

# うぐいすの声

通巻117号  
2016  
3



じーちゃん、  
ばーちゃん、  
ひゅくりポン

## — 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

百賀のお祝い  
栄養と休養

1月4日(月) 新年会

おらが栗石のスターだ!!



かんぱーい!!



新年、松でお祝い!



仕事はじめと一緒に新年会が行われました。美味しい料理に舌鼓をうち、そして「中川愛子社中」の余興に大満足。忘年会にも中川愛子社中が来てくれましたが、新年会はメンバーをかえて来てくれました。民謡の

楽しい一年の幕開けとなりました。また来てくれることをたのしみに!

12月28日(月) 餅つき、忘年会

くっついてしまった・・・てえへんだ!



しめくりは愛子おばちゃんによろしく。



よぐきてけだな・・・



もちつき・忘年会が行われました。利用者の「よっこいしょ!それ、もう一回」という元気な掛け声に合わせながら、もちつきが始まり、やわらかくて、おいしいお餅が出来あがりしました。忘年会では、中川愛子社中による民謡と舞踊が披露され、利用者は

一緒に口ずさんだり、手拍子をしたりと楽しんで聴いていました。おいしいお餅や料理を食べて、愛子おばちゃんにパワーをもらい、笑顔で今年を締めくくれたのではないのでしょうか?!

2月2日(火) 豆まき

こうちゃんじゃ! かんべんしておくれ...



さる年女子集結モンキー結成!



まめまきじゃ〜!!



ホールにて節分・豆まきが行われました。例年来て頂いている南畑小学校の生徒さん達は感染予防の為残念でしたが不参加となりました。今年の年男・年女は利用者7名職員4名、計11名でした。代表の利用者2名には袴を着てもらい職員の代表者と3名で豆を投げる大役を務めました。参加された利用者は1ヶ月前前からコツコツ作

た鬼の面をかぶり、代表者が投げる動作に合わせて「鬼は外・福は内」と皆さん大きな声を掛けてくれました。久しぶりの園内行事となり、皆さんとても楽しいひと時を過ごしました。良い笑顔がたくさん溢れていました。「年の数?」は食べられませんでしたが美味しくそこに食べていました。今年も鶯鳴荘にたくさんの方の福が訪れますように。

1月19日(火) 百賀のお祝い

どうもありがとう



なんだえん?これ?



家族といっしょにハイ!チーズ!

この日100歳を迎えた利用者がいま。園内で百賀の式典がひらかれました。お祝いには深谷政光栗石町長と役場職員の方々が素敵なお祝い状と記念品を持ち来園しました。お祝いをいただいたとき「どうもありがとう」と100歳とは思えないほど元気に挨拶をされた林崎イシさん。家族も参加されみんなで記念撮影をし、とても嬉しそうでした。

前日18日に100歳を迎えた藤原ツナさんは入院中で、園内でお祝いをすることはできませんでしたが、入院先に栗石町長が出向いてお祝いしてくれました。現在は退院し元気で過ごされています。園では100歳を迎えられた利用者は6名。元気に過ごしてもらえるよう手伝いしていきたいと思えます。

# 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(●^o^●)

1月  
生まれ



伊藤 ナヨさん  
[大正4年1月27日 101歳]



延足 夕正さん  
[昭和9年1月28日 82歳]



山津田武夫さん  
[昭和19年1月5日 72歳]



石塚ユツ子さん  
[昭和4年1月15日 87歳]



千葉キヌ子さん  
[昭和6年1月19日 85歳]



舩沢 吉男さん  
[昭和4年1月5日 87歳]



袖林 カヨさん  
[昭和2年1月21日 89歳]



中野 照子さん  
[昭和9年1月1日 82歳]



藤原 ツナさん  
[大正5年1月18日 100歳]



米澤トミノさん  
[昭和8年1月1日 83歳]

2月  
生まれ



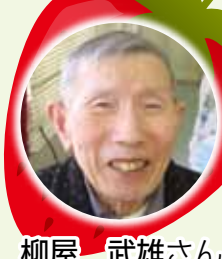
高橋 スエさん  
[昭和9年2月22日 82歳]



千葉 典子さん  
[昭和3年2月7日 88歳]



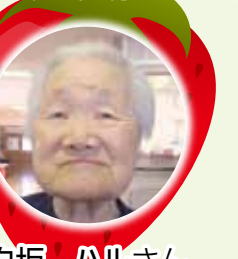
村上 ツヤさん  
[昭和3年2月10日 88歳]



柳屋 武雄さん  
[昭和8年1月9日 83歳]



林崎 イシさん  
[大正5年1月19日 100歳]



白坂 ハルさん  
[昭和2年2月6日 89歳]



西田 良子さん  
[昭和9年3月15日 82歳]



高橋 キヨさん  
[大正11年3月21日 94歳]



高橋 マエさん  
[大正11年3月14日 94歳]



坂井 輝子さん  
[昭和14年3月10日 77歳]

3月  
生まれ



三本 芳郎さん  
[昭和23年3月7日 68歳]



村田 サツさん  
[大正4年3月3日 101歳]



中河原 巖さん  
[昭和6年3月20日 85歳]



米澤マツさん  
[大正11年3月10日 94歳]



巖岩 孝吉さん  
[昭和2年3月10日 89歳]

## お知らせ

余寒の候、お変わりなくお過ごしでしょうか。県内をはじめ町内においてもノロウイルス感染症やインフルエンザが流行しております。当園では予防対策として、3月下旬まで家族の面会を中止しております。

なお、日用品やおやつ等の差し入れは可能でございますので、相談員まで申し出ください。

大変、ご迷惑をおかけしますが宜しくお願します。



## 十人十色の看取りケア

2月18日(水) 日赤岩手県支部の事業推進課主査 下本桂子氏を迎え、看取りに関する心のケアについて研修を行いました。今回で5回目になる看取りの研修でした。人生のエンディングを考える〜本人の立場に立った尊厳ある看取り〜元気なうちから前向きにエンディングを迎えたいかを考える。自己決定の大切さ、どこで死を迎えたいか、延命治療について、自分が死に直面した時の治療はどうしたいか。自分で判断でき

なくなったりとき自分に代わって意思決定してもらいたい人について、本人の意思、家族の意思、福祉サービスの利用、かかりつけ医の協力体制などの事前の確認と準備、介護者の為の準備など話し合っておく必要がある。可能な限り、本人、家族の希望に沿う努力をしなければならぬ。

私達はもつとも身近な代弁者であり、傾聴し共感を持ち接していきたいと思えます。

## 栄養と休養

外から帰ったら「手洗いとうがい」は予防の一つですが過労や睡眠不足、ストレスなどで体力や免疫力が落ちてしまつと風邪をひきやすくなります。さらに風邪を予防するには冬は体を冷やさない工夫も大切です。体温が下がると免疫力が弱まると言われています。そこで体を温める食べ物を紹介します。①冬が旬の野菜(生姜や南瓜)②地面の下に

**風邪の予防は「栄養と休養」です**

できる野菜(玉葱や山芋)③黒い色、赤い色、オレンジ色の野菜(ごぼう・人参・りんごなど)です。野菜に含まれるビタミンCやビタミンEは冷え性に効果があると言われています。

「あれ、体調がなんだかおかしいな」と感じたらすぐに体を休めるようにしましょう。風邪は万病の元、特にひきはじめの養生が大切です。お風呂でゆっくり温まり、ストレス解消をして風邪に負けない体を作りましょう。

## 守ってますか？

「咳エチケット」周囲の人の咳やくしゃみで嫌な思いをした事はありませんか？

マスクをしないで咳やくしゃみをする、そのしぶきは2〜3メートル飛ぶと言われています。

「咳エチケット」は周囲の人に対する思いやりのマナーです。

- ・咳やくしゃみが出る時は必ずマスクを付けましょう。
- ・咳やくしゃみをするときは周囲の人から1〜2メートル

**「咳エチケット」**

ル以上離れ、ティッシュペーパーなどで口と鼻を押えましょう。

- ・鼻水やたんなどを含んだティッシュペーパーはすぐにごみ箱に捨てましょう。
- ・咳やくしゃみを押えた手、鼻をかんだ手はすぐに洗いましょう。



# デイサービス だより

～こんなことやっています～

踊りや、カラオケを披露し、利用者の皆さん大変楽しまれました。2月の誕生会では、ふわふわのホットケーキを作り、お祝いをしました。今年も、さまざまなレク活動や、行事を予定していますので、体調に気を付けて元気にいらして下さいね。



「花笠音頭」めでためでた～の♪



愛のデュエット♥



厚さ5cmの  
ふわふわのホットケーキ!

今年はずいぶん暖冬ですが、朝は気温が低く寒い日が続いています。寒さを吹き飛ばすように、デイサービスの年明けは、新年会を行いました。職員による余興は、「花笠音頭」「津軽甚句」の

# 在宅介護支援 だより

～短期入所生活介護って…～

助を行い、また介護者(家族)が病气や冠婚葬祭・仕事などで一時的に介護が出来ない場合に施設で介護を提供するものです。

時にはショートステイも長期利用になってしまつ場合もあります。長期利用になってしまつということは在宅介護が難しい状況と重なる部分もあるのではないかと考えさせられます。しかしながらショートステイは在宅介護にとって重要なサービスです。適正に上手に利用し、可能な限り自宅で家族と一緒に過ごせることが利用者にとっては嬉しい事だと思えます。ショートステイの利用については様々な利用要件があります。利用の際は気軽に相談下さい。



今回は介護保険のサービスの一つである「短期入所生活介護(ショートステイ)」について紹介したいと思います。ショートステイの利用にあたって、何らかの理由で一時的に困難で、食事・排泄・入浴などの日常生活の援

# お邪魔してきました

平成30年の施設建て替えに向けてユニットでの食事について学びたいと思い、県内の施設へ見学に行ってきました。玄関を入ると床は暖かみのあるフローリングで壁や、扉も木を使用していました。キッチンとリビングがあり、新築の家の様な素敵で落ち着いた雰囲気でした。

「こんにちは」と挨拶をすると入居者もにこやかに挨拶を返して下さいました。

おかずや汁物は開放的なキッチンで作っている為、香りが楽しめる様に工夫されていました。ご飯はユニットで炊き、お粥やパン等も入居者の嗜好に合わせて提供しているとのことでした。刻み食の場合は入居者様の目の前でどの位の大きさに切れば良いか聞きながら食べやすい様にカットしていました。ムース食や流動食については対象者が居ないとのことでした。その他の嗜好品は個人で買った物を提供していました。食事だけではなく、入居者様の個々の生活に合わせたケアが出来る様に作られた施設がユニット型の施設の特徴です。

鶯鳴荘でも建て替えの際には現場の声を取り入れ、入居者が自分らしく過ごせるよう、食事の開始時間、落ち着いて食べられる空間、食べる速度、食べたいものを好きな時に個々に合わせて行きたいです。短い時間の見学でしたがとても参考になりました。

## 行事予定

4月

○誕生会 ○防災訓練

5月

○誕生会 ○大相撲星取り（夏場所）

6月

○誕生会 ○防災訓練（夜間想定） ○運動会

## 新人職員紹介

よろしくお願ひします。

### ●坂本 育子

12月から鶯鳴荘の一員となりました。笑顔で頑張りたいと思います。

### ●根崎 克也

1月からお世話になっております。少しでも役に立てるように頑張ります。

## おつかれさまでした

- 古川 久美子（嘱託介護員）
- 竹澤 裕美（嘱託介護員）
- 佐藤 美和子（主事兼介護福祉士）

## 誕生会

いつも誕生会では野菊の会、南畑小学校の生徒さん達に余興をしてもらっていましたが、今回はインフルエンザ等の感染予防のため職員が余興をしました。いろいろな衣裳を着て懐かしのヒットパレードを披露。なかでも男性職員の変装が見事？なもので利用者も喜んでいました。今回表紙にしたのがその写真です。紹介させてもらいました。いかがでしょうか……

通信欄

## ご協力ありがとうございました

- 中川愛子社中 様
- 白石食品工業株式会社 様
- 佐々木 リヨ 様

## ご案内

第16回赤十字ふれあいフェスティバルを開催いたします。

広く県民の皆さまに、赤十字思想の普及と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。内容は災害救護資料の展示や、各事業展示、救急法などの講習、子供用救護服の試着、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います。

\*日時：平成28年5月22日(日) 午前9時～16時

\*会場：イオンモール盛岡・イーハトーブ広場

## 編集後記

施設内に日本赤十字社のポスターが掲示してあります。

「3.11私たちは忘れない それぞれの空のしたところに刻まれた「あの日」 明日のために明日を生きるみんなのために」

東日本大震災から5年。電気が復旧し、テレビからながれる岩手県沿岸を襲う津波の映像に衝撃を受けたことを鮮明に覚えています。何度か訪れた沿岸の景色がすっかり変わってしまいました。あれから5年。いつもと変わらない生活を送れることの幸せを忘れず、みんなのために何が出来るのかを行動にしていきたいと思わずにはいられませんね。

## 特別養護老人ホーム日赤鶯鳴荘

うぐいすの声 第117号 2016.3

〒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