

遠野長寿だより



思い出の一枚 ～ 吉祥園敬老会 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)

○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、9月にとおの松寿会各3施設で行われた敬老会の様子後ご紹介します。それぞれの事業所で敬老のお祝いや様々な催し物を行いました。その時の様子をご覧ください。

《長寿の郷》

9月25日に平成25年度遠野長寿の郷敬老会が行われました。喜寿3名、米寿3名、百歳1名の対象者が式典に参加されました。

式典は穏やかな雰囲気の中、行われました。式典後には余興の部として職員による踊りや遠野町婦協様による踊りが行われ、利用者の皆さんはとても喜ばれていました。



《長寿の森》

9月27日、「長寿の森 吉祥園 敬老会」が行われました。

今年度は喜寿(77歳)1名、米寿(88歳)5名、卒寿(90歳)7名の方がめでたくこの日を迎えられ、最高齢の方は102歳になりました。

式典終了後は、利用者さんのますますの健康を願って豪華なお弁当を頂きながら、さまざまな余興が行われました。



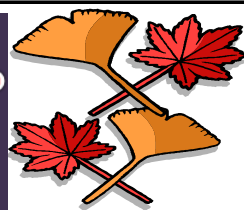
《長寿庵》

9月6日に長寿庵では敬老を祝う会を行いました。式典では施設長、来賓の方の挨拶がありました。利用者さん個々の名前と生年月日を紹介した後に、施設長から利用者さんに花束が贈呈され、花束をもらった利用者さんはとても嬉しそうでした。その後の余興では、芳柳かすみ会の方々による舞踊がありました。かすみ会に長寿庵の職員が在籍していることもあり「おらほの娘出てた!」と利用者さんから嬉しそうな声が聞こえていました。昼食時間になり皆さんでお弁当をいただきました。利用者さんからは「お弁当も美味しいし、踊りは楽しかったし、今日はとても楽しい日になった。職員の皆さんありがとう」と感謝の言葉がありました。

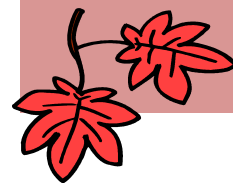


特別養護老人ホーム 遠野長寿の郷

秋と言えば文化祭、作品作り、食欲の秋です。
今回は各町の秋に関する事を載せたいと思います。



秋の季節行事



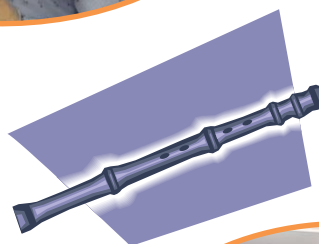
作品に力を入れて、完成しました♪



職員と協力して作品作りしました。



風船に1枚ずつ折り紙を貼りつけました。



うまく、焼けたかな。



たこ焼きを美味しく頂きました。



尺八演奏を聴かれました。

ショートステイ 茅町 「文化祭作品づくり」



今回の茅町の行事は9月に行われた文化祭に向けて作品づくりの様子をお伝えします。

今年は利用者と職員との共同制作にてし踊りのししを作りました。

段ボールにししの絵を描いてくり抜き、そこに色紙を丸めて貼っていくという作業を行いました。

利用者の皆さんには色紙を丸めてもらう作業を行っていただきましたが、皆さん手先が器用で上手でした。



デイサービス長寿園

【カラオケ大会・すいか割り】



今年の夏は暑い日が続きました。外は暑いので外出は控え、冷房の効いたデイサービスのホールで活動しました。

カラオケ大会とすいか割りを楽しみました。その時の様子をご覧ください。

歌自慢の二人は息もピッタリですね♪



昭和20年代、30年代の歌ならほとんどの利用者さん歌ってくれました。



慎重に狙いをさだめています。



誘導しますが、上手いきません。



九月二一日、二二日に行われた遠野まつりの期間中、長寿の森吉祥園には十以上の団体が来訪してくださりました。遠野に伝わる郷土芸能は何度見ても見ごたえがあり利用者さんには思い思いに楽しまれているようでした。また、希望者を募り、一日市通りの観覧席での観賞会も行われました。

長寿の森 吉祥園 「遠野まつり」



九月二六日、デイサービスセンター踊鹿では、朝の連続テレビ小説『あまちゃん』で話題となった久慈市の郷土料理『まめぶ汁』を作りました。小麦粉で作った生地の中に黒砂糖とクルミを入れ丸めて作る『まめぶ』が特徴的な料理。普段食べることのない久慈の味は利用者さんにもたいへん好評でした。

デイサービスセンター 踊鹿 「まめぶ汁作り」



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

8月10日(晴れ)

地域の方にもご協力頂き、朝から準備を行いました。その様子を見ながら利用者さんも朝からワクワクしながら待っていました。いざ、開始すると沢山の料理・歌や踊りに大満足していました。

長寿庵のあまちゃんも参加し、フラダンスを披露しました。

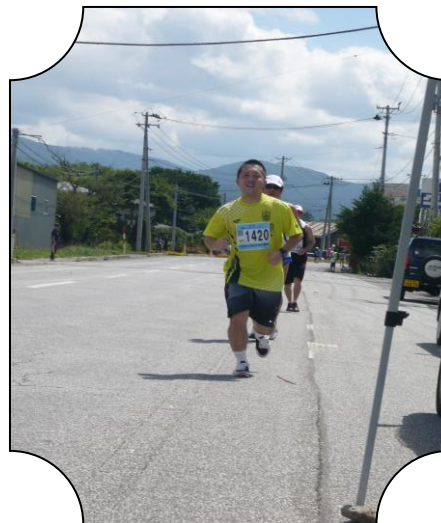
沢山の方にご参加頂きありがとうございました。

♪地域交流会♪



自慢の歌声を披露♪

ど〜も！タヌキで〜す



ジンギスカン マラソン



8月25日(快晴)

庵の男性職員3人が参加しました。普段、大人しい利用者さんも大きな声で声援を送っていました。

中には座ってなんていられないと、立ち上がり応援する方もおりました。

タヌキが走っているのを見て、みんな楽しそうに笑っていました。



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っています。

今回の「利用者さん紹介」

は、グループホーム長寿庵に通所されています「佐藤タへ」さんを紹介します。

施設ではいつも明るく、利用者さん・職員関係なく誰にでも気軽に声を掛けてくれる方です。

グループホーム長寿庵

佐藤
タへさん



生年月日とお歳、血液型は？

大正十五年九月一日生まれの八十七歳です。

血液型はO型です。

出身地どちらですか？

陸前高田市広田です。十人家族の大所帯でした。

お仕事は何をされてましたか？

初めは子育てをしていました。その後は佐藤建設で土建業務をしていました。男の人に負けないように男の人たちと一緒に一生懸命仕事しました。

施設での暮らしはどうですか？

気分の変化なく暮らせるところがいいです。

施設での楽しみは何ですか？

特別これということはないですが、色々な人たちと仲良く過ごしているのが楽しいです。後は、職員さんが作ってくれる美味しいご飯かな！

長寿庵の職員さんへ一言

夜中や朝早くから出勤して私たちのお世話をしたり、食事を作ってくれて感謝しています。ありがとうございます。

長寿庵施設長から
佐藤タへさんに一言



長寿庵
施設長
山口 恵美子

平成二十四年四月、震災直後にグループホーム長寿庵に入所されました。陸前高田市広田町出身で、平成十六年に旦那さんが亡くなられ、息子さん・娘さんの協力をいただきました。一人暮らしをしていました。長年の一人暮らしと高度難聴の為、共同生活に慣れてくれるか心配していましたが、持ち前の明るさですぐ周りの方々と会話が弾みました。食事は苦手な魚もありますが、作った職員のことを思っただけ、美味しいですと話してくれました。息子さんが面会に来られ、一緒に出かける時は準備する時からデートに行くようにとても素敵な笑顔です。子供が大好きで、お祭りや保育園のお遊戯会等では、満面の笑みで子供たちに声援を送っています。これからも元気で、一緒にまた出掛けましょう。



花巻のバラ園に行った時の様子



お月見の様子



遠野まつりを観覧した時の様子

八・九月状況

○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

遠野職業訓練校

富士大学

盛岡医療福祉専門学校

小友老人クラブ

・長寿の森

小野寺サダ子

菊池明美

老止座

今そこ演芸団

・長寿庵

及川(他2名)

岩上敏一

ボランティア金田一

芳柳 寿々露会

○寄付品紹介

・長寿の郷

鶴田憲子

掃除機、電気ポット等

小水内タツ子

夕顔

岩田富美子

衣類、からだふき等

松本由紀子
オムツ、ビニール手袋

様 様 様 様

様 様 様 様

様 様 様 様

様 様 様 様 様 様

○寄付品紹介

・長寿の郷

菊池博

商品券

井手光昭

紙オムツ

千葉みわ子

バスタオル等

・長寿庵

守口医院

うす型パンツ

菊池政一

荻野タケ子

リハパン、パット

松田和子

お菓子

佐々木友弥

様 様 様 様 様 様 様 様 様 様

たくさんさんのボランティアの方や寄付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いします。



長寿の森 栄養士より

食事で長生き

○高齢者の便秘お腹の中は？

赤ちゃんの時は良い腸内細菌(善玉菌)が多い。年齢を重ねていくと善玉菌が減って悪い腸内細菌(悪玉菌)が多くなることが原因。

Q 善玉菌って何？

A 発酵食品に多くいる、乳酸菌やビフィズス菌のことです。人の体の役に立つ細菌で、人体の中では腸内にいる。

※逆に健康に害を及ぼす腸内細菌を悪玉菌と呼ぶ。

Q 悪玉菌を減らすには？

A 悪玉菌をやっつける働きを持つのが納豆に入っている納豆菌です。なんと、悪玉菌が減って善玉菌が増殖しやすくなります。一石二鳥ですね！
Q どうすれば善玉菌を増やせるの？

A 手軽にとれるヨーグルトやぬか漬け、牛乳、味噌を食べるようにしましょう。

便秘改善のポイント

□毎日3食の食事を習慣にしよう。

□お菓子の代わりに果物を食べよう。

□洋食より和食を食べよう。

□適度な運動で腸を動かそう。

★ 目次 ★

長寿だより 六六号

○表紙

「吉祥園敬老会より」

・ ・ ・ 一

○特集コーナー

「とおの松寿会

各事業所敬老会紹介」

・ ・ ・ 二

○遠野長寿の郷

「秋の季節行事」 ・ ・ ・ 三

茅町(シヨートステイ)

「文化祭作品づくり」

・ ・ ・ 四上

デイサービス長寿園

「カラオケ大会」

すいか割り」 ・ ・ ・ 四下

○長寿の森

長寿の森 吉祥園

「とおの祭り」 ・ ・ ・ 五上

デイサービス踊鹿

「まめぶ汁作り」 ・ ・ ・ 五下

○長寿庵

「地域交流会」

「ジンギスカンマラソン」

・ ・ ・ 六

○その他

「利用者さん紹介」 ・ ・ ・ 七

「ボランティア・

職場体験紹介」

「長寿の森栄養士より」

「目次」 ・ ・ ・ 八