

遠野長寿だより



思い出の一枚 ～ 長寿庵 開所5周年記念式典 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。



➡ 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…

介護技術特集第2弾になります。今回は口腔ケアについて紹介したいと思います。

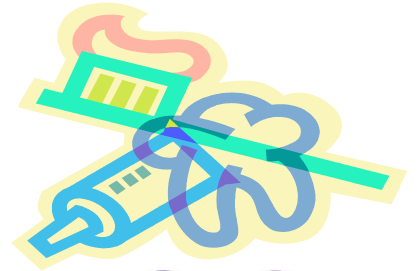
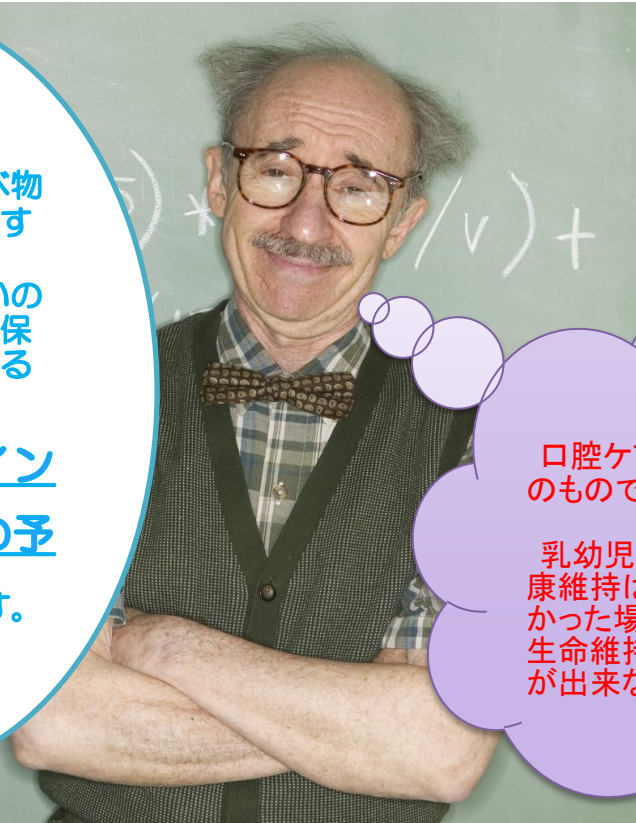


口腔ケアについて



口腔の働きは、食べ物の摂取に大きく影響する重要なものです。細菌が繁殖しやすいので、口腔内の清潔を保ち一次感染を防止するとともに、

誤嚥性肺炎・インフルエンザ等の予防にもつながります。



口腔ケアは何も高齢者だけのものではありません。

乳幼児から成人の日常の健康維持はもとより、疾病にかかった場合の症状の改善や生命維持にとって欠かすことが出来ないものなのです。

歯ブラシで磨く

歯ブラシを歯や歯と歯ぐきの境目にきちんとあて、軽い力と小さな動きで磨きましょう。



鉛筆を持つように握ると磨きやすい。



取替えのサインです！



歯ブラシは自分の歯にあわせて小さな歯ブラシを選びましょう。毛先が広がったら交換しましょう。

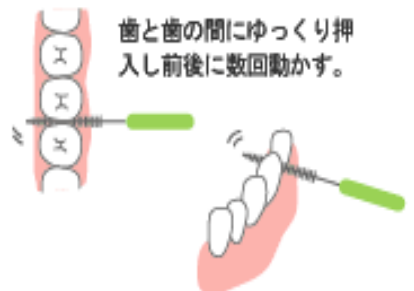
歯間ブラシやデンタルフロスで歯と歯の間を磨く

デンタルフロスで磨く。
(歯にあまりすき間のない人)



歯の付け根まで糸を入れて軽く上下にこすってからかき出す。

歯間ブラシで磨く。
(歯ぐきが下がってすき間の広い人)



歯と歯の間にゆっくり押し入れ前後に数回動かす。

1F 長期



どんどん切るわよ！ 笑



いい顔で写ってるかい？



ハイ！チーズ！



ど・れ・に・し・よ・う・か・な♪

5月初めにお花見ドライブに出掛けました。今年は雨が降ったりと、桜を見られる期間が短かったのですが、満開の桜を見ることができました。来年も、また行きたいですね！
また5月はたこ焼きやしゃもを焼いたり、豚汁を作ったり利用者の皆様や御家族で食べました。料理の手つきは衰えていませんでした。流石です！
やはり自分達で作った物を食べるのは最高ですね！
利用者の皆様から昔はこうだったよ？と聞くと私たちは全然違うなと考えると、今とは全然違います。

2F 長期

紺町、柑子町でもお花見ドライブに出掛けました。皆さん外出が久しぶりなのか、バスの中でもニコニコされていました。
遠野の春は5月位から始まり、施設の花壇にも、様々な花が咲いています。利用者の皆様も散歩の足を止め花を眺めます。このお花を誰にプレゼントしようかしら！”と言いたい程きれいに咲きました。
長寿の郷には畑もあります。今年も色々な苗を植えました。利用者の方からアスパラを貰いながら、一生懸命に耕します。こころなもんですか？「いやいや、まだまだだ！」「これからの成長が楽しみです」



この花より貴方の方がキレイですよ！



ほらほら外の桜がキレイだよ！



ほらほら腰が入ってないよ（*^ロ^*）！！

ショートステイ 茅町

ホットケーキ作り



生地を混ぜたら→



まあるく焼きます。



いい焼き色になりました♪



自分たちで作るおやつは、また一段と美味しいものです。
この日も、甘い香りが漂いはじめると、みんなワクワク。期待に応えるよう、作り手の利用者さんも気合十分！
「美味しい」の笑顔がたくさん集まりました。



デイサービス長寿園

〔お花見ドライブ〕

お花見ドライブに出かけてきました。例年だと、遠野市内の花見ドライブですが、今年は初めての遠出ドライブとしてお隣の釜石市に出かけてきました。

小佐野の小川体育館脇の桜並木です。そこで桜を眺めながらおやつを食べて来ました。ほとんどの利用者さんは初めてくる場所のようで、みなさん喜んでいました。



体育館脇に流れる水面に垂れる桜が映っていました。



駐車場の縁石に座っておやつタイムです。



来年もここに来れますように記念撮影です。



「吉祥園 夜桜観桜会」

今年度は、利用者さんから「夜桜が見たい」との要望があったことから、例年とは趣向を変えて夜の観桜会を実施しました。

桜の開花状況も、ほぼ満開の中で開催することができ、ご要望どおり、夕食を召し上がりながら暗闇にライトアップされた吉祥園の桜を堪能していただけたのではないかと思います。

今回は余興として、一月からカラオケの機械も導入され、日頃からクラブ活動などを通してよくカラオケを行っていることから、その練習の成果を発揮する場所としてカラオケ大会を開催しました。

カラオケ大会では、10名の方が大会にエントリーし、それぞれの十八番をみんなの前で披露してもらいました。優勝者を選ぶ基準としてカラオケに備わっている採点機能を使用したのですが、採点機能は思わぬ高得点や低得点が発生し、採点してみないと結果がどうなるのか全く分からない状況であつたことから、採点時のドキドキ感や、見る人の注目も盛り上がりました。

カラオケ大会で優勝した森重一生さん



利用者さんの踊りも見事でした



食事の風景



カラオケボランティアの菊池明美さん



職員余興も大好評でした



「展勝地&花巻温泉 お花見見物」

利用者さんの希望により、北上展勝地と花巻温泉に桜の花を見物に行ってきました。

北上展勝地は残念ながらソメイヨシノがもう葉桜でしたが、八重桜は満開で、桜を見ながらみんなでお弁当を食べました。

花巻温泉では、八重桜のほか、チューリップが満開で、利用者のみなさんとても喜ばれておりました。

今回は2年ぶりの花見に出かけるということで、週に2回・3回と繰り返し参加する方もおり、「やっぱりお花見は良いねえ」「お花見に行かないと春が来ない感じがしないもんね」などと話されておりました。

お花見の後には、近くのお店でお土産を購入し、春を満喫した一日となりました。その時の様子をご覧ください。

2年ぶりにお花見見物に行ってきました



チューリップもとても綺麗でした



花を見ながらお弁当



記念撮影



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

お花見ドライブ



遠野市内の桜の名所や釜石
に行ってお花見見物をしてき
ました。天気もよく桜がとて
もきれいに見えたので利用者
さんはとても喜んでいました。

長寿庵開所5周年記念式典



長寿庵開所5周年を記念し、利用者さんの家族や来賓を招いて、あえりあ遠野で式典を行いました。5年間の様子をまとめたDVDを来場している皆さんで振り返りながら見ました。「あんなこともあった、いい思い出だな」など利用者さんや職員から様々な声が飛び交っていました。

利用者さん紹介



今回の利用者さん紹介は、
養護老人ホーム 長寿の森吉
祥園に入所されている「菊池
豊さん」を紹介します。
豊さんは、自治会である
「吉祥園白樺会」の副会長も
務めています。

**養護老人ホーム
長寿の森 吉祥園
菊池 豊さん**



○お名前は？
菊池 豊（きくち ゆたか）です。

○生年月日とお歳は？
昭和十三年一月二十五日生まれの七十四歳です。

○吉祥園に入ってから何年くらいですか？
だいたい五年くらいになります。

○出身地どちらですか？
附馬牛に生まれて、仕事をしだしてから遠野の町にも住んでいました。

○お仕事は何をされてましたか？
父が事業（木材業）をやっていたので、若い頃はそこで働いていました。その後は自分で独立し、いろいろな仕事をしましたが、主に車を運転することを中心とした仕事をやってきました。

○何か趣味はありますか？
昔はお酒を飲むのが趣味でしたが、今は輪投げとか、自分を病むのもあるのですが、辞書をひいてそのことを調べたりしています。

○吉祥園での暮らしはどうですか？
うまく一言では言い表せませんが、とても満足しています。

○施設での楽しみは何ですか？
テレビを見るのが楽しみです。特にみんなで星取りをやっている相撲や、自分も昔やっていました。

○今何か思うことはありますか？
吉祥園で行われるいろいろな行事（観桜会・運動会・夏祭り等々）に積極的に参加して、みんなと楽しく仲良く暮らしていきたいと思っています。

職員から 豊さんに一言



吉祥園 栄養士
菊池 香織

豊さんはとても働き者で、ゴミ集め、庭の草取り、食事の配膳等いろいろな手伝いをしてくれます。

○お部屋では、辞書を読んだり、書き物をしたり、勉強熱心な一面もあります。

○何でも一生懸命で、クラブとさまざまなクラブ活動へも積極的に参加し、五月には、初めて、活花クラブへも参加され楽しまれています。

○毎週木曜日の夜にお酒を提供していますが、豊さんは梅酒を希望されて少し赤くしている姿がとてもかわいらしいです。

○これから、たくさん食べ、体を動かしながら吉祥園で穏やかに生活していきたいですね。



白樺会の副会長を務めています



吉祥園で山形旅行に行った時の一枚



さまざまな活動に積極的です

平成23年度 社会福祉法人とおの松寿会 決算報告

貸 借 対 照 表

平成24年3月31日 現在

(単位:円)

資 産 の 部		負 債 の 部	
	決算額		決算額
流 動 資 産	360,480,955	流 動 負 債	111,218,735
現 金	80,000	未 払 金	80,274,265
預 金	225,461,534	預 り 金	9,676,470
未 収 金	134,166,083	賞与引当金	21,268,000
立 替 金	657,573	固 定 負 債	357,256,400
前 払 金	115,765	設備資金借入金	313,437,500
固 定 資 産	2,158,954,996	退職給与引当金	43,818,900
基 本 財 産	1,956,898,183	負債の部合計	468,475,135
建 物	1,764,663,204	純 資 産 の 部	
土 地	189,234,979	基 本 金	3,000,000
基本財産特定預金	3,000,000	国庫補助金等特別積立金	1,049,173,190
その他固定資産	202,056,813	その他積立金	120,700,000
建 物	2,103,616	修繕積立金	63,850,000
構 築 物	12,236,141	人件費積立金	56,850,000
車両運搬具	5,670,973	次期繰越活動収支差額	878,087,626
器具及び備品	15,301,749	次期繰越活動収支差額	878,087,626
その他積立預金	120,700,000	(うち当期活動収支差額)	90,835,547
その他固定資産	46,044,334	純資産の部合計	2,050,960,816
資産の部合計	2,519,435,951	負債及び純資産の部合計	2,519,435,951

財 産 目 録

平成24年3月31日 現在

(単位:円)

資 産 の 内 訳	金 額	負 債 の 内 訳	金 額
I 資産の部		II 負債の部	
1.流動資産		1.流動負債	
現 金	80,000	未 払 金	80,274,265
預 金	225,461,534	預 り 金	9,676,470
未 収 金	134,166,083	賞与引当金	21,268,000
立 替 金	657,573	流動負債合計	111,218,735
前 払 金	115,765	2.固定負債	
流動資産合計	360,480,955	設備資金借入金	313,437,500
2.固定資産		退職給与引当金	43,818,900
(1)基本財産		固定負債合計	357,256,400
建 物	1,764,663,204	負債合計	468,475,135
土 地	189,234,979		
基本財産特定預金	3,000,000	差引純資産	2,050,960,816
基本財産合計	1,956,898,183		
(2)その他固定資産			
建 物	2,103,616		
構 築 物	12,236,141		
車両運搬具	5,670,973		
器具及び備品	15,301,749		
その他の積立預金	120,700,000		
その他の固定資産	46,044,334		
その他の固定資産合計	202,056,813		
固定資産合計	2,158,954,996		
資産合計	2,519,435,951		

資金収支計算書

(自)平成23年4月1日 (至)平成24年3月31日
(単位:円)

勘定科目		決算額
経常活動による収支	収入	
	介護保険収入	594,545,889
	利用料収入	197,463,665
	措置費収入	114,688,932
	私的契約利用料収入	2,518,650
	その他の事業収入	55,011,653
	経常経費補助金収入	19,560,027
	寄附金収入	300,000
	雑収入	3,576,256
	借入金利息補助金収入	1,968,390
	受取利息配当金収入	2,318
	経理区分間繰入金収入	85,970,594
	経常収入計(1)	1,075,606,374
	支出	
	人件費支出	544,857,860
	事務費支出	193,545,831
	事業費支出	143,683,921
	借入金利息支出	13,128,874
	経理区分間繰入金支出	85,970,594
	経常支出計(2)	981,187,080
経常活動資金収支差額(3)=(1)-(2)		94,419,294
施設整備による収支	収入	
	施設整備等収入計(4)	31,341,000
	支出	
	施設整備等支出計(5)	88,551,175
施設整備等資金収支差額(6)=(4)-(5)		-57,210,175
財務活動による収支	収入	
	財務収入計(7)	293,000,000
	支出	
	財務支出計(8)	332,554,500
財務活動等資金収支差額(9)=(7)-(8)		-39,554,500
予備費(10)		0
当期資金収支差額合計(11)=(3)+(6)+(9)-(10)		-2,345,381
前期末支払資金残高(12)		272,875,601
当期末支払資金残高(11)+(12)		270,530,220

事業活動収支計算書

(自)平成23年4月1日 (至)平成24年3月31日
(単位:円)

勘定科目		決算額	
経常活動による収支	収入	介護保険収入	594,545,889
		利用料収入	197,463,665
		措置費収入	114,688,932
		私的契約利用料収入	2,518,650
		その他の事業収入	55,011,653
		経常経費補助金収入	19,560,027
		寄附金収入	300,000
		雑収入	2,479,016
		借入金元金償還補助金収入	29,000,000
		引当金戻入収入	21,369,000
		国庫補助金等特別積立金取崩額	35,917,597
		事業活動収入計(1)	1,072,854,429
	支出	人件費支出	543,766,060
		事務費支出	185,722,031
		事業費支出	143,683,921
減価償却費		68,516,636	
引当金繰入		29,091,800	
事業活動支出計(2)		970,780,448	
事業活動収支差額(3)=(1)-(2)		102,073,981	
事業活動外 の部	収入	事業活動外収入計(4)	87,941,302
	支出	事業活動外支出計(5)	99,099,468
	事業活動外収支差額(6)=(4)-(5)		-11,158,166
経常収支差額(7)=(3)+(6)		90,915,815	
特別 の部	収入	特別収入計(8)	31,341,000
	支出	特別支出計(9)	31,421,268
	特別収支差額(10)=(8)-(9)		-80,268
当期		活動収支差額(11)=(7)+(10)	90,835,547
繰越活動収支差額の部	前期繰越活動収支差額(12)		799,252,079
	当期末繰越活動収支差額(13)=(11)+(12)		890,087,626
	基本金取崩額(14)		0
	基本金組入額(15)		0
	その他の積立金取崩額(16)		0
	その他の積立金積立額(17)		12,000,000
	次期繰越活動収支差額(18)=(13)+(14)-(15)+(16)-(17)		878,087,626

4・5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
岩田 富美子
枝本 なほみ
菅野 綾子
遠野 母子協
菊 正流

様 様 様 様 様 様 様 様

・長寿の森
小野 寺サダ子
菊 池明美
小島 記代子
美然 会

様 様 様 様

○寄付品紹介

・長寿の郷
阿部 明義
テレホンカード
村井 奈一
箱 ティッシュ
箱 菓子
チオビタドリンク
幅下 修蔵
洗 剤

様 様 様 様 様

・長寿の森
菊 池和弘
電動 ベッド
菊 池明美
バナナ

様 様

たくさんのボランティアの方や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願います。

長寿の森 栄養士より

高齢者について
食への関心



心豊かな人生に、健康な食生活は欠かせません。栄養バランスをとり、食べ物をしっかりと噛み味わうことを通じて心身の健康は育まれていきます。しかし高齢者になると食べる機能が低下し口腔機能の低下や疾病により要介護状態になりやすいなど生活の質の低下がおこりがちです。「食べることは生きること、生きること」は食べ続けることです。

食べる機能の維持・回復のために高齢者の食を選ぶ力・味わう力をサポートしましょう。

見逃していませんか？

噛む・飲み込む力の

低下を示すサイン！

- 食事中にむせる
- うちの中や喉に食べ物や飲み物が残りやすい
- 食べ物が噛みにくい
- 微熱がでやすい・肺炎になったことがある
- タンが出やすい
- 食事の時間が長くなった
- 食事中や食後に咳が出る
- 痩せてきた・体重が減ってきた
- 食事をすると疲れやすい
- 食べ物の嗜好が変わった

「社団法人日本栄養士会

健康増進のしおり」より

「感染症管理部会より」

これから夏を迎えるにあたり、食中毒に気をつけたい季節になります。そこで、食中毒の予防三原則について説明したいと思います。

《食中毒予防の三原則》

- ①細菌をつけない
基本的なことですが、手や調理器具を介して食品が汚染されないように手洗いをしっかりと、布巾やまな板を清潔にしておくことです。魚や肉を調理した後は、手・まな板を洗って他の食材につけないようにする、新鮮なものを購入する（消費期限の確認）、肉汁がでていないものを買うのもポイントです。
- ②細菌を増やさない
温度管理が重要です。肉や魚は買い物の最後に買い、持ち帰るときも保冷に気をつける、まっすぐ帰ってすぐ冷蔵庫に入れるなどに気をつけてください。冷蔵庫や冷凍庫の詰めすぎに注意しましょう。めやすは、7割程度です。
- ③殺菌
十分に加熱すること。食品が残ったらきれいな容器に入れて冷蔵庫で保存し、早めに十分な再加熱をして食べるようにしましょう。できるだけ夏場はつくりおきをあまりせず、食べる分だけを作るようにします。食べる前に、においが臭かったり見た目が変色したり、ねばねばしているようなら要注意です。少しでもあやしい食品、時間が経ちすぎた食品は思い切ってすぐ捨てるのが食中毒予防のポイントです。

《食中毒を起こす菌》

- ・病原大腸菌：腸炎を起こす大腸菌。食品や水を通して感染する。
- ・サルモネラ菌：食肉やたまごなどが主な原因食品。腹痛や下痢を伴う。
- ・腸炎ビブリオ菌：海産物が主な原因食品。激しい腹痛や下痢を伴う。
- ・カンピロバクター菌：鶏や牛、豚肉などが原因食品。腹痛、発熱、嘔吐、血便を伴う。

★ 目次 ★

長寿だより 508号

○表紙

「長寿庵開所5周年 記念式典より」・・・1

○特集コーナー

「口腔ケアについて」・・・2

○遠野長寿の郷

「お花見ドライブ」・・・3

「畑作り」

茅町（シヨートステイ）

「ホットケーキ作り」

・・・4上

デイサービス長寿園

「お花見ドライブ」・・・4下

○長寿の森

長寿の森 吉祥園

「夜桜観桜会」・・・5上

デイサービス踊鹿

「お花見見物」・・・5下

○長寿庵

「お花見ドライブ」

「長寿庵開所

5周年記念式典」・・・6

○その他

「利用者さん紹介」・・・7

「平成23年度

とおの松寿会決算報告」

・・・8、9

「ボランティア・

職場体験紹介」

「長寿の森栄養士より」

「感染症管理部会より」