

遠野長寿だより



思い出の一枚 ～ 長寿の郷敬老会 より ～

社会福祉法人とおの松寿会 経営の基本理念

地域の中で高齢者が、安全で快適な生活が送れるよう支援するため以下を実現し、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。



まっとちゃん
(早池峰松頭四手丸)

➡ 社会福祉法人とおの松寿会 ➡

○ URL ・ <http://www.t-chouju.jp>
○ E-mail ・ t-chouju@tonotv.com

○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)

○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)

○グループホーム 長寿庵 小規模多機能型居宅介護事業所 長寿庵 在宅介護支援センター遠野

〒028-0521 岩手県遠野市材木町2-22

TEL 0198-63-1328 FAX 0198-63-1338



《特集コーナー》



今回の特集コーナーは、とおの松寿会3施設（遠野長寿の郷、長寿の森吉祥園、長寿庵）で提供している食事を紹介していきたいと思います。それぞれの施設で、利用者さんの状態に合わせた食事など様々な工夫を取り入れて食事を提供しています。どうぞご覧ください。

長寿の郷

食事は何歳になっても楽しみひとつですね。また、元気に長生きするためにも大切なことです。施設での食事形態は、並、大刻み、刻み、ミキサーという4パターンで提供しています。主菜・副菜の選択食や旬の食材を取り入れた行事食など、毎日利用者さんが楽しく美味しく食べられるような献立を作っています。特に、高齢者は栄養不足になりやすく体調管理が難しいのでカロリーや塩分、水分など栄養素にも気を配った食事になっています。

ここで、9月23日に行事食として提供した敬老会弁当を紹介します！

詳しくはホームページをご覧ください。

敬老会弁当



長寿の森吉祥園

吉祥園では「利用者の健康を維持しながら安全・おいしい・楽しい食事を提供する」を年間部署目標に掲げ日々、利用者に満足していただける食事を追及し、提供しています。食事形態は常食・大刻み食・刻み食・刻みとろみ食・ミキサー食で提供しており、必要に応じてソフト食も提供しています。現在、デイサービスの利用者様でソフト食ご希望の方へ対応しています。ソフト食は、副食をミキサーにかけたものをムース上に固形化し、見た目も良く、嚥下もスムーズにできるように配慮したものです（写真①）。また、麻痺のある方のために、滑り止めマットや自助食器等を利用し、食べやすいよう配慮しています（写真② 右麻痺・食事形態大刻み食）。最後に、ある日のおやつを紹介します。調理員考案のピザ風蒸しパンです（写真③ピザ風蒸しパン）。

写真①



写真②



写真③

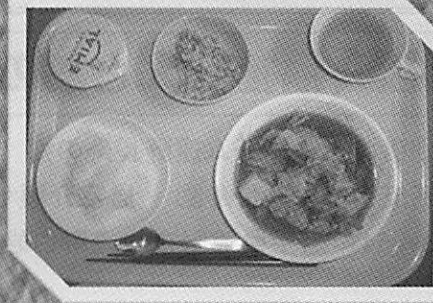


長寿庵

長寿庵では、職員がメニューを考え、実際に買い物に行って、調理して食事を提供しています。普段はなかなか料理を行う機会が少ない男性職員も、悪戦苦闘しながら食事を作っています。



施設長とケアマネで調理しました。二人とも男性ですが意外と調理上手？利用者さんが上手にできるか見守っていました。



メニューは、ごはん・すき焼き煮・キャベツの和え物・プリンです。上手に出来上がり、利用者さんから美味しかったよとお褒めの言葉を頂いていました。

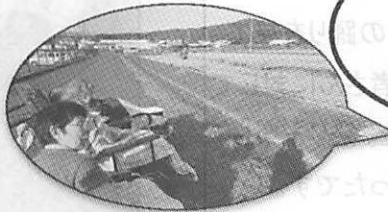
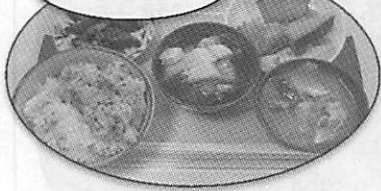
特別養護老人ホーム 遠野長寿の郷

菖蒲・山吹町

芋の子会
を行いました。



完成



稲刈り見物
しました。



錦秋湖に
行ってきました。

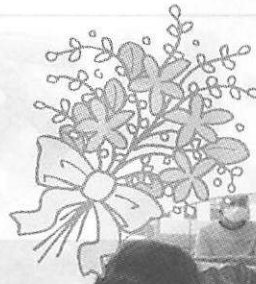


柑子町☆紺町

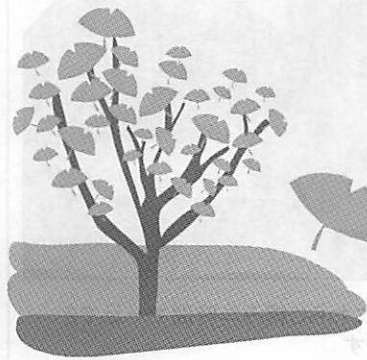
そうめん作
りをしました。



祝 敬老
会



遠野祭りの
様子



ショートステイ



～ 小友祭りに行ってきました ～



8月に小友町で行われた祭りを見学してきました。小友町にゆかりのある利用者の方もいて、獅子踊りや小さい子供たちの踊りを見て感激されていました。地域の方々の歓迎もあり、利用者さんに対して心配りもしてくださってとても温かい気持ちになりました。祭りを楽しむほかにも、地域の方々と交流することができて良かったです。



デイサービス

長寿園

○収穫した野菜でおやつ作り

5月に植えた野菜が大豊作です。キュウリは漬物と酢の物に、カボチャは素揚げ、煮物、スイートパンプキンにしました。

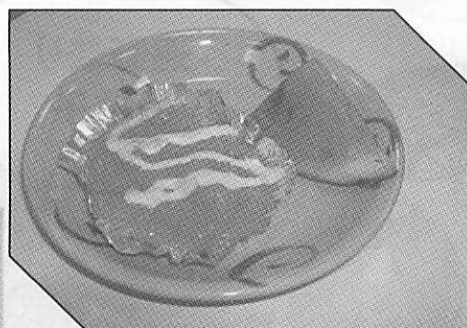
1週間続くと「おいしい」という声もありますが、「またカボチャが…」という声も…。



収穫物を前に



「おっきくなりすぎたな」



カボチャのおやつスイートパンプキン



調理中にわらじ編み二時間で一足できるそうです



「長寿の森 敬老会」

9月26日(土)、「長寿の森 敬老会」が行われました。

例年長寿の森の施設内で行われていましたが、今年は上郷町にある「ウエディングパレス道」を会場にして行い、来賓、ご家族の方等、たくさんの方にご出席いただき、盛大に行われました。今年では最高齢の方は100歳、喜寿(77歳)1名、米寿(88歳)7名、卒寿(90歳)2名、の方がめでたくこの日を迎えられ、遠野市と当施設から記念品が贈られました。

式典の後には同会場にて豪華な食事と、歌・踊り・吉祥園スライドショーなどのさまざまな余興が行われ、利用者の方々のますますの健康と長生きを願いました。では、その時の様子をご覧ください。

会場「ウエディングパレス 道」



行なわれま
 した余興も



集合写真



市と施設から記念品が贈られました

「デイ踊鹿 ぶどう購入 & 外食」

9月デイ踊鹿では、「ぶどう狩り」を予定していましたが、残念ながら台風の影響により断念せざるおえない状況となり急遽予定を「紫波の道の駅」に変更して活動を行いました。

利用者の皆さんもさぞかし残念がっているのかと思いきや、「いいのいいの、こうしてぶどうも買えたし、食べられたんだから」とおっしゃる方や、「なかなか外食することもないから、それだけでも充分だよ」などの声を頂き、喜んでいただけたようで職員もほっと胸をなでおろしました。次回も、もっとたくさん喜んでいただけるような活動を企画し、実行していきたいと思っております。皆様よろしく願っています。

ぶどうを購入しました



外食をした「道の駅 紫波」



外食の様子



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庵

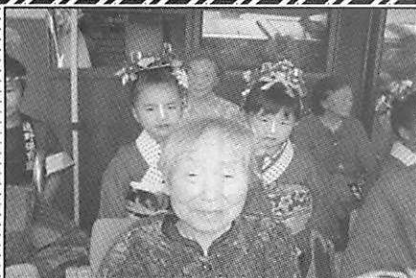
グループホーム長寿庵



長寿庵敬老会



9月3日にサンパークやなぎ屋で敬老会を行い、初めて家族や来賓を招待してお祝いしました。花束を施設長から利用者さん全員に渡したところ、「嬉しい」と大変喜んでいました。演舞などの余興もあり、楽しく過ごしていました。昼食も美味しいと評判が良く、とても良い敬老会でした。



遠野まつり



9月17、18日(2日間)遠野まつりが行われ、長寿庵の前でも各団体による獅子踊りや神楽、南部ばやしなどを披露していただきました。南部ばやしに参加していた子供たちと一緒に写真を撮り、子供の可愛らしさに利用者さんの表情には笑顔が溢れていました。暑かったですがとても楽しく観覧していました。





利用者さん紹介



前回に引き続き、「利用者さん紹介」をお届けします。
このコーナーでは、利用者さんと会話をしながら、好きなもの、趣味、今思うことなど、幅広くご紹介していきたいと思ひます。

今回、第2回「利用者さん紹介」では、特別養護老人ホーム

遠野長寿の郷 に入所されています。
まず「不動岩 勇さん」です。

現在、2階の紺町に長期入所されていて、職員にはもちろん、誰にでも話しかけてくれる気さくな方です。

名前は？

不動岩 勇（ふどういわ いさむ）です。

生年月日とお歳は？

昭和9年8月1日生まれの77歳です。

血液型は？ A型です。

長寿の郷・紺町に入って何年くらいですか？

2年、3年になります。

出身地どちらですか？

生まれは遠野の土淵です。10年くらい前に施設に入っていたので、その時は、花巻にいました。

お仕事は何をされてましたか？

19歳から、釜石でタクシーの運転手をしていました。休みの日は、友達とお酒を飲んでいました。

42歳頃まで、タクシーの運転手として働き、

その後は、農業をやる為に、遠野に戻って来ました。

趣味は何ですか？

昔から釣りが好きだった。主に、川でイワナ釣りを
していて、大きなやつが釣れてから、その手応え
が楽しくて、止められなくなつたんだ。

施設での楽しみは何ですか？

買い物です。本当はたくさん行きたいけど、でも
色々あるので、今くらいのペースでいいです。あと、
テレビを見るのもいいなあ。今の情勢が分かるから
ね。

介護主任から
不動岩さんに一言



長寿の郷 紺町
介護主任
石原 茂美

不動岩さんと初めて

お会いしたのは、確か平成8年頃だったと思います。私が薬研淵のデイサービスで働き始めた時、介護初心者の方の私をよほど不憫に思ったのか、とても気にかけてくださり、いつも優しく声を掛けていただきました。縁あって平成21年に長寿の郷にお迎えすることになりましたが、持ち前の明るさと優しさで、すぐに周りの皆さんとも打ち解けていました。「宝くじを当てて、皆を温泉に連れて行く。」が口癖ですが、来年こそは期待します。約束ですよ。先日の敬老会で喜寿のお祝いをしました。が、本人曰く「気持ちはずいぶん18歳」と話されるように、いつまでも若々しい不動岩さんでいてください。



◇余暇活動の一環にて◇



☆仲の良い利用者の方と☆



◎小正月行事にて◎

8・9月 状況

○ボランティア・職場体験紹介
・長寿の郷

ボランティア金田一
活花 海老豊洋

石川 吟子

盛岡医療福祉専門学校

盛岡調理師専門学校

岩手大学
盛岡大学

・長寿の森

小野寺サダ子

小林修身
遠野職業訓練校

○寄付品紹介

・長寿の郷
特別養護老人ホーム高寿園

衣類
マスカットサイダー

佐々木千鶴子

尿とりパット・タオル
佐藤竹次郎

遠野理容組合

菊池瑛子

キーホルダー

・長寿の森
日本赤十字社

電動ベッド

様様様様様様様様

様様様

様

様

様

様

様

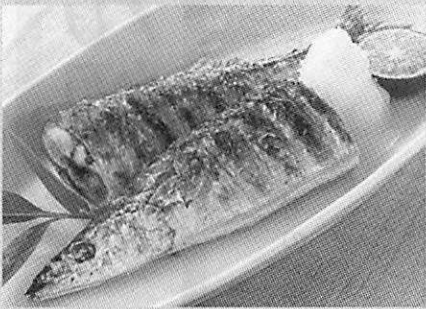
様

長寿の郷 栄養士より

～さんまとお根おろし～

豊富な栄養を持つてなおかつ美味しく、しかもリーズナブルなさんま。ところで、さんまの塩焼きといえは大根おろしが定番の組み合わせ。焼き魚の焦げた部分には、発がん性物質が含まれています。しかしこの物質は、大根おろしに含まれている消化酵素であるアミラーゼによって分解されます。さんまに大根おろしを合わせるのには美味しく機能的、まさに一石二鳥といえます。

《さんま選びのポイント》
・黒目の周りが透明なもの
・背中が青黒く光っているもの
・腹がキレイな銀色で、丸く盛り上がっているもの
・身が反り返っているもの
・口先が黄色いもの



とおの松寿会部会・委員会紹介

「広報委員会」

とおの松寿会では、サービスの向上を考え、様々な部会・委員会活動を行っています。そこで、現在活動している、部会・委員会活動の一つずつ紹介していきたいと思ひます。最後は広報委員会を紹介いたします。

広報委員会です。私たちの主な活動は広報誌「長寿だより」と「長寿のかから版」の発行、ホームページの更新作業となっております。

広報誌「長寿だより」は2ヶ月に1度発行しています。内容は、とおの松寿会各事業所(遠野長寿の郷、長寿の森、長寿庵)で行われている行事、普段の生活の様子など様々な情報を掲載しています。また、介護技術特集や利用者紹介などの記事も掲載しています。「長寿のかから版」は不定期な発行となっています。内容は特に決まっておらず、理事長・各施設長の年始の挨拶など、早く情報を発信したいときに作成し発行しています。

ホームページの更新作業では毎月各事業所の様子や月の予定など更新しています。その他の内容については随時更新を行っています。広報委員会の目標である正確で迅速な情報発信を目指し

★ 目次 ★

長寿だより 54号

○表紙

「長寿の郷敬老会より」

1

○特集コーナー

「松寿会 3 施設食事紹介」

2

○遠野長寿の郷

「各行事の様子」

3

茅町(シヨートステイ)

「小友まつり見学」

「デイサービス長寿園

「おやつ作り」

○長寿の森

長寿の森 吉祥園

「長寿の森敬老会」

「秋のバスハイク」

○長寿庵

「長寿庵敬老会」

「遠野まつり」

○その他

「利用者さん紹介」

「ボランティア・職場体験紹介」

「長寿の郷栄養士より」

「とおの松寿会 部会・委員会紹介」

「目次」

8

7

6

5下

5上

4下

4上

3

2