

# うぐいすの声

通巻119号

2016

9

俺も昔は走るの早かった！  
応援しています！



## — 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

ユニットへ向けて  
家庭での食中毒予防

7月7日(木) 七夕

あんや きれいだな...



かいてちょうだい



私の願いはね...

七夕。笹に願いごとを書いて飾るようになったのはいつからわかりますか？ちよっときになり調べてみました。簡単に紹介したいと思います。日本では江戸時代、寺子屋で学んでいた子供たちが「習字が上達しますように...」と短冊に書いたのが始まりだそうです。笹は神聖なものだそうです。

その笹に利用者や南畑小学校6年生7名で笹に飾りをつけたり、利用者から願い事を聞き短冊にかいたり大忙し。短冊には「笑顔ですぐせませすように」「孫に会いたい」など沢山の願いごとを書いてもらいました。大きな笹にいっぱいお願いしました。笹は神聖なもの。願いが叶うといいですね。最後には全員で記念撮影。利用者や小学生にとっても思いでに残る一日となりました。

6月8日(水) 運動会

ほれっ!!



うっつ



偽スパイダーマン誕生!

今年の運動会は皆さんばかりきり。団長の衣装は、アメリカンコミックから「スパイダーマン」と「バッドマン」です。その内の一人は、始まって早々に子供達を泣かせてしまい、どうなることやと少し心配になりましたが終わった頃には

すっかり仲良くなり一緒に記念撮りました。勝敗は、赤組210点、白組190点で赤組の勝ちで締めくくりました。勝ち負けが気にならないうち、子供たちの元気な声に沢山の笑顔が見ることができ、楽しい運動会になりました。

8月10日(水) 夏まつり

んうめえ



迫力満点の太鼓



踊りに行くわよ!



夕方になり空模様は怪しく...ところが空から雲はいつの間にかどこかへいってしまいました。皆の願いが届いたようです。地域の子供会の皆さん、盛岡赤十字病院のさんさ踊り同好会の皆さんの協力もあり、さんさ踊りを楽しくできました。体がうずき、楽しくなり踊りだしてしまつ利用者もいました。屋台ではアイスクリーム、フルーツ、焼き鳥

など沢山の食べ物や飲み物がありました。「美味しい」「また来年も楽しみたい」と話してくれました。フィナーレは花火。打ちあがった瞬間「おっお」と声が上がります。それに加えたアナウンスも皆さんの笑いをとり素晴らしいものでした。短い時間でしたが楽しんでもらえることができました。

7月14日~8月4日 バスハイク

きくう~



冷たい!!



全部たべろの?



鶯鳴荘の恒例行事バスハイク。この夏も7月14日から8月4日まで11回に分かれ41名が参加しました。今回のコースは「お買い物コース」と「アイスクリームコース」です。「お買い物コース」は盛岡市津志田のショッピングセンターさんさへ。少し遠出となりましたが、衣類や靴、お菓子、果物などを買いました。お昼ご飯も、もちろん外食。そして笑顔で帰りました。

「アイスクリームコース」の行先は担当職員の手ノイズ!道の駅、松ぼっくり、沢内、繋 など。ひとめぼれのアイスもありました。冷たくて美味しいアイスクリームはもちろんです。車内から眺める景色や会話も楽しんだようです。自宅や知った場所の近くを通ると嬉しそうに話してくれました。アイスクリームは高カロリーで食欲のない時にはおススメです。また認知症の進行予防にも効果的?と云つ説もあるらしいです。また次回のお出かけ楽しみます。

# 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^●)

7月  
生まれ



柿木フミエさん  
[大正9年7月18日 96歳]



岩持 正一さん  
[昭和24年7月1日 67歳]



高橋 耕一さん  
[昭和19年7月16日 72歳]



松木アサノさん  
[昭和4年7月11日 87歳]



千葉ハツヨさん  
[昭和9年7月10日 82歳]



大宮 ナカさん  
[昭和6年7月17日 85歳]



畠山 ナツさん  
[大正14年7月31日 91歳]



米澤ハギノさん  
[大正14年7月25日 91歳]



櫻田ハツエさん  
[大正5年7月25日 100歳]

8月  
生まれ



小川 ユリさん  
[大正4年8月1日 87歳]



小田ヒサ子さん  
[昭和10年8月20日 81歳]



上澤田キエさん  
[昭和8年8月10日 83歳]



杉田 ナツさん  
[大正4年8月1日 101歳]

9月  
生まれ



石亀 卓雄さん  
[昭和7年8月10日 74歳]



谷地 武さん  
[昭和2年8月1日 89歳]



藤村 早苗さん  
[昭和14年9月22日 77歳]



高橋 サメさん  
[大正6年9月30日 99歳]



松原 ユリさん  
[昭和7年9月25日 84歳]



大橋 静男さん  
[昭和4年9月14日 87歳]



藤村 早苗さん  
[昭和14年9月22日 77歳]



内村 等さん  
[昭和7年9月16日 84歳]

医 務

～家庭での食中毒予防～

食中毒というと、飲食店でのご飯が原因と思われがちですが、毎日食べられている家庭での食事でも発生しています。普段、当たり前に行っていることが、思わぬ食中毒を引き起こすことがあるのです。家庭での発生では症状が軽かったり、発症するひとが1人や2人の事が多いことから風邪や寝冷えなどと思われがちで、食中毒とは気づかれず、重症化することもあります。

食中毒予防のポイント

1. 食品を購入する時は、消費期限などの表示をチェック。できれば保冷剤を使用する。
  2. 帰ったらすぐ冷蔵庫へ入れる。庫内に詰めすぎないように。肉汁は汁がもれないように包んで保存。
  3. 手洗いし、食品・使用器具もその都度清潔にする。
  4. 作ったものは長時間放置しない。少しでも怪しいとおもったら捨てる。
- 食中毒の3原則は食中毒菌を「付けない、増やさない、やっつける」だね。

介 護

～ユニットへ向けて～

6月～7月にかけて開催されたユニットリーダー研修に2名の職員が参加してきました。昨年、一昨年と4名の職員が研修を受け今年度で6名となります。驚鳴荘でも平成30年4月ユニットオープンにむけ準備が進んでいるところです。ユニットケアとは「入居前の居宅における生活と入居後の生活が連続したものになる」ということです。全室個室であり、個人のプライバシーが確保される為自分らしい暮らしが尊重されます。また、1ユニット10名の少人数

ケアとなり、職員も固定配置になります。その為、入居者の方は顔なじみで安心感があり、私達介護者も入居者一人ひとりの情報をたくさん得て、細かなサポートをすることが可能となります。ユニットオープンにむけ今回の研修に参加してきたことを今後活かしていきたいと思っております。



栄 養

旬の素材を食べましょう!

食欲の秋がやってきました。この季節は秋刀魚や芋、キノコなど美味しい旬の食材がたくさん出回る時期でもあります。「旬」とは食材にとって「最も生育条件がそろった環境で育てられ、もっとも成熟している時期。」のことです。旬の食材にはたくさんメリットがあります。



- ①味が濃くて美味しい
  - ②栄養価が最も高く、そうでない時期のものよりも栄養価が高い
  - ③価格が安く毎日の食事にも手軽に取り入れやすい。
- 旬の物を取り入れれば健康に過ごしましょう。

相談部門からのお知らせ

平成28年度家族総会で今年度の家族会費は千円と承認されました。未納の方は早めに入金をお願いします。(面会時でも結構です。)

また、「施設における延命処置に関する事前確認書」の提出がまだな方は提出をお願いします。

ご不明な点は  
佐々木、藤本まで



# デイサービス だより

少しずつ秋の気配を感じる頃になりました。デイサービスセンターの、行事やレク活動を紹介します。

7月は、牛乳パックや、花紙を使用し七夕飾り作りを行いました。8月は誕生会を開

催し、手作りバースデーカードをプレゼントしました。とても好評です！

また、ルーレット輪投げなど、皆さんが楽しめるゲームも行いました。9月は敬老会も予定していますので、元気にいらして下さいね。



願い事が叶いますように



おめいりんがきんぎょがきんぎょ...



# 在宅介護支援 だより

在宅介護支援センターです。今年の夏はとにかく日差しが強く、気温も高い日が続いております。そんな日々が続いておりますが、冷えて調子が悪くなりやすい冬より暑い夏の方が私にとっては体の調子は割と良いのです。しかし、高齢者

の方にとっては、夏は熱中症のリスクが高まり気が抜けない季節です。熱中症予防には水分補給、十分な栄養を摂る、睡眠、エアコン等による温度調整が効果的です。この事は皆さんも十分に知っていると思いますが、それでも高齢者の熱中症は後を絶えません。熱中症をきっかけに要介護状態になった話も毎年のように聞きます。高齢者の方はいくら気温が高くても寒いと感じてしまう方がおります。是非、周囲の方は注意してあげてください。冷房を入れて寒いと感じるようであれば薄手の羽織るものを着させて下さい。皆様が笑顔で健康に秋を迎られますように！

熱中症予防には...

水分補給

栄養摂取

睡眠

温度調節



# 未来のスペシャリスト

園では、介護の担い手育成の一環として、実習生の受け入れを行っています。今月、盛岡社会福祉専門学校一年生の実習がありました。緊張感を持ちながらも、笑顔で利用者と接する姿は介護を志す基本の一步に思えます。そんな彼女たちに介護の魅力を尋ねてみました。

「ありがとこの言葉に、自分を必要としている人がいると思える職業だと思えます。辛い職業だと思われがちですが、その分やりがいがあります。職員同士の仲が良く笑顔で仕事をしている姿が魅力的です」

これからも沢山学んで経験して、頼もしい介護福祉士を目指して下さい。

お疲れ様でした。



〈予告〉11月に初任者研修を開講予定です。興味のある方はお問い合わせください。

## 行事予定

10月

○誕生会 ○鶯鳴荘まつり

11月

○誕生会 ○大相撲（九州場所）  
○ミニバス旅行

12月

○誕生会 ○クリスマス会  
○餅つき、忘年会

## ご協力ありがとうございました

- 南畑小学校 様
- 雫石町赤十字奉仕団野菊の会 様
- 榊沢地区の皆様 ●榊沢地区子供会 様
- 新田キヌ子 様 ●坂本とし子 様
- 鶯宿さんさ太鼓同好会 様
- 盛岡赤十字さんさ踊り同好会 様
- 瀬川知世 様 ●坂本佑架 様
- 佐々木莉緒 様 ●千葉涼奈 様
- 日清食品 様 ●雫石漁業協同組合 様

## お知らせ

10月8日(土) 当園にて鶯鳴荘まつりを開催いたします。皆さんのお越しをお待ちしております。

## おつかれさまでした

●千葉 明佳（嘱託介護職員）

通信欄

## 【百賀】 8月2日(火)

櫻田ハツエさんの百賀のお祝いが鶯鳴荘でおこなわれました。ご家族が見守る中、深谷町長より花束とお祝をいただき、とてもうれしそうでした。100歳のハツエさんですが、とてもお元気で食事ほとんど残さず召し上がります。

歌や踊りも好きなハツエさんは、敬老会や誕生会に参加され踊り出すこともあります。長寿の秘訣は3度の食事と楽しみがある事でしょうか。



## 【榊沢地区草刈り】 8月7日(日)

榊沢地区の方々がボランティアで園内の草刈りをして下さいました。朝6時から7時まで1時間ほど。とても手際がよく園内草はすくなくなりました。地域の協力のもと鶯鳴荘の庭がきれいになれる事を感じさせられました。本当にありがとうございました。



## 編集後記

今年の夏は大変暑い夏となりましたね。皆さまはお元気にお過ごしでしょうか。今年は例年より暑い夏になると言われておりました中、利用者の皆さんはバスハイク、夏祭りと元気に行事を楽しみました。

4月から鶯鳴荘にお世話になり気が付けばもう半年。私も一緒に行事に参加させていただき、利用者の普段は見られないような笑顔を見ることができとても嬉しく思います。

季節が変わりこれから寒い日々が続きますが、そんな寒さに負けずに元気に過ごす利用者の様子を次号もお伝えできればと思います。

## 特別養護老人ホーム日赤鶯鳴荘

うぐいすの声 第119号 2016.9

〒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