

うぐいすの声

通巻113号

2015

3



— 基本理念 —

私たちは、人道・公平・奉仕の赤十字精神に則り、
利用者の人権と福祉を守ることを第一に、
安心で安全な施設づくりを目指します。

Topics

花粉症対策のポイント
「お元気教室」3年目

鬼は外！福は内！2月3日(火)



未年だよ全員集合!



こっち・こっち



たくさんの福がありますように

2月3日、節分・豆まきを行いました。毎年、南畑小学校の生徒たちの元気な声が聞こえてくるはずが、今年は、感染症対策のため利用者・職員のみ、袴姿の凛々しい2名を含め、全員で9名の年男・年女が沢山

の鬼たちをめぐげ「鬼は外！福は内！」と元気な掛け声とともに豆をまくと「こっちにも」と鬼たちが手を伸ばし催促していました。鬼も寒さも病気も吹き飛ばし、たくさんの福が訪れてくれるといいですね。

餅つき・忘年会 12月26日(金)



どれ!どれ!



ちゃーぐ、ちゃーぐ。

いやあ〜、いい唄だ!!

「よいしょーよいしょー」と威勢のいい掛け声とともに餅つきが行われました。今年は賑やかで、いつもと違う空気が流れていました。昔を思い出して、「えんどり」をしてしまつほど。年齢89歳。「やつぱり若い者に任せられない。」とおおはりきり。そのかいあって、とても伸びの良いお餅が完成。あんこたっぷりのお餅はとても美味しかったです。また来年美味しく食べられることを願って。

そして餅つきの後は、2014年最後の行事、忘年会が開かれました。忘年会と言えば、おいしい料理に、余興・栄養士や調理師の腕の見せ所です。お刺身や赤飯、デザートと盛りだくさん。「わ〜今日はごちそうだね」「お刺身とっても美味しい」など声が聞かれました。余興ではポランテアで活動している栗石が生んだスーパースター「中川愛子社中」をゲストに迎え、若手の民謡を中心に歌ったり、踊ったり、楽しませていただきました。中でも、愛子おばちゃんのトークは絶品でとても勉強になりました。人を和ませ、楽しませてくれるそんな愛子おばちゃんは利用者にとってはアイドル。また来年も来てくれることを楽しみに。

皆さんも頑張りましょう!



全員合わせて300歳!!!



桃の節句。この春の祝いの日に本年度3人目の百歳が誕生しました。3人揃って元気に百歳のお祝いです。栗石町より素敵なメッセージカード・花束・お祝い金が贈られました。お祝いされる側の利用者がご家族へ「あなたのこと心配よ。」と話されていたそう。また、百歳を迎えての一言をうかがって、「家

族が元気ならそれだけでうれいす。」と話されていました。親はいくつになっても家族のことが気になるんだなあと考えさせられました。さて、お祝い金は何に使いますか?と聞くと「湯っこさ行くとき使っただよ」と嬉しそう。長生きの秘訣は「よく食べて、よく働くこと」なのだそうです。

新年会 1月5日(月)



戸南部倭積唄戸



外山節



津軽甚句

仕事初めと言われるこの日、新年会が開かれました。今回ポランテアで「若手民謡もりおか会」の皆さんが来てくれました。冬休み中とのこともあり、小学6年生と中学1年生の2人も参加。いつもは職員だけで余興をしますが、ちよつと変えてみました。職員と、若手民謡もりおか会とのコラボレーション。「津軽甚句」をもりおか会の生演奏・生唄で、職員が踊り

ました。これには利用者もびっくりしていました。そして生演奏の男性職員による「どんぱん節」。緊張してしまつたが、とても上手でした。もちろん、利用者の唄もあり、最後まで食事をとらず民謡に聞き入る利用者もいる程、とても楽しいひとときでした。機会があったらまた来てくれるといいですね。その時まで……

誕生者紹介コーナー

HAPPY BIRTHDAY

おめでとうございます。これからもお元気で(*^_^*)

1月
生まれ



伊藤 ナヨ様
[大正4年1月27日 100歳]



延足 タ工様
[昭和9年1月28日 81歳]



千葉 キヌ子様
[昭和6年1月19日 84歳]



夷森 ミツ様
[大正9年1月10日 95歳]



山津田 武夫様
[昭和19年1月5日 71歳]



舛沢 吉男様
[昭和4年1月5日 86歳]



中野 照子様
[昭和9年1月1日 81歳]



米澤 トミノ様
[昭和8年1月1日 82歳]



柳屋 武雄様
[昭和8年1月9日 82歳]



藤原 ツナ様
[大正5年1月18日 99歳]



伊藤 ヤ工様
[大正15年3月15日 89歳]



袖林 カヨ様
[昭和2年1月21日 88歳]



林崎 イシ様
[大正5年1月19日 99歳]

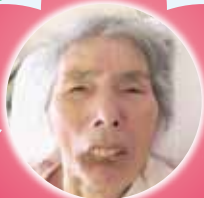
3月
生まれ



高橋 ス工様
[昭和9年2月22日 81歳]



高橋 キヨ様
[大正11年3月21日 93歳]



佐々木 春江様
[昭和7年3月7日 83歳]



宮下 友子様
[大正11年2月18日 93歳]



白坂 ハル様
[昭和2年2月18日 88歳]



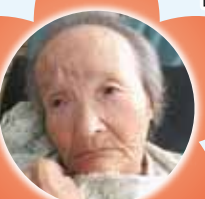
三本 芳郎様
[昭和23年3月7日 67歳]



山本 利実様
[昭和24年3月22日 66歳]



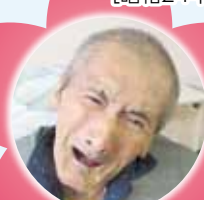
杉澤 公一様
[昭和12年3月3日 78歳]



村上 ツヤ様
[昭和3年2月10日 87歳]



村田 サメ様
[大正4年3月3日 100歳]



中河原 巖様
[昭和6年3月20日 84歳]



巖岩 孝吉様
[昭和2年3月10日 88歳]

栗石町複合型二次予防事業 「お元気教室」も3年目を迎えました。

対象者が要介護状態になることを予防し、一人ひとりの生きがいや自己実現のための取り組みを支援する。活動的で生きがいのある生活や人生を送ることができよう支援する。これらを目的として今年度は、対象者8名で11月～3月までの期間、13回開催予定です。参加された御所地区の皆さん全員、話し好きで身体と頭を使うのも大好きな方々です。毎週水曜日を基本に午前9時30分～11時30分までの2時間さまざまな内容や課題にチャレンジしていただ

お元気教室の様子



き、笑いの絶えない時間は、あっという間に過ぎてしまいます。「これこそが、元気の源と継続ナノダー」と職員の方が驚かされています。

頭と身体を動かして

カラオケの映像に合わせて行うストレッチ体操が今当園ではブームとなっています。たとえば歌に合わせて右手と左手の親指を中・外と交互に入れ替えて握ります。これがなかなか難しいのですが、指を動かすだけでなく、頭で考える事も加わるので脳のトレーニングにもなります。他にも全身を使った体操や、歌詞の一部が空白になっているものもあります。思わず「あれっ、なんだっけ？」と声をあげると周りからフォローが入ったりと、楽しく行っています。

腕を伸ばすと
気持ちが良いですね



懐かしい歌に合わせて
体操中

選んで、楽しんで、笑顔になって

単調な毎日に変化や驚き、喜びを少しでも感じて頂けるよう「お楽しみ給食」を開催しました。それは、見映え、香り、音、そしてパフォーマンスにより、楽しんでいただきました。第1回目「そば打ち見学」給食委託業者の日清医療食品の方にお越し、小麦2対そば粉8で粉から練ってもらい、おいしいおそばを作ってくださいました。トッピングは温泉卵・とろろ芋・山菜・葱・天かすの中から選んでもらいました。食堂の一角に喫茶コーナーも設け、甘酒・ノンアルコールビール・コーヒーマスター・ジュース・ソフトクリームも出ま



打ちたて
おいしそう



先輩のそば打ちを見て
覚えました



山菜そばで食べました

第2回目 「うどん&デザートバイキング」
第3回目 「和・洋中・デザートバイキング」の予定です。

花粉症対策 ポイントは早めの対策です

そろそろ花粉症が気になる季節となりました。スギ花粉の飛散量が特に東日本から東北地方にかけて多いと予想されます。花粉症の3大症状は、「くしゃみ」「鼻水」「鼻づまり」です。眼に現れる症状としてかゆみ、涙目、結膜の充血なども多くみられ、重症になると、食欲減退、頭重感、全身倦怠感などの全身症状も現れます。花粉症と診断されている場合、花粉が飛散し始める2週間前くらいから薬の服用を開始することが重要です。花粉防護にはマスクが最も効果



的です。水で湿らせたガーゼを中にはさむことによって90%以上の花粉をシャットアウトできます。その他、花粉が付着しやすい素材の衣服着用は避け、家に入る前には付着した花粉をはたき落としましょう。室内では、加湿器で湿気を含ませ落下した花粉を掃除機で吸い込むと、室内での花粉の飛散を防ぐことができます。

在宅介護支援 だより

御所地区において介護予防事業所一環として郷土料理の「つきやす餅」を講師の先生2名のご協力のもと作りました。さすが、人生の大先輩方、餅をこねる手付きや腰の入れ方が違います。「皆さん、手際がいいな」と感じしました。完成後は参加者全員であったかいお茶をすすりながら会食し、とてもおいしくいただきました。

暦の上では春ですが、岩手の冬はまだ寒く、なかなか外に出て体を動かすことが難しい環境です。「足がないから介護予防教室にも行きたくても行けない」とのお声も良く聞かれますが、暖かくなったら、積極的に外に出かけましょう！



和やかな雰囲気で作りました



つきやす餅のできあがり～

デイサービス だより

春が近づいてきましたが、まだまだ雪景色です。足元が悪い中、皆さん元気に利用されています!!
今年も趣味活動でカレンダー作りを行っています。悪戦苦闘しながらも楽しく制作しました。1月～4月まで出来上がり、残り8か月分。完成が楽しみです。

デイサービスでは、1日20名の利用者を受け入れる事が可能です。利用を希望する方は、当センターにご相談下さい。(体験利用も出来ます)

〈連絡先〉 栗石町デイサービスセンター

☎019-695-2473



完成を
お楽しみに～

日本赤十字社岩手県支部主催事業のご案内

広く県民の皆さまに、赤十字思想の普及と赤十字事業へのご理解とご協力をいただくため同フェスティバルを開催します。内容は災害救護資材の展示や、各事業展示、救急法などの講習、こども用救護服の試着会などに加え、JRC加盟校の不来方高等学校音楽部の合唱発表を行います。多くの皆さまのご来場をお待ちしております。

第15回赤十字ふれあい フェスティバル

期 日：平成27年5月23日(土)
午前9時～午後16時
会 場：イオンモール盛岡
セントラルコート

行事予定

4月

○誕生会 ○防災訓練

5月

○相撲星取り（夏場所） ○誕生会
○お花見ドライブ

6月

○誕生会 ○運動会 ○花植え交流会

ご協力ありがとうございました

- 高橋 敬子 様
- 岩手民謡もりおか会 様
- 吉田 健一 様
- 中川 アイ子社中 様
- 白石食品工業株式会社 様

温かい贈り物

インフルエンザ等の感染症対策のため、外部から当園への立ち入りを禁止しておりました。

そんな中、御所保育所のみなさんから「普段の生活を見て下さい」とDVDのプレゼントが届きました。工作を作ったり、ご飯を食べたりかわいい姿がたくさん映っていました。毎日のように見えています。ありがとうございました。



通信欄

初任者研修修了

11月開講した初任者研修が、1月14日をもちまして終了しました。

受講生11名全員が試験を無事にクリアし修了証を手にしました。



全員合格です

開講から3か月間お疲れ様でした。

受講者からは、「介護についてほとんど知識が無く介護の奥深さを感じた」「現場で学べるところを選んでよかった」「通学に時間がかかったが全然苦にならなかった楽しかった」と感想をいただきました。講師を務めた職員も安心でした。

介護への理解を深めていただき立派な介護の担い手となっていただきたいと思います。

介護の担い手を増やし福祉へ貢献することを目的として、当園職員が講師となり、研修を実施しております。次年度も初任者研修を行う予定です。お気軽にお問い合わせください。

編集後記

待ちに待った春。熊も冬眠から目をさまし行動開始。わたしは逆でこれから眠くなる季節を迎えます。皆さんはどうでしょうか。眠ってなんかいられませんね。あの日のこと覚えていますか？3月11日。忘れはしない東日本大震災。4年が経とうとしています。早いものです。今自分が何をすればよいのかを考える機会かも知れません。皆さん一日一日を大切に過ごせたら最高ですね。

特別養護老人ホーム日赤鶯鳴荘

うぐいすの声 第113号 2015.3

〒020-0573 雫石町南畑第32地割263番地
TEL 019-695-2131 FAX 019-695-2576
E-mail oumeisou@oumeisou.jrc.or.jp
ホームページURL <http://www.oumeisou.jrc.or.jp>

日赤鶯鳴荘

検索