第36号 平成 20 年 10月 1 日 発行

遠野長寿だより



「 思い出の一枚 ~陸前高田バスハイクより~

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

〒028-0521 岩手県遠野市材木町2-22

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

社会福祉法人とおの松寿会

平成20年度 遠野長寿の郷 敬老会



9月19日、平成20年度遠野長寿の郷敬老会が、来賓の方やご家族の皆さんが集まる中、盛大に行われました。式典の中では、スクリーンを使用し今年喜寿・米寿・百寿そして百歳以上を迎えられた利用者さんの生い立ちや現在の状況などをナレーションつきで紹介したり、岩手県知事や遠野市長、施設からの記念品贈呈がありました。余興では、青笹保育園の園児によるお遊戯や、職員による手話を用いた歌や踊りなどがあり、大変盛り上がりました。

| そ 【看調職の 編護理員他 集師師の | 長 敬遠ジ寿 老野ン庵 会まギ | 長 デ 吉寿 さイ敬祥の ま踊老園森 | デ ラ 買イバ町 い長ス | が が が 歌 二寿 | と 遠お 目 野の 長松 次 |
|-----------------------------|--------------------------|-----------------------------|--------------------|----------------------------|-------------------------------|
| 後よひ 記りりと りごと | つり スカンマラソン | ざ鹿会 ま な 活 動 | 物 | 旅祭階の ・リフ郷 文見口 化学ア | 寿 の 郷 敬 老会 |
| - 2181-2 | 0-8610 XA4 0 | TEL 0198-88-177 | 1.81 提自18 | 4分的 市 经财政公司 | 〒028-0541 書 |
| 強の変更くとと テス・ | - 1. · | 為(1) 表示—— 5 C 年 天 | | REST SOLE | 2.5一九人被测路 |
| X 0.138-E2-0769 | AH - (FIRE) BY | 01-63-89-60 131 | VEN BUILDING | | ₩ 1030-890 F |
| 8 | 7 | 6 6 下 上 | 5 5 下 上 | 4 3 | 2 |

遠野長寿の郷 1階7ロア

菖蒲町・山吹町便りの連野祭りのプチ見学の



今年もお祭りがきたなぁー



どうもありがとうございます。







9月14日・15日に遠野祭りが行なわれました。遠野祭りに参加されたさんさ踊り・しし踊りの方々が、遠野長寿の郷の中庭で利用者の方々に踊りを披露してくれました。遠野祭りは、年に1回の事なので、踊り等が終わった後に利用者さんは、「今年も良かったな。また、来年も来てもらいたいなぁ。」と喜びつつも少し寂しそうに話していました。



かわいいですね。



さんさ踊り



きれいだねー。





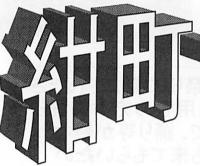
遠野長寿の郷 2階7ロア





9月27日、菖蒲町・山吹町と合同で石応禅寺 釜石大観音へ拝観に行ってきました。遠野は 小雨が降っていて釜石は大丈夫かなぁと皆さ ん心配していましたが、到着すると小雨は上 がっていました。利用者さんは「観音様が守っ てくれたんだね」と笑いながら話していまし た。大きな観音様を皆さんで拝んでおやつを 食べてきました。













柑子町皆の共同作品



皆さんの手形で大きな木 が出来上がりました。



式典に参加しました。



園児のお遊戯でこんなに 素敵な笑顔になりました。



9月6日、茅町の利用者さんと一緒に海 と貝のミュージアムに行ってきました。 小さな貝から大きな魚まで、いろいろ な種類をみてきましたが、小さな魚が たくさん泳いでいたのが印象的だった ようです。帰園されてからも楽しそうに 話をされていました。



ショートステイ

9月6日、お弁当を持って、陸前高田までバスハイクに行って来ました。場所 は、「道の駅 タピック45」と「海と貝のミュージアム」。車内では歌を歌ったり、 景色を眺めたり…。陸前高田へは利用者さんのほとんどが初めての方ばかり で、何を見るにも真剣な眼差しで、じっくりと見入っていました。帰園してから は、「行ってきて良かった。」という声も聞かれました。



ひとあじ違って、美味しいです。



何と大きな山車だなぁ。



こんなにお土産、買っちゃった!?



みんなで仲良く食事中!







海と貝のミュージアムです!





ちょっとひと休み 何を買うか相談中…



ていのさ久 待つよんし つもうはぶ てよでスり いりすしの まは。パ買 すや朝しい 。くかで物 起らのド きソ買う てワいイ 、ソ物ブ 出ワがで か、一す け昼番。 る寝楽利 用のし用 意時い者 を間活の しも動皆







久しぶりに二人で買い物です。









デイサービスセンター 長寿の森 踊鹿

長寿の森 養護老人ホーム



9月11日、長寿の森 吉祥園では敬老会が行われました。

今年度は米寿3名、喜寿1名の方がめでたくお祝いの日を迎えられました。

たくさんの来賓や家族の方に見守られる中、長寿者と施設の最高齢(97歳)の方に遠野市と施 設から記念品が贈呈されました。

「昔懐かし演芸会を楽しむ会」による踊りや、青笹保育園児によるお遊戯、職 余興の部では、 員の八木節などが食堂にて盛大に行われました。

利用者のみなさんは、敬老会用の豪華な食事を召し上がりながら、お祝いの日を存分に楽しま れていた様子でした。

もっともっと元気で長生きしてくださいと強く感じた敬老会の1日でした。







デイサービスセンター 長寿の森 踊鹿

8月·9月の活動

9月に入り、寒さが増して来ました。

8月下旬から雨の日が多く、気分が下がるような 日が続きましたが、踊鹿に集まり皆さんの笑顔・元 気で雨を吹き飛ばし楽しく過ごしていきましょう。 また、寒い日が続いておりますので衣類調整を行 い体調管理には十分注意しましょう。

8月・9月は、ドライブ・おやつ作り・梅干し作り・作品作りなどを行ないました。そのときの様子 をご覧ください。



焼きとうもろこし



梅干作り



巌流神社にて



ペンキ塗り

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

ジンギスカンマラソン



「がんばれー、がんばれー。」

8月30日に遠野で行われた、ジンギスカンマラソンに、男性職員3名参加し、応援に行って来ました。あいにくの雨でしたが、「がんばれー、がんばれー」と選手の方々に声をかけ励ましていました。参加された方から、「おばあちゃんも、がんばってー」と声をかけられていました。



「余裕の施設長。笑顔です。」

遠野まつり



「年に一度の遠野まつり、天気に も恵まれ楽しいなぁ~。」

9月14日、15日と遠野まつりがあり、施設にも、神楽、南部ばやし、獅子踊り、たくさんの方々がきて下さいました。利用者さんは、とても喜んで手を振ったり、一緒に踊ったり、踊りが終わった後、子供達と握手したり、ベビーホームさんが来た時は、「あら~かわいいごど~。」と、にこやかに笑っていました。獅子頭で頭を噛んでいただき、魔よけをしていただきました。楽しい時間を過ごすことが出来ました。



「頭を噛まれています。」



「獅子頭と一緒にハイチーズ。」



「上郷の細越しし踊り ♪ダガスコ、 ダガスコ、ダンダンダン。」



【敬老会】



「開会の言葉を話す利用者さん。」

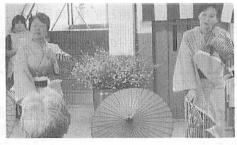
9月19日に長寿庵がオープンして初めての 敬老会が行われました。利用者さん一人一人 に花束を渡しお祝いをしました。宝流会さんに よる踊りを見たり、一緒に輪になって踊ったり しました。カラオケもして、盛り上がりました。 小規模、グループホームの利用者さん一緒に お弁当を食べ、長寿を祝いました。



一人一人に花束を渡しました。」



「宝流会の方々と、たんこ節を。」





「ごちそうだなぁ~ 食べきれるかなぁ~。」

※主義主義主義をとおの松寿会からお知らせ ※主義主義主義主義

لح 九. 年 11 月 お ŧ ま 松 ഗ 四 寿 た 松 会 弄 の 五 会 各 日 施 ょ 1= 設 遠 U

本 当 に どう 1= 野 ŧ 多 祭 有 数 IJ 難 の が うござ 団 あ 体 IJ 0 ま い 方 ま Z 1= が た 慰 問 7 の秋をし

秋の食やそ。よ今い9 に魅べすもこう年な月 し力よいそれかもいに てがうかもか °夏で入 み伝、らっらしがしつ てわ秋付〇来か終よて はっだけ〇るしわう いてからのっつっかぐ かくられ秋秋夏て がるねたーーがし でとしのとに終ま 気 し思とでいはわい よい、しう、っま が うまっよの楽たし 下 が かす秋うはし今た 。だ。いだ。 秋ぜかっ気こか中 T だひら映温とらに き か、ね画やがこは ま らこしに気たそ落 ねのを行候く、ち 。機付こがさ落込 た 会けうちんちんにる、よあ込で 胡 と秋うりんい 晚 短、だどまでる 0 い秋か良すい人 冷 ∘ても 秋のらく を雰ね はい 込 ・ 囲ー 何 もる 4 自気っを 20 で 分がおす たで な感いる いは 体 りじしに なな 調 M のらいも いいい は 実れも過 でで S 崩

・のご

おまなラ 大歓迎! 願すりンそ い。まテの 宝フ長 土手青岩石活ボ長 月 長 ボ 花 ヨロシク! 流ラ寿 淵話笹田川花ラ寿 寿 ラ 町サ保富 しこしィ他 会ダ庵 0 ン ンの まれたアに すか のも 演丨 森 テ郷 職テ 月 育美昤 芸ク園子子海イン ギマ ス 場イ ら心方た 体ア 老ア 楽ど 藤 もかがく 豊金 験 しん よらおさ 井 紹 洋田 なぐ ろ感いん 会り し謝での 様様様様様様様 くしにボ 様様 様

如豆豆 (C)

秋も深まり、いよいよ釣りの最盛期だ。週末の防波堤は多くの釣り人でかなりの賑わいを見せている。 釣りと言えば、針に餌をつけて仕掛けを投入し、魚のアタリを静かにじーっと待つ。そんなイメージを 持っている方が多いと思うが、釣りにはもう一つ種類があって、それが僕のやっている疑似餌釣り(ルアー フィッシング)だ。ルアー(lure)という言葉は英語で騙す、またはオトリという意味で、文字どおり偽物 の餌で魚を騙して釣る方法である。偽物の餌だから当然放っておいても釣れない。魚が食べている生き物の ように動かしてあげないと釣れないのである。

ルアーにも様々な種類があって、小魚に似せた物、でっかいミミズみたいなぶよぶよした物、金属の板切れみたいな物、プロペラが付いた物などなど、実に様々だ。色や大きさも多彩で、中にはこんなもので魚が 釣れるの?!って思ってしまうようなデタラメな形をしたルアーもある。しかし、そんな餌とは似ても似つかわしくないモノでも、使い方によっては生エサを遥かに凌ぐ釣果を叩き出すことができる。

先日も、とある防波堤で釣れない餌釣りの方々を尻目に高級魚のメバルをルアーでバカスカ釣り上げとて もびっくりされた。ルアーフィッシングは餌を使わなくて良い手軽さや、ウネウネして気持ち悪い虫エサに触れない人でも気軽に挑戦できることが大きな魅力だ。一年で最も多彩な魚種を狙うことができるこれから のハイシーズン。秋晴れの空の下、家族や友人を誘って手軽に美味しい魚を釣りに出かけてみませんか?

海と山を愛する男より

調理師より~里芋料理編

里芋は、①カロリーが低い②食物繊維が豊富③体内のコレステロールを取り除く ④ガンの発生・進行を防ぐなどなど、とても健康的な食材です。

今回はそんな里芋を使った、おはぎを紹介します。

○材料(1人前2個分 粒あんおはぎ1個+きなこおはぎ1個)

粒あん···60g 里芋····20g(冷凍でもO. K) お米····30g

きなこ・・・ 3g もち米···12g

〇作り方

① お米・里芋・もち米を炊飯器に入れて炊く

② 炊き上がったものをすりこぎでつぶし、玉子型に形を作る

③ 粒あんおはぎは、卵形にしたものをあんこでくるんでできあがり

④ きなこおはぎは、逆に粒あんを炊いた里芋入りのお米でつつみ、

上からきなこをまぶしてできあがり。

里芋を使ったことで、普通のおはぎよりもカロリーを15%程カットできます。 みなさんもぜひお試しください。



長寿の郷・看護師より 歯周病について



今回は、歯周病について述べたいと思います。これを見て歯周病について知り歯周病を予 防していきましょう。

①歯周病とは…歯と歯の間、歯と歯肉の境目などに、歯垢がつく事から、始まります。

…口の中にいる歯周病菌等の細菌が、食べかすなどを栄養にして、増殖した ②歯垢とは 細菌のかたまりの事を言います。放置しておくと、細菌が出す毒素や酵素 などによって、歯肉に炎症が起こります。これが歯肉炎です。

歯周病のサイン(参考までに)

歯周病の予防について

歯周病の予防として、食後には丁寧 ①歯磨きで出血する :に歯磨きをして、きれいに歯垢を取り :②歯肉が赤や赤黒い色をしている ・除くようにすると、良いでしょう。 ③口臭がある