○老人デイサービス長寿園

「四、五月の活動」 5上

○長寿の森

長寿の森吉祥園「活動紹介」 5下

デイサービス踊鹿「活動紹介」 6上

○長寿庵

「活動紹介」 6下

○その他

「四、五月の状況」 7

「夏祭りのご案内」 8右上

「栄養士のタメになる話」 8左上

「いわて女性活躍認定企業(ステップ2)認定」 8中上

「目次」 8中下