

遠野長寿だより



思い出の一枚 ～ 長寿の森夏祭り 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に、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》



今月の特集コーナーは、とおの松寿会で行った研修会・講演会の紹介です。

岩手岩手県中部保険所の笹島直子氏を講師にお招きした研修会「施設の感染症予防について」と社会福祉法人登別千寿会 理事・総合施設長である菊地雅洋氏を講師にお招きした講演会「人を語らずして介護を語るな～介護サービスの常識を問い直そう～」を紹介します。

感染症予防研修

7月8日に岩手県中部保険所の笹島直子氏を講師にお招きして「施設の感染症予防について」の研修を松寿会職員を対象に行いました。感染症と言ってもいろいろありますが特に集団で注意したい感染症の食中毒・ノロウイルス・インフルエンザ・結核等の症状や予防法について学びました。

食中毒についてはこれから暑くなることもあり、食中毒菌が増えやすい時期なので食中毒にならないためのポイントや予防策、消毒方法など松寿会でも取り組んでいる内容ですが改めて学ぶことができました。今回の講習で得たことを活かして感染症予防に務めていきたいです。



食中毒に御用心!!

夏場や湿度が高い夏場は食中毒菌が増えやすい時期です。食中毒予防の3原則は、「付けない」「増やさない」「やっつける」です。ここに紹介する6つのポイントもこの3原則から成り立っています。食中毒予防の6つのポイントを心取り、食中毒の防止に努めましょう。

家庭で出来る食中毒予防

<p>ポイント1 原材料の購入</p> <ul style="list-style-type: none"> ・新鮮な野菜や肉類、魚類は必ず新鮮な状態を確認し、購入する。 ・肉類や魚類は必ず新鮮な状態を確認し、購入する。 	<p>ポイント2 原材料の保存</p> <ul style="list-style-type: none"> ・冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下に設定し、食品を適切に保存する。 ・食品の賞味期限を確認し、消費期限切れの食品は食べない。
<p>ポイント3 下準備</p> <ul style="list-style-type: none"> ・調理前は必ず手を洗う。 ・食品の調理は、冷蔵庫内か電子レンジで、調理器具は必ず清潔な状態に保つ。 	<p>ポイント4 調理</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食料は75℃以上で加熱し、中心温度を確認する。 ・電子レンジの調理時は必ずラップをかける。
<p>ポイント5 食事</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食料は調理後、室温で放置しない。 ・食料は調理後、室温で放置しない。 	<p>ポイント6 残った食品</p> <ul style="list-style-type: none"> ・残った食品は、安心見えるようにお皿に入れて冷蔵・冷凍する。 ・調理済みの食品は、室温で放置しない。

岩手県環境生活部・保健所

人を語らずして介護を語るな ～介護サービスの常識を問い直そう～

7月20日に社会福祉法人登別千寿会の理事・総合施設長である菊地雅洋氏をお招きして「人を語らずして介護を語るな～介護サービスの常識を問い直そう～」という演題で講演会を行いました。

講演会では介護サービスの常識を問い直そうということで、現在私たちが行っている介護サービスが介護の常識は世間の非常識を作らない為にどのような視点を持っていけばいいのか、介護に求められることは特別なこと、高度なことではなくごく当たり前の「人間らしい暮らし」が守られるための支援である等の講演をいただきました。

この講演会で学んだことを今後の業務に活かしていきたいと思えます。



特別養護老人ホーム 遠野長寿の郷



焦らずゆっくり行きま
しょうか(*^_^*)



とっても大きいの
取れたゾ！！



向こうには何がある
のかな？

一階では、荒川高原、遠野市内ドライブに行つて来ました。綺麗な緑が続いており、とても癒され良い気分転換になったと思います。利用者さんも施設の時とはまた違う表情をさらせていて、職員もそれを見てとても癒されました。

二階では、施設内で植えている畑で大きいトウガラシが取れました。思わず驚きと笑みがこぼれ、利用者さんと、とても楽しい時間が持てました。

ミニ運動会では普段、あまり体を動かす事がない利用者さんも参加され、どの競技も最後までとても頑張っていました。



息がピッタリ☆よいしょ♪



御年107歳すばらしい！！



ショートステイ 茅町

茅町の様子



上の写真はおやつの時間の前に利用者さまと輪になりながらお話ししたり、テレビに映っている動きを真似しながら楽しく体操をしている様子です。右の写真は7月になって、暑い日ありましたのでかき氷作りをしました。利用者さまは普段はあまり食べることのないかき氷をおいしく召し上がっていました。

かき氷作り



デイサービス長寿園



〔ボランティア慰問〕

デイサービス長寿園では午後の時間にボランティアさんの慰問がありました。1週間にフラダンス、琴、トランペット演奏、民舞等4組のボランティアさんが慰問に来ていただきました。午後の楽しいひと時を過ごしています。その時の様子をご覧ください。



フラダンスは化粧と綺麗な衣装に女性利用者さん注目していました。



生のトランペット演奏は職員も利用者さんも初めて聞く人が多かったみたいです。



馴染みの母子協さんには利用者さんの中にファンもいます。

長寿の森 吉祥園 「夏祭り」

七月二十七日、長寿の森吉祥園では、夏祭りが行われました。
この日の天候はあいにく雨ということでしたが、施設内での開催となりましたが、余興で来ていただいた「アフリリトオノさん」「金田一ご夫妻さん」「青笹しし踊り保存会さん」が大いに会場を盛り上げてくださいましたので、利用者さんの気分はきつと晴れ晴れしたと思います。



デイサービスセンター 踊鹿 「流しそうめん」

八月六日、デイサービスセンター踊鹿では毎年恒例行事となっている「流しそうめん」が行われました。
この日は、地区の子ども会から元気な小学生たちが来訪し、利用者さんと一緒に風船円陣バレーをして遊んだあと、全長約十メートルの竹のレーンを流れる涼やかな流しそうめんを楽しみました。



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



天皇・皇后両陛下 遠野市ご訪問

7月4日

岩手県に2年ぶりに天皇・皇后両陛下がご訪問にいらっしゃいました。前日までは、雨模様の遠野でしたが、当日は天気も良く、市民の方と一緒に迎えする事が出来ました。「美智子さまがとても綺麗だった。」と、とても喜んでいました。

花巻温泉バラ園 ドライブ♪



7月13日
花巻温泉のバラ園にドライブに行くもあいにくの雨…。それでも「せっかく来たから！」と何人かの利用者の方は傘を差しながら庭園を散策しました。花巻温泉で昼食を済ませた後、ロビーで偶然、花嫁さんを見かけ「とても綺麗だね」と利用者さんは見とれていました。



★大道芸人訪問



6月22日

岩泉から一人で大道芸をしている方が来所しました。ラッパの演奏から始まり、ダルマや日本人形・スカイツリーを回したり、今まで見た事のない芸を沢山披露していただき、職員、利用者共に楽しいひと時を過ごしました。





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「白岩 榮久」さんをご紹介します。
 榮久さんは、自治会である「吉祥園 白樺会」の副会長を今年度より務めております。

養護老人ホーム 長寿の森 吉祥園 白岩 榮久さん



- お名前は？
白岩 榮久（しらいわ えいきゆう）だ。
- 生年月日とお歳は？
昭和二十一年六月十日生まれの六十七歳だ。
- 血液型は？
O型だ。
- 出身地どちらですか？
遠野だ、遠野の穀町。
- お仕事は何をされてましたか？
コック、コック。いろんな所で修行したんだ。東京に三年、釜石に十年、盛岡で五年ぐらい。遠野も十年ぐらいだったかな？
- 何か趣味はありますか？
昔は川で釣りしたりした。あと本を読んだりした。今は目が疲れてだめだあ。それでもよ「ラジオ深夜便（施設に置いてある月刊誌）」は見てるどもな、面白いよお。
- あど、カラオケはまあまあ・・・好きだ。
- 吉祥園での暮らしはどうですか？
普通だ。話は変わるでも前いだどこ（病院）の看護師さんに会いたい。歩けねえどもな・・・。看護師さん達にはナポリタンとオムライス作ってごちそうしてやったんだ。
- 何か思うことはありますか？
手足の自由が良くようになりたい。輪投げの選手になったり、看護師に手紙を書きたい。本当は、電話もしたいどもな。

職員から 榮久さんに一言



吉祥園
主任栄養士
菊池 香織

榮久さんは、長年調理の仕事をしてきたこともあり、毎月料理クラブに参加され楽しまれていきます。

洋食が得意と話され、ナポリタンを「榮久さん流（レシピ）」で作り、他の利用者さんを喜ばせていたことが印象的です。いつも私達の出す料理にも様々なアドバイスをくれます。

栄養相談会で居室に伺った時には「待っていたぞ」と嬉しそうに笑顔を見せてくれる優しい方です。

榮久さんのカラオケの十八番は、中村雅俊の「ふれあい」です。

これからです！！
聞かせて下さいね。



白樺会、副会長を務めています。



料理が得意です。



哀愁ある歌い方なんです。

六・七月 状況

○ポランティア・職場体験紹介

- ・長寿の郷
ポランティア金田一
活花 海老豊洋
鍋城大学趣味の会
遠野高校
遠野緑峰高校
遠野職業訓練校

様 様 様 様 様 様 様

- ・長寿の森
ポランティア金田一
アフリリトオノ
鍋城大学趣味の会
青笹しし踊り保存会
小野寺 サダ子
菊池 明美
岩上 敏一

様 様 様 様 様 様 様

○寄付品紹介

- ・長寿の郷
大和田 臣伍
冷蔵庫、衣類等
菊池 キヨ子
オムツ等
荒谷 良
オムツ
井手 純
衣類
鶴田 憲子
掃除機、電気ポット、
アイロン、脚立等
小水内 タツ子

様 様 様 様 様 様 様

長寿の郷 栄養士より

「脱水に注意」脱水とは水分が体から少なくなることではありません」

今年も、脱水にともなう熱中症で病院に運ばれる方が後をたちません。

汗には水分の他に塩分やその他の電解質が含まれています。電解質は体の調子を全体的に保つ働きがあり、水分は体温を一定に保つ働きがあります。これらが減ったり増えたりして水分とのバランスが崩れると、体調を崩してしまうのです。脱水とは単に体の水が少なくなる事ではなく、電解質も一緒に失われてしまう事なのです。水分補給には電解質が含まれた飲料が適しているとされていますが、日常的な水分補給は通常の水やお茶で大丈夫です。大切なポイントが、水やお茶の他にしっかりと食事を取り、味噌汁やご飯、野菜などから電解質を補給する事です。

「熱中症予防には食事をしっかりととりましょう」



夏に関する豆知識

○夏の太陽を十分に浴びて育ったみずみずしい旬の野菜には、驚くパワーがいっぱい含まれています。夏を乗り切る野菜の効用をご紹介します。

「トマトが赤くなると医者が青くなる？」

トマトは大変に薬効の優れた食べ物です。胃液の分泌を促進させるので食欲不振の時は最適で、ビタミンCやAも多く含むため感染症予防にも効果があります。風邪の予防や高血圧、歯周病、口内炎などを治すにもトマトがパワーを発揮してくれます。

このように薬効が実に広く、赤く熟したトマトを食べることで人々は病気を防ぐため、患者を診察する医者は患者が少なくなる、そのため青くなると言われています。

「ナスがのぼせた身体を冷やしてくれる？」

ナスのアクにはガンを予防する成分がふくまれています。また、熱を冷ます、血液の循環を良くする、尿の出をよくする他、のぼせ改善や高血圧の改善に良いとも言われています。

★ 目次 ★

長寿だより 六五号

○表紙

「長寿の森夏祭りより」

・ 一

○特集コーナー

「とおの松寿会研修会紹介」

・ 二

○遠野長寿の郷

「ドライブ」

「ミニ運動会」

茅町(シヨートステイ)

「かき氷作り」

「デイサービス長寿園」

「ポランティア慰問」

・ 四下

○長寿の森

長寿の森 吉祥園

「夏祭り」

「デイサービス踊鹿」

「流しそうめん」

○長寿庵

「ドライブ等」

○その他

「利用者さん紹介」

「ポランティア」

職場体験紹介

「長寿の郷栄養士より」

「夏に関する豆知識」

「目次」

・ 八