

遠野長寿だより



思い出の一枚 ～ 長寿の森吉祥園 大運動会 ～ より



社会福祉法人とおの松寿会

○ URL ・ <https://t-chouju.jp>

○ E-mail ・ [hjmutyo@t-chouju.jp](mailto: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」

社会福祉法人とおの松寿会 新理事長 あいさつ

社会福祉法人とおの松寿会理事長松田功の死去に伴いまして、五月二六日付けで、後任の理事長が就任いたしました。
新理事長の 小時田 繁より皆様にご挨拶申し上げます。



社会福祉法人とおの松寿会
理事長 小時田 繁(おときた しげる)

この度、社会福祉法人とおの松寿会三代目理事長に就任しました小時田繁と申します。
とおの松寿会は、平成十三年に民間主導による高齢者施設の運営を行うことを目的に、地元企業の代表者と、賛同する有志の九名によって組織された社会福祉法人であります。

初代理事長は、川上医院長の川上淳氏、二代目は、法人設立から常務理事を永年勤めてきました松田功氏と、両氏とも二十二年度の重席を果たして下さいました。先代理事長の功績に敬意を表する次第であります。

私は、社会福祉法人とおの松寿会の設立に賛同し、設立後は理事として、二十二年間業務の執行状況を確認してまいりましたが、今日の当法人を取り巻く環境は、世界的なエネルギー資源の高騰から電気料及び燃料費の大幅な負担増と、原材料及び配送費の値上げに伴う資材の高騰が経営を圧迫する厳しい状況となっております。行政機関等のご支援を賜り、法人施設のご利用者に対しまして、不便のない様に取り組んでいるところであります。

当法人に介護支援を求める待機者は、二百名を越えておりますが、入所規模の限界もあり、ご家族様の要望に添えない現状にあります。これから二十年続くと思われる団塊世代によるピークをいかにして対応するかが、地域の課題と想っております。地域において高齢者福祉を民間から推進し、地域に貢献することとする当法人の理念のもと、長寿の郷、長寿の森、長寿庵と三拠点を展開する総合的高齢者福祉事業所として、長きに渡り地域に根差した社会福祉法人とおの松寿会を、役職員一丸となつて、歩む決意でございます。地域の皆様方の御支援、御協力をお願い申し上げます。

遠野長寿の郷 夏祭り

令和5年7月29日、遠野長寿の郷では夏祭りを行いました。利用者さんや参加されたご家族さんには豪華景品が当たるくじ引き、水ヨーヨー釣りを準備しました。皆さんとても楽しまれている様子でした。

また、栄養補助食品の展示も行い、施設で使用している物を見てもらったり、サンプル品を持ち帰りしてもらいました。



特別養護老人ホーム 遠野長寿の郷 1階

菖蒲町

いよいよ夏本番を迎えています
が、菖蒲町の皆さんは、体調を崩
すことなくお元気に過ごされてお
ります。

7月のはじめ、レクリエーション
委員会によるマーブリングの作
品作りに2名の方が参加し、腕を
振るいました。作品の一部は七夕
飾りにもなりました。菖蒲町に
用意された短冊には、「健康第
一」、「長生きしますように」、「家
族に会えますように」等、それぞ
れの願い事を書きました。

夏祭りには、ご家族の皆さんの
参加ありがとうございました。
久々に会う孫さんや、大きくなっ
た曾孫さんに目を細めながら、と
ても嬉しそうにされていました。

水ヨーヨーを居室に飾り、眺め
ながら、昔のお祭りの話などを聞
かせてくれました。



マーブリングで作った作品です



マーブリングは
新鮮。でも、なかなか
難しいなあ



芸術は得意分野
なんだよねえ



願いが叶いま
すように



久しぶりに賑やか
だったねえ



みんなに会えて、
嬉しかったなあ

7/3七夕飾り作りの様子



皆さんの願いが叶い
ますように・・・

山吹町

いよいよ夏本番の季節となりました。

山吹町では7/3に七夕飾りを作
りました。短冊をわたされると利
用者さんの中には、じっくり考え
て「山に行きたい」「歩けるよう
になりたい」などの願い事を書いて
いました。

7/29には、長寿の郷の夏祭りを
開催しました。多くの利用者さん
は、ヨーヨー釣りや、くじ引きなど
に参加。1等を当てた利用者さん
は大喜び。商品は、カタログギフ
トの中から、悩みに悩んで掛け時
計にしていました。

季節柄、熱中症のニュースを見
かけられるようになりました。大人も
子どもも、油断すると夏バテして
しまう時期です。こまめな健康観
察や水分補給に心掛けこの夏を
乗り切りたいと思います。



おまつり

一等が当たるように頑張ってください。



特別養護老人ホーム 遠野長寿の郷 2階

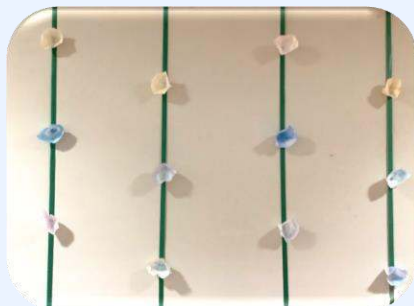
柑 子 町

6月は容器に絵の具で色水を作り、それをコーヒーフィルターに色付けした物で、色とりどりの朝顔を作りました。

7月は七夕飾りで、短冊に願い事を職員と一緒に「何にしようかなあ」と考えながら書きました。ある利用者さんは職員に感謝の気持ちを短冊に書いてくれており、職員一同感激しました。

月末には施設の夏祭りもあり、ご家族と面会された利用者さんは、一緒にくじ引きの紐をどれにしようか迷ったり、写真を撮ったりと短い時間でしたが楽しい時間を過ごせたようです。

まだまだ暑い日が続きますので、体調を崩さないように水分補給等しっかり摂っていききたいと思います。



紺 町

長寿の郷では7月に夏祭りを行いました。久しぶりにご家族に会えた利用者さんもいて、普段では見ないような嬉しそうな表情で会話をしていました。くじ引きでは、1等を狙おうと、気合が入っている様子でした。気合が入りすぎて、全部のくじを引こうとしている利用者さんもありました。1等を当てた方は、景品を笑顔で離さないようにずっと抱きしめていました。水ヨーヨーを2、3個取って嬉しそうに持って帰ったり、指につけてずっと遊んでいたりと、とても楽しい夏祭りになりました。

7月下旬には、ユニット行事で上郷へドライブに行きました。ひまわり畑でひまわりを見たり、産直でアイスを食べてきました。皆さん楽しみながら夏を満喫してきました。

茅町 ショートステイ



いよいよ夏が到来し暑い日々が続く中、7月29日に夏祭りが開催されました。代表で松田貞雄様に開会のあいさつをいただき始まった茅町の夏祭りは、くじ引きと水ヨーヨー釣りを皆さんで楽しみました。くじ引きでは見事、1等を当てた利用者さんが3人、2等を当てた利用者さんが2人という結果に。ヨーヨー釣りは「これがいいな」と気に入った柄や色を選ばれていました。「初めてやるけど楽しかった」「孫が喜ぶよ」と思い思いに楽しまれていました。夏祭りの後はクリームソーダを皆さんで召し上がりました。わいわいと活気にあふれた夏祭りでした。

開会式



これから夏まつりを始めます。
皆さんで楽しみましょう！

ヨーヨー釣り



くじ引き



見事1等、2等を当てた方々。
おめでとうございます！

おやつ



老人デイサービスセンター 長寿園

6～7月のイベント

- ・ゲーム・運動
- ・新緑ドライブ
- ・おやつ作り
- ・踊り・脳トレ
- ・買い物・ドライブ
- ・作品作り
- ・ゲーム体操
- ・おやつ作り



6月は、山々の緑が濃くなり、新緑を感じる季節です。ドライブで住田遠野ウインドファームの風車を見学してきました。サイズが大きく見応えがありました。おやつ作りでは、「白玉あんみつ」を作りました。運動では、テーブルテニスで点数を競いました。他にもお楽しみで職員による「踊り」を披露しました。

7月は、短冊に願い事を記入して、七夕飾りを作りました。おやつ作りでは、お好み焼きや串団子を作って頂きました。買い物ドライブでは、アクティや風の丘へ買い物に出かけました。ゲームでは、スカッドボールで、点数を競いました。

養護老人ホーム 長寿の森吉祥園

6月23日 勝ち取れ★勝利のどら焼き!

【大運動会】



第1競技★魚釣りゲーム



第2競技★ボウリング



第4競技★パン食い競争



第5競技★缶巻きリレー



赤組応援団長登場!
熱き想い、不屈の闘志🔥



勝利のどら焼き贈呈☆彡

デイサービスセンター 長寿の森踊鹿

6月 おやつ作り
白玉ぜんざい
7月 &
噴水サイダー



6月のおやつ作りは白玉ぜんざいを作りました(^_^) あん玉、フルーツたっぷりでしたが
皆さんペロリ☆彡 美味しく出来上がったようです(^ω^) 甘いものは別腹ですね♪



サイダーにラムネを入れる
と…!?
涼しげ噴水サイダーになり
ました☆



地域密着型サービス拠点 長寿庵

6月・7月の長寿庵の様子

本格的な夏の訪れとなりました。長寿庵でも毎日のようにエアコンをかけたり水分補給をしっかりと、できるだけ快適な日常を過ごせるよう努力しております。

さて、6・7月の長寿庵では例年より控えめながらお出かけしたり、行事を催したりしました。6月10日はSL銀河の最終便を見送りに行き、7月5日は紫波町の紫陽花を見物に行きました。5キロにもわたるあじさいロードは、初めて見た利用者様がほとんどで「きれい！ びっくりした！」と声を上げていました。7月14日は遠野保育園の子どもたちが七夕訪問で遊びに来てくれました。

また、7月18日には雨天の中でしたが避難訓練を行いました。



6月、7月の状況

○奇贈

杉 節子 様
薬王堂遠野店 様
多田 マス子 様
タオールケッ ト 様
中野 バス タール 光男 様

心より感謝いたします

とおの松寿会 ホームページのご案内

ホームページでは、とおの松寿会各施設内の活動の様子や、お知らせ、求人情報などをご覧いただけます。

○ URL <https://t-chouju.jp>



栄養士のタメになる話

高齢者の飲酒と健康

高齢者にとって過度の飲酒は、健康寿命に関わる病気の強力なリスク因子です。特徴としては、自身の退職や配偶者の死などのライフイベントが飲酒量を増やす原因となります。生き生きとしたライフスタイルを維持し、節度のある適度な飲酒を守ることが大切です。

高齢者における飲酒問題

高齢者の約15%に飲酒が関連した何らかの健康問題があり、3%前後にアルコール依存症が認められます。過度の飲酒は肝臓病だけの身体問題にとどまらず、万病のもとになります。

飲酒と健康寿命

高齢者の過度の飲酒は健康寿命に影響を及ぼします。脳血管障害・骨折・認知症、いずれの疾患も寝たきりの主要な疾患であり、かつ過度の飲酒がこれらの疾患の強力なリスク因子となります。

高齢者におけるお酒との付き合い方

まず高齢者ではライフスタイルの維持が大切です。社会的活動や仕事の継続など生きがいのある生活が健康寿命を延ばします。そうした中に組み入れられたコミュニケーションのお酒・お祝いのお酒などがまさに「百薬の長」になりうるお酒になります。生き生きとしたライフスタイルこそが健康寿命の主体であり、節度のある適度な飲酒を心がけていきましょう。

(健康寿命とは…日常的・継続的な医療・介護に依存しないで、自分の心身で生命維持し、自立した生活ができる生存期間のこと。)



健康づくり活動の紹介

長寿の郷では、職員の健康づくり活動の一つとして、毎月2回程度、健康づくりエクササイズを行っています。ユーチューブのエクササイズ動画を見ながら、体を動かしたり、ダンベル等の道具を使用し筋力トレーニングを行っています。三十分程度の短い時間ですが、いい汗を流しています。



★目次★

長寿だより123号

○表紙

「思い出の1枚」

長寿の森 大運動会 より」

○特集コーナー

「新理事長挨拶」

「長寿の郷夏祭り紹介」

○遠野長寿の郷

「6月、7月の様子」

○茅町(シヨートステイ)

「6月、7月の様子」

○デイサービス長寿園

「6月、7月の様子」

○長寿の森

長寿の森吉祥園「活動紹介」

「デイサービス踊鹿「活動紹介」」

「6月、7月の様子」

○長寿庵

「6月、7月の様子」

○その他

「6月、7月の状況」

「ホームページのご案内」

「栄養士のタメになる話」

「健康づくり活動の紹介」

「目次」

・ 8中下
・ 8下
・ 8上左
・ 8上右
・ 7
・ 6上
・ 6下
・ 5下
・ 5上
・ 4
・ 3
・ 2
・ 1