

遠野長寿だより



思い出の一枚 ～ つばき館見学 より ～

→ 社会福祉法人とおの松寿会 →

○ URL ・ <http://www.t-chouju.jp>

○ E-mail ・ t-chouju@tonotv.com

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、地域と共に自らも持続発展していく。

- 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、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)

○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 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》



新年度を迎え遠野長寿の郷施設長が、前任の松田拓矢から菊池浩之に変わりました。そこで今回の特集コーナーは、遠野長寿の郷施設長である菊池浩之から皆様にご挨拶申し上げます。併せてとおの松寿会各施設に四月から入社した新入社員の紹介を致します。皆様よろしく願います。



特別養護老人ホーム 遠野長寿の郷

施設長 菊池浩之

四月一日に遠野長寿の郷の施設長に就任いたしました菊池浩之です。遠野長寿の郷は、平成十四年三月二十日に開所し、十二年目を迎えております。当法人が掲げる基本理念に沿って、職員一同にて日々取り組んでおりますが、今まで利用されている皆様が安心して過ごされているのは、利用者のご家族様のご協力をはじめ、ボランティアそして、地域の皆様方のご支援によるものと思います。あらためて深く感謝を申し上げます。

これからの状況として、施設入居者の重度化や地域における高齢世帯の増加、認知症に関わる問題などますます我々に直面する高齢者に関する課題は山積みですが、我々は、これからも質の高いサービス提供を目指し研修を重ねるなど、地域のために活躍できる人材を育成しながら、地域のために取り組んでいきたいと思っております。

私自身は福祉・介護の仕事に携わり二十数年。この施設にも以前、従事しておりました。直接、介護に関する事などお気軽に声を掛けて下さい。皆様、どうぞよろしく願います。

今後とも、皆様のご指導ご支援をお願いし施設長の就任にあたり挨拶いたします。

【とおの松寿会 新卒採用職員紹介】



〈名前〉

久保田 咲子

〈くぼた さきこ〉

〈所属〉

遠野長寿の郷 菖蒲町

〈ひとこと〉

先輩職員からたくさんの方の事を学んで、自分の力にしていきたい、利用者の方々が安心して過ごす事ができるように頑張ります。

〈名前〉

千葉 杏樹子

〈ちば あきこ〉

〈所属〉

長寿の森吉祥園調理

〈ひとこと〉

早く仕事に慣れて地域に貢献していきたいです。趣味は体を動かすことが好きです。



皆様、よろしく
願います。



特別養護老人ホーム 遠野長寿の郷

☆お孫さん達に祝福されて☆



ソーリャ！！



手作りケーキ1つ目☆



手作りケーキ2つ目★

【二階フロア】
二月十一日に菖蒲町の利用者さんで池田セツさんが百歳を迎えましたので、百歳を祝う会を行いました。当日は、天候もよく池田セツさんもお孫さん達に囲まれて嬉しそうでした。職員の方々も一生懸命、余興をしたり、ケーキを作ったりと、とても和やかな会でした。

また、山吹町では、ユニット行事で風船バレーを行いました。皆さん、普段以上に、身体を動かし、楽しまれていました。

【二階フロア】
柑子町ではホットケーキ作りを行いました。和気あいあいとした雰囲気です。ホットケーキ作りを行っているのと甘い匂いに誘われて多くの利用者さんが集まってきました。食後には「また、食べたいなあ。」と笑顔も見られ、皆さん大満足でした。

紺町では恵方巻き作りを行い、利用者さんが具材を切り、職員がのりを巻きそれを召し上がったのり巻きができました。普段の食事ではのり巻きが出る事がないので、皆さん喜んで食べていました。また、食事が終わった後に、職員が皆を笑顔にさせようと「おらの子供だよ。」と冗談で人形を渡すと、「あははは。肩ふってえなあ。この人形。」と笑って話していました。



和気あいあい(^^)b



可愛い孫だな！＼(^o^)/



恵方巻き作り＼(^o^)/



3月茅町では、短期入所のお隣にある『支援ハウス』の皆さんが、春には退所されるということで、送別会を行いました。主に冬期間（去年の暮れから春まで）、ずっと一緒にいたメンバーなので、少し寂しくもありますが、また元気で会えるよう、手作りどら焼きをみんなで作って美味しい思い出を作りました。



お元気で！
また笑顔でお会いしましょう！



美味しい物は分かち合いたい！
仲良しの利用者さんと職員です。

今日の記念に、写真撮影しました。
皆で囲んだ食卓、忘れないでいてくださいね。

デイサービス長寿園 「長寿園ファンタジー」

遠野市では毎年2月に遠野物語ファンタジーが公演されます。それに合わせてデイサービスでも『長寿園ファンタジー』と題して遠野の昔話（豆っこ話、どっこいしょ、やきもち和尚など）のセリフを利用者さん皆で分け合い、読み合わせを行いました。

役になりきる利用さん
もいて、皆で楽しみまし
た。その時の様子をご覧
下さい。



セリフは大きな字で渡されます。



小道具も用意しました。



グループごとの発表です。



役になりきる利用者さんもありました。

お詫び

二月二十三日頃より長寿の森吉祥園において、インフルエンザ及びノロウイルスによる集団感染が発生しました。発生するということ事態が直ぐにまん延防止策を講じると共に、遠野市及び中部保健所へ報告し、其々よりご指導を仰ぎながら対応に努めて参りました。

その中で、併設のデイサービスにまん延させない対策として、三月六日から十五日までデイサービスは自主休業した次第です。

お蔭様で、今般どうにか終息に至り、十八日より通常業務に戻ることができました。

この間、ご利用者様はもとより、ご家族の皆様や関係者の皆様には多大なご迷惑をおかけし、誠に申し訳なくお詫び申し上げます。

長寿の森 吉祥園 「節分豆まき」

二月三日(日)、長寿の森 集会室にて「節分豆まき」が行われました。今年節分豆まきでは、「年女」の三名(九十六歳二名、八十四歳一名)と、施設長、職員の名が綺麗な袴を身にまとい、舞台から利用者さんに向けて豆とお菓子をまきました。

年女の利用者さんは、「あや、おしやすな」などと言いつつも、楽しそうに豆をまき、利用者さんのみなさんは「歳の数だけ食べたら、おなか一杯になるな」などと話をしながら、たくさん豆を拾っていました。

最後に施設長から、「この豆を食べて、みなさんの心の鬼を退治してください」との話をもくりました。

節分の日を締めくくりました。

では、その時の様子をご覧ください。



楽しそうに豆をまいていました



みなさんたくさん拾っていました



記念撮影

「活動紹介」 デイサービス踊鹿

デイサービス踊鹿では、二月から三月上旬にかけての行事・活動として「恵方巻き作り」「風船バレー」「ひな人形作り」「ひな飾り観賞」などを行いました。

三月三日のひな祭りの日には、利用者さんみんなバスに乗り込み総合福祉センターに出かけ、華やかで美しい「ひな飾り」を観賞してきました。

どの作品も素晴らしいものでしたが、利用者さんからの一際目を引いたのが南部ばやしをモチーフにした作品で、細工が細かく巧みな造りを見て「キレイだな」とか「すげえな」と感嘆の声が上がっておりました。

施設内では、折り紙を使ってお内裏様とお雛様を作り、思い思いに飾り付けをして可愛らしく仕上げていました。

その出来栄に、皆さん大変満足されていたようです。



折り紙でひな人形を作りました



綺麗なひな飾りと記念撮影



吊るしひなも綺麗でした

地域密着型サービス拠点 長寿庵

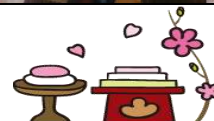
小規模多機能型事業所長寿庵

グループホーム長寿庵

御茶会



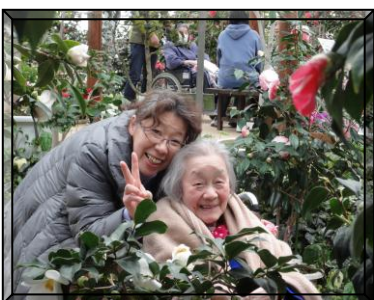
3月15日にお茶会をしました。おやつの時間に職員が煎じたお茶を利用者さんに降るまいました。「とても美味しいです」と利用者さんからは好評でした。作法がわからないのですがどうすればいいですか？と利用者さんから質問がありましたが、作法を知っている職員がわかりやすく説明していました。とても和やかな時を過ごしました。



松崎地区センターに展示しているひな人形を見に行ってきました。吊るしびなや古びな、他にも数多くのひな人形が展示してありほとんどの利用者さんが初めてこんなにたくさん飾ってあるのを見た喜んでいました。遠野まつりの南部ばやしのミニチュアもあり、「よく出来てるな～」と感心していました。



つばき館観覧



大船渡市にあるつばき館に行ってきました。近くのレストハウスで昼食を済ませた後、つばき館内を見て回りました。様々な色のつばきが咲いていて利用者さんはきれいだな～と見とれていました。色々な品種や原産国があり、勉強にもなってとても楽しい、遠くまで来て見る価値があったと利用者さんは嬉しそうにしていました。



利用者さん紹介



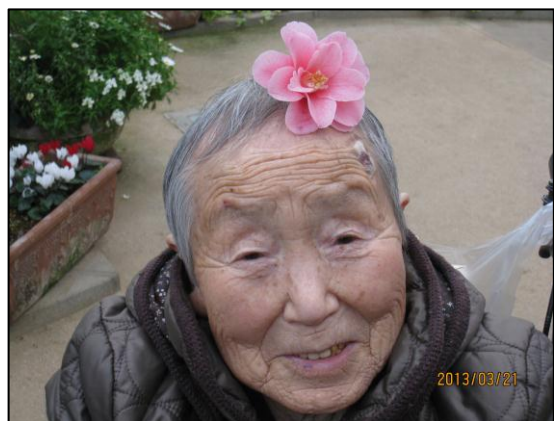
「利用者さん紹介」をお届けします。
このコーナーでは、利用者さんと会話をしながら、好きなもの、趣味、今思うことなど、幅広くご紹介していきたいと思ひます。

今回の「利用者さん紹介」は、
小規模多機能長寿庵に通所されて
います「和野ミナ」さんを紹介
します。

施設では利用者や職員と日々
楽しく過ごしています。ひ孫さ
んが長寿庵で働いていることも
あり、いつもひ孫さんのことを
気にかけているとても優しい方
です。

小規模多機能長寿庵

和野 ミナさん



お名前は？

和野ミナ（わのみな）です。

生年月日とお歳は？

大正八年三月二十七日生まれの九十四歳です。
小規模多機能長寿庵に通所して何年くらいです
か？

平成二十三年の五月から通ひ始めましたので
ちょうど二年くらいです。

出身地どちらですか？

遠野市附馬牛町です。現在も附馬牛町に住んで
います。

お仕事は何をされてましたか？

畑仕事などの農業をしていました。十八歳の頃
に結婚して二十六歳までに三人の子供に恵まれま
したが旦那が二十九歳の時に戦争に召集され戦死
してしまいました。その後は、農業をしながら旦那
の父母と一緒に子供を育てました。

趣味は何ですか？

折り紙です。特に鍋敷きを作ることが得意です。
職員さんに作った鍋敷きを配りとても喜ばれまし
た。

施設での楽しみは何ですか？

長寿庵でやることは何でも楽しいです。お風呂
に入ることも好きだし、職員さんが作る食事も美
味しいです。体操や歌などの活動をすることも楽
しいので毎日が楽しみです。

小規模副主任から 和野ミナさんに一言



長寿庵
小規模副主任
阿部 美智子

週三回利用で附馬牛から息子さんの車に乗せられて長寿庵に来ると「今日もよろしくお願ひします」と笑顔で挨拶してくれまひます。休みの日に「コソコソ」と新聞広告で作った鍋敷きを職員に持ってきてくれます。今では職員、他利用者さん全員に鍋敷きを作っていたきました。職員の名前も覚えて呼んでくれます。自分の事はほとんど自分でおこなつてまひます。とても九十四歳とは思えないほどしっかりといてお手伝ひ、体操・歌等のレク活動にいつも楽しく参加しています。ミナさんの口ぐせは「皆のおかげで生きてる、ありがとう」と手を合わせ話してくれまひます。ミナさんは昔、若くして旦那さんに戦争で先立たれ三人の子供さんを苦労して育てた分、今では孫八人、ひ孫十六人、玄孫二人と家族の皆さんに大切にされていることが伝わってきます。これからも元気に長寿庵に通つてきてくださいね。



成人式のひ孫さんと記念撮影



パズルを作成中です



ひな祭り会場での様子

二・三月 状況

○寄付品紹介

・長寿の郷
及川 純子 様
ポータブルトイレ、車椅子
コタツ、ひざ掛け毛布、衣類
箱石 ヨシ 様
衣類、バスタオル、オムツ等
阿部 義知 様
花の飾り
菊池 国夫・栄子 様
蛇の置物、観葉植物
倉知 征三 様
紙オムツ

二・三月は感染症蔓延予防のため、ボランティアの受け入れを行いませんでした。
寄贈品をされた方には心から感謝しております。
また、これからもよろしくお願ひします。



長寿の郷 栄養士より

《腸内の状態を良好に》

排便状態を良好にする為にとのような事をすると良いでしょうか。

【善玉菌を増やす】

善玉菌そのものを摂取しましょう。漬物や納豆、味噌、ヨーグルト、チーズなどが代表的な食品です。菌は加熱や胃酸で死滅してしまうので、これを考慮した調理法を行い、「生きて腸まで届く」製品を選ぶ必要があります。またいわゆる「ヨーグルト風デザート」の類には乳酸菌は含まれていませんので商品を購入する際には気を付けなければなりません。

【善玉菌のエサを摂る】

腸内細菌ものエサとなるのが、オリゴ糖です。食品にも微量に含まれています。「オリゴ糖」として製品になっているものは効率よく摂取できます。

【食物繊維を摂る】

便が腸内に長く留まると悪玉菌が増殖してしまいます。食物繊維は便に適度な水分量を保たせ、また余分なコレステロール、糖質、ナトリウムなどを便と一緒に排泄させる役割をもちます。食物繊維は腸を刺激するため活発な腸運動も促しますので排便しやすくなります。

「春に関する豆知識」

《梅について》

4月に入り、だんだん暖かくなってきました。春と言えば「桜」を連想しますが、今回は「梅」についてお話ししたいと思います。皆さんは「梅」の「ことわざ」や「言伝え」をどの程度ご存知でしょうか？

【塩梅 あんばい】

昔は、酸味と塩味で料理の味を引き立てる「梅酢」が調味料として使われていました。そのことから「塩梅(あんばい)」という言葉は、料理用語として使われていたのですが、現在では、とても具合のよいことを「いい塩梅」と幅広く使われるようになりました。

【梅根性に柿根性】

梅は、梅干にしても梅肉エキスにしても、煮ても焼いてもまだスッパイことから、頑固でなかなか変わらない性質、いい意味では頑張り屋さんのことを「梅根性(うめこんじょう)」といっています。

【梅田枇杷麦(うめだびわむぎ)】

ウメの実の多い年はイネが豊作で、ビワの実が多い年はムギが豊作。



★ 目次 ★

長寿だより 六三号

○表紙

「つばき館見学」・・・一

○特集コーナー

「長寿の郷施設長挨拶」

「新卒採用職員紹介」・・・二

○遠野長寿の郷

「各ユニット行事」・・・三

茅町(シヨートステイ)

「支援ハウス送別会」・・・四上

デイサービス長寿園

「長寿園ファンタジー」・・・四下

○長寿の森

長寿の森 吉祥園

「節分豆まき」・・・五上

デイサービス踊鹿

「活動紹介」・・・五下

○長寿庵

「各行事の様子」・・・六

○その他

「利用者さん紹介」・・・七

「ボランティア・

職場体験紹介」

「長寿の郷栄養士より」

「春に関する豆知識」

「目次」・・・八