

遠野長寿だより



思い出の一枚 ～長寿の郷 野浦多き志さん100歳のお祝い～より



社会福祉法人とおの松寿会

○ URL ・ <http://www.t-chouju.jp>

○ E - mail ・ hjmutyo@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、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 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



とおの松寿会キャラクター
「まっとちゃん」

菊池トヨさん 100歳のお祝い会



平成29年11月15日（水）特別養護老人ホーム長寿の郷 交流ホールにて「菊池トヨ様100歳を祝う会」が開かれました。

祝う会には、トヨ様のご家族をはじめ、飛内副市長も出席し長寿をお祝いしました。

トヨ様は、大正6年11月15日生まれ。9人兄弟の次女として誕生されました。結婚してからは、2男3女の子宝に恵まれ、現在は20人をこえる孫とひ孫がいるということです。

飛内副市長よりお祝いの花と記念品を手渡されると、「ありがとうございます」と話され、会場は拍手で包まれました。

お祝いの会でトヨ様より「みんなのおかげ様で長生きしていると思います。ありがとうございます」と、トヨ様らしいお言葉をいただくことができました。

これからも元気で長生きしてしてください！（スタッフ一同より）

☆☆

★ ★ イルミネーション点灯時間のお知らせ ★ ★

◎開催期間：平成29年12月6日～平成30年1月31日まで

◎点灯時間：夕方 16時30分頃 ～ 20時00分頃

長寿の夜を彩る
ライトアップ開催

夜の長寿の郷幻想的な光で飾る

『長寿の郷イルミネーション2017』が
12/6（水）より特別養護老人ホーム長寿
の郷メイン玄関前で開催されました！

今年で3年目になるイルミネーションも
昨年より点灯の数をさらに増やし、ご利用
者様、地域の皆様に少しでも喜んでいただ
けるようスタッフが心を込めて飾り付けを
行いました！

ぜひ、一度幻想的な心温まる光を見に長
寿の郷へお越しください！



とあの長寿の郷イルミネーション2017

菖蒲町

10月・11月は、釜石の紅葉見物に行ったり、稲穂をまちかで見ようと施設の周りを散歩したり、県南ブロックの輪投げ大会があったりと、さまざまな行事がありました。

皆さん大変お元気で、それぞれに秋の行事を楽しませておりました。

楽しい思い出話と、たくさんの笑顔が見られました。



長寿の郷

長期入所

1階

山吹町

10月は菖蒲町と合同で釜石にドライブに行ってきました。

ドライブでは、紅葉を見たり、アイスを食べたりと、行った皆さんはいい気分転換になったようです。

11月は、おやつ作りを始め、野浦多志さんの100歳のお祝いを行いました。

ユニットだけではなく、施設全体でお祝いをする事が出来てとても良かったです。



柑子町

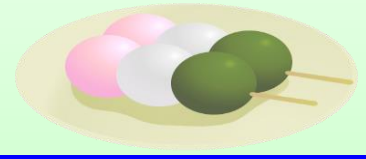
11月に、団子作りを行いました。

みなさんにも団子を丸めるのを手伝ってもらいました。

「たいへんだなあ。できるかなあ。」と言いながらも楽しそうに丸めてくれました。

自分たちで作った団子は格別だったようで、「とってもおいしいよ。」と笑顔を見せながらたくさん召し上がっていました。

みなさんでとても楽しい時間を過ごしました。



長寿の郷

長期入所

2階

紺町

普段のおやつ時のご様子とお食事時の風景です。

お隣の方や、お向かいに座っている方と和気あいあいおしゃべりをしながら、ゆっくりコーヒータイムを楽しませておりました。

お食事は、それぞれご自分の食べやすい形の物を、味わって食べておられます。

好物が出た時には、自然に笑みがこぼれます。



茅町 ショートステイ

10月・11月の様子を紹介します。

施設のまわりの紅葉もきれいですが、今回は釜石にも紅葉を見に行ってきました。また、ハロウィンということでおやつにかぼちゃプリンを作りました。

11月は鍋を作り皆で囲んで食べました。100歳を迎えられた利用者さんの記念式典が行われましたが、午後は誕生会を行い皆でお祝いをしました。



かぼちゃプリン作り



鍋パーティー



姉妹で写真を撮りました



ケーキのろうそくを吹き消しますよ～



プレゼント贈呈の後は
みんなで記念撮影

デイサービス長寿園

10月・11月の活動

紅葉ドライブ

慰 問

さんま



紅葉ドライブで仙人峠に行ってきました。かなり寒かったですが、紅葉は見頃でした。

宝柳会の方々の慰問を鑑賞しました。真剣に見入っています。



菊池信夫様より、民謡素晴らしい歌声を披露して頂きました。また1年後に来て下さるそうです。



豚汁を作り、さんま焼きを行い、季節の旬を味わいました。



11月9日

実りの秋

収穫祭



養護老人ホーム
長寿の森吉祥園 **活動紹介**



リンゴを剥いたり、野菜を切ったり、ご飯を盛り付けたり。みんなで協力して調理をしました！



↑
『本日の司会進行を務めます…』



↑ サンマ！
いい感じに焼き上がりましたよ～。



↑ 秋の味覚を堪能。
おいしく、いただきました^^

ライサービスセンター長寿の森踊鹿 **活動紹介**

11月18日

昼食作り



厨房特製屋台ら～めん。利用者さんに手伝っていただき開店しました。決め手は鶏ガラだしです！

11月下旬

作品作り



フェルトを縫ってオリジナルのティッシュケースを作りました。

地域密着型サービス拠点 長寿庵

美味しい干し柿をつくろう！



グループホームで十五夜のお月見を行う



長寿庵の秋を皆さんにお届け！

遠野、釜石の秋を探して「小さい秋みつけた」



も秋になり、山の景色も変わってきました。山の色も長寿庵でも利用者のまなごうに秋を探してきましな。秋をさらに景色が冬になります。景色が季節の移り変わりを大事にしたいです。

また、直ぐに会いましょう！



10月・11月の長寿庵の日常



○ボランティア

金田一ご夫婦
長寿の郷家族会

新毛郁子
遠野中学校

乙之丞一座
ポランティア

菊池明美
遠野地域傾聴

ポランティア
ひなたぼっこ

様様様

様様様

様

様様

○寄付

小水内タツ子
菊池政一

様様

とおの松寿会

検索



ホームページでは、とおの松寿会各施設内の行事活動の様子や、お知らせ、求人情報などをご覧いただけます。

栄養士より

「冬の脱水と病気」

◆冬の脱水

脱水というと、夏のものというイメージする方も多いかもしれませんが、冬でも注意が必要です。空気が乾燥している冬は湿度が低く、皮膚や粘膜を通じて体から失われる水分量が増えます。屋内では暖房器具（エアコンやこたつ、ストーブなど）を使用することで湿度がより低下し、脱水症状を起こしやすくなります。また寒い冬は汗をかかないからと水分補給を怠っていると、脱水を起こした結果、脳や心臓の血管が詰まるなどの深刻な病気を引き起こしてしまうのです。高齢者の体内水分量は少なく脱水症が起こりやすいため、さらに意識して水分を摂るようにしましょう。

◆乾燥していると、風邪になりやすい理由

低温で湿度が低い状態は、ウイルスの飛散量が増加します。また、人の体温が低下すると代謝が低下し、免疫細胞の働きも低下して抵抗力が下がってしまいます。とくにのどや気管支などの粘膜が乾いていると、ウイルスを防御する力が低下して体内に侵入しやすくなります。

◆脱水予防対策

エアコンなどで部屋の湿度が30%を切ると、体の中から水分が奪われてしまいます。厚生労働省から出されているインフルエンザ予防対策として、室内の湿度を50〜60%に保つよう記載されています。まず加湿器を使用すること。ない場合は濡れたタオルをかける、水を入れたバケツを置いておく、換気をする、観葉植物を置く、浴槽に湯をはりドアを開けっ放しにしておくなどといった方法が効果的です。

◆こまめに適度な水分補給を

冬は、のどが渇きにくく水分を摂るタイミングを逃しやすいため、起床後、食事の時、食事の間、入浴時、就寝前など決まった時間に水分を摂るようにしましょう。食事でも、スープやみそ汁などの温かい汁物も取り入れます。無理に水やお茶でなくとも、水分やミネラルが多い緑黄色野菜や果物、しょうが湯などの味のついた飲み物でもよいので、しっかり摂りましょう。

1日に1・2・3・4・5Lの摂取が目安です。



★ 目次 ★
長寿だより 91号

○表紙

思い出の1枚
郷 百歳のお祝いより

○特集コーナー

菊池トヨさん百歳のお祝い
長寿の郷イルミネーション

○遠野長寿の郷

菅蒲町・山吹町の様子
柑子町・紺町の様子

○茅町(ショートステイ)活動紹介

○老人デイサービス長寿園

平月・十一の活動

○長寿の森

長寿の森吉祥園 活動紹介
デイサービス踊鹿 活動紹介

○長寿庵

長寿庵の秋他

○その他

ポランティア
ホームページについて
栄養士より
目次