

遠野長寿だより



思い出の一枚 ～ 長寿庵 蔵の道 ～ より



社会福祉法人とおの松寿会

○ URL ・ <https://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」

とおの松寿会辞令交付式

令和7年4月1日、地域交流センターにて社会福祉法人とおの松寿会・辞令交付式が行われ、小時田理事長より新採用職員12名・昇任職員4名・異動職員11名へ辞令が交付されました。

新たな職員を迎え、とおの松寿会は総勢181名でスタートいたします。今年度もどうぞよろしくお願いいたします。



新卒採用者職員紹介

4月1日より、新たに仲間入りした新卒採用職員をご紹介します。



○名前 菊池 晴香

○出身 遠野市

○所属 特別養護老人ホーム遠野長寿の郷 菖蒲町

○趣味や特技 読書・音楽を聴く

○ひとことコメント

専門学校で学んだ知識や技術を活かし、利用者様に信頼していただけるような介護ができるよう日々の新たな発見を大切に頑張ります。



特別養護老人ホーム 遠野長寿の郷 1階

菖蒲町

🍡 菖蒲町の2月の行事は節分。豆まきの代わりにボールを使って段ボールで作った鬼の口に投げ入れるゲームをしました。中々入らず何度か挑戦された利用者さんもありました。その後鬼に扮した職員がきてくれました。袋に入った甘納豆を鬼に向かって投げています。鬼がきてビックリされている利用者さんもありましたが、とても楽しそうに投げている利用者さんもありました。

🍰 3月は、ホットケーキ作りをしました。作ったホットケーキの上に果物とクリームを塗ってデコレーションしました。作っている途中からいい匂いがしてきて「おいしそうですね」と食べる前から楽しみにされていました。「おいしいね」と言いながらみんなで召し上がられていました。



節分行事

ホットケーキ作り



山吹町

2月は節分行事があり豆まきを行いました。デイサービス職員が各ユニットを鬼の仮装で回ってきて、皆様楽しそうに豆を投げていました。鬼の格好にびっくりされている方や笑いながら豆をぶつけられる方もおり、とても盛り上がっていました。

3月は交流ホールに飾られたひな人形を見に行かれ、「立派だな」と眺められていました。

誕生日会では誕生日プレゼントをもらい、嬉しそうにポーズをとって写真を撮ってもらいました。その後の誕生日ケーキも皆様美味しそうに完食され夢中で食べられていました。



特別養護老人ホーム 遠野長寿の郷 2階

柑 子 町

2月の行事では、豆まきを行いました。鬼に向かって豆を投げるとき、ニコニコと笑いながら優しく投げたり、鬼に近づかれても表情を変えず鬼に向かって豆を投げたりする利用者様があり、様々な動きや表情を見つけることができました。豆まきが終わって感想を聞くと、「楽しかったよ」と答える利用者様がいたので良かったと思います。

3月の行事では、女性利用者にお化粧をする女子会を行いました。若い時におしゃれに気にかけていた利用者様が自分でマニキュアを塗っていたり、口紅の色を選んでいたり楽しそうにしていました。化粧が終わった後は、お誕生日会を行い、ケーキを「美味しいなあ」と言って召し上がっていました。



紺 町

2月の行事では節分で豆まきやプリンを作ったりしました。豆は新聞紙で丸めた物を作りました。どの利用者さんも手が黒くなりながらも新聞紙を丸めてくれました。職員に鬼役をもらい躊躇なく当てていました。「鬼は外、福は内」と元気な声がユニット内に響いていました。豆まきが終わった後はプリンに鬼を描いて食べました。楽しい節分になりました。

3月の行事ではカラオケ大会を行いました。津軽海峡冬景色など演歌を歌いました。知っている歌だと声に出したり口ずさんだり、体を揺らしていたりしていました。いざマイクを渡されると恥ずかしくなり断っていた利用者さんもいました。皆で歌を歌うことができて楽しかったです。



茅町 ショートステイ

2月は節分と言う事で、鬼に扮した職員が各ユニットを回り、豆まきをしました。皆さん勇敢に鬼に向かい豆を投げていました。豆まきの後は鬼たちと仲良く記念撮影をし、皆さんに笑顔が見られました。



3月は支援ハウスに入所の方々も合同でイチゴ大福を作りました。難しそうなあんこを包む作業も、皆さん難なくこなし、美味しく頂きました。

老人デイサービスセンター 長寿園

2～3月のイベント

- ・節分行事
- ・作品作り
- ・おやつ作り
- ・ゲームと運動
- ・脳トレ
- ・ひな祭り行事
- ・ゲームと運動
- ・おやつ作り
- ・一年を振り返り・座談会



2月は、節分に鬼が現れ、豆を一杯投げて退散してもらいました。作品作りでは、雪だるま、おやつ作りでは、恵方巻ロールを作ったり、大学芋を作って頂きました。ゲームでは、手作りバックーをしたり、松竹梅カップ並べやドキドキタワーをして楽しみました。3月になると、お内裏様とお雛様で記念撮影をしました。他にも、ひな壇作りをして楽しみました。ゲームでは、テーブルゴルフやテーブルテニスをして体を動かしました。おやつ作りでは、三食団子と抹茶をたてて頂いたり、クレープ作りをして美味しく頂きました。月末は一年間を振り返って、写真をテレビに映し、思い出して頂きました。

養護老人ホーム 長寿の森吉祥園

2月・3月 生活の様子 【余暇活動の紹介】



2月の作品作り
テーマは【ひなまつり】



2月の【習字クラブ】



3月の作品作り【塗り絵】



お内裏様とお雛様。マジックで思い
思いに表情を描いています^^



達筆な利用者さん、お手本と見比べ
ても負けてません！



春を先取り。テーマはこどもの日。
時間をかけて丁寧に仕上げてました。

デイサービスセンター 長寿の森踊鹿



おやつ作り

おやつ作りで、白玉団子を使ったおしるこを作りました。皆さんで協力し、美味しく出来上がりました。



ハンドマッサージ

ハンドクリームを使用し、職員が利用者さんの手をマッサージしました。心地よい音楽と共に、マッサージを受け、皆さん気持ち良かった様です。



地域密着型サービス拠点 長寿庵

2月～3月の長寿庵の様子

長寿庵では様々な催し物が行われ、節分のは庵に住み着いているエラスグナイ(小憎らしい)赤鬼青鬼に豆を投げて追い払い、鬼のパンツを勝ち取り無病息災を願いました。その後は年女四名による幸福豆まきを振舞いました。三月に入ると長寿庵恒例の「お茶会」があり、艶やかな着物をまとい利用者さんをおもてなし。皆さん大変喜びながらお茶やお菓子を頂きました。また、天気の良い日には近くの蔵の道ギャラリーにお邪魔して、色々な時代のひな人形を見学してきました。皆さん目を輝かせ、食い入るように見たり昔を思い出し、当時の様子を懐かしそうに話されていました。合間をみて写真撮影をしましたが、皆さん終始お話と笑い声が止まりませんでした。本当に楽しい時間を過ごせてよかったです。



2月～3月の状況

○寄贈

山森 明美 様
ポータブルトイレ他

菊池 市子 様
タオル・軍手等

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おはなし

とろみ剤について

高齢になると、咀嚼（くじやく）（噛む）、嚥下（飲み込む）機能が低下し、誤嚥（ごえん）したる食糧の量や体重が減少する方が増えています。栄養障害を改善・予防・悪化しないようにするためには、個々の咀嚼・嚥下機能に合わせた食形態やとろみの種類を選び、噛む力と飲み込む力を保つことが大切です。今回はとろみ剤について説明します。

とろみ剤とは、食べ物や飲み物に加え、まぜるだけで適度なとろみをつけることのできる粉末状の食品です。嚥下困難な方にとって、お水が一番飲みにくく誤嚥になりやすいです。適度にとろみのついた液体は食道の入り口に達するまでの速度がゆるやかなので、嚥下後の誤嚥も起こりにくいと言えます。また、水分は1日1.5リットルを目安に摂るようにしましょう。飲み込みの不自由さを理由に必要な水分を取らないと、さまざまな基礎疾患悪化の要因となります。

とろみ剤の使い方

①飲み物にとろみ剤を入れ、すぐにかき混ぜます。②混ぜてから2～3分ですり混ぜの状態が安定します。③とろみの強さや温度を確認してできあがりです。

お味噌汁や牛乳、乳製品はタンパク質などが多いのでとろみが付くまでかなり時間がかかるので注意が必要です。

とろみ剤は適量をしっかりと守ることが大切です。使い方が心配な方は、スティックタイプから始めてみると、計量いらずで簡単にとろみを付けることができます。



とろみの分類

とろみの種類は、左の3種類のレベルがあります。むせてしまう方は、「中間のとろみ」または「濃いとろみ」を選びます。また、家庭にある食材でもとろみが付けられます。片栗粉、粉ゼラチン、アガーなどです。しかし、とろみ剤の方が加熱不要で溶けやすく、ダマにもなりにくく便利です。

とろみの強さ	薄いとろみ	中間のとろみ	濃いとろみ
イメージ			
説明	スプーンを傾けるとなめらかに流れ落ち、細いストローでも簡単に吸える。	スプーンを傾けるとゆっくりと流れる。とろみがあることを実感でき、太いストローであれば吸い込める。	スプーンを傾けても流れにくい。しっかりとしたとろみを感じ、口の中でまとまりやすく、ストローは使えない。

★目次★

長寿だより
133号

○表紙

「思い出の1枚」
長寿庵 蔵の道 より

・ 1

○特集コーナー

「令和7年度 辞令交付式」
「職員紹介」

・ 2

○遠野長寿の郷

「2月～3月の様子」

・ 3、4

○茅町（シヨートステイ）

「2月～3月の様子」

・ 5上

○デイサービス長寿園

「2月～3月の様子」

・ 5下

○長寿の森

長寿の森吉祥園「活動紹介」

・ 6上

「デイサービス踊鹿「活動紹介」」

・ 6下

○長寿庵

「2月～3月の様子」

・ 7

○その他

「2月～3月の状況」

・ 8上右

「ホームページのご案内」

・ 8上左

「栄養士のタメになる話」

・ 8中

「目次」

・ 8下