

# うぐいすの声

通巻120号

2016

12



## — 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

冷え対策で風邪予防  
带状疱疹って？

### 学習発表会

山祇神楽「鳥舞」



かわいいな。



上手だったよ。

10月22日大村小学校、10月29日南畑小学校の学習発表会にそれぞれ3名の利用者が参加して来ました。  
今回は創立140周年記念と学校統合により最後の学習発表会ということで、どの発表も素晴らしく生徒の皆さんの練習の成果が感じられました。

笑顔で手拍子をしたり、時々嬉しそうに涙をうかべたり、懐かしい人と再会し話はずませたりと、どの利用者も満足した様子でも素晴らしい時間を過ごすことができました。これからも地域とのつながりを大事にしていきます。

### 9月16日(金) 敬老会

歌や踊りは私たちに任せて下さい!!



ありがとうございます。オショス!



係長にツイてもらったビールは最高です



話しこするべえ

鶯鳴荘の食堂にて敬老会が行われました。今年は櫻田ハツ工さんが百歳となり、式典では内閣総理大臣、岩手県知事より祝状と祝品をいただきました。その他、祝辞や祝電もいただき、利用者の皆さんも沢山の来賓の方を迎え、少し緊張した様子でした。祝宴の部では乾杯の音頭の

後、踊りや歌を見ながら、お食事を楽しみました。今年のアトラクションは「坂本と子御一行」による歌や踊りが披露され、利用者も口ずさんだり、手を動かしたりと、とても楽しんでいました。皆様のおかげで今年も無事、敬老会を終えることが出来ました。

### 10月8日(土) 鶯鳴荘祭り

上手だったよ!



なんだ!どっからきたの



お食事中にすみません...

10月8日鶯鳴荘まつりを開催しました。「Enock」地域と共にをテーマに利用者の方々も展示やバザーの作品作りに、職員も準備に数か月前から取り組んでまいりました。  
当日はあいにくの雨でしたが、ご家族や地域の方々の来場で大盛況でした。日本赤十字社公式マス

コットのハートラちゃんも遊びに来てくれました。  
今年のアトラクションは「盛岡音楽事務所御二行」によるショータイム!!素敵な歌声と楽しいトークに利用者も自然と笑みがこぼれます。雨のなか始まった鶯鳴荘まつりもたくさんのご協力により大盛況で幕を閉じることができました。

### 御所保育園訪問・運動会

僕たちがカッコいいでしょう!



ホラホラ、うしろ!



バーちゃんだっこして

今年も招待を受け、6名の利用者が参加しました。園児との合同競技「輝け!スター☆」は、星のリングをリレーし、ゴールのツリーに飾り付けていきます。もみじのような小さな手から渡されるリングを嬉しそうに受け取る利用者。ひ孫たちのほほえましい姿に元気をもらった一日でした。

かわいい園児たちが会いに来てくれました。歌や踊りをたくさん披露してくれました。なかでもさんさ踊りは大好評で踊り出す利用者もいるほど。最後には素敵なプレゼント。利用者ひとりひとりに「ギュウツ」。とても嬉しいプレゼントでした。

御所保育園運動会 9月17日(土)

御所保育園慰問 10月19日(水)

# 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^●)

10月  
生まれ



岩崎 ヒデさん  
[昭和6年10月4日 85歳]

桜小路竹子さん  
[大正11年10月25日 94歳]



延足 仁太郎さん  
[昭和7年10月20日 84歳]



神原 正三郎さん  
[昭和4年10月1日 87歳]

11月  
生まれ



新里 幸子さん  
[昭和11年11月25日 80歳]



七木田 ユミさん  
[大正3年11月20日 102歳]



横欠 ハヤ子さん  
[昭和14年11月22日 77歳]



米澤 信男さん  
[昭和9年11月13日 82歳]

12月  
生まれ



鎌田 タカさん  
[大正10年12月27日 95歳]



築場 シモヨさん  
[昭和10年12月1日 81歳]



松原 キミエさん  
[大正14年12月29日 91歳]

## 相談部門からのお知らせ



確定申告の時期となりました。  
ご家族様で書類が必要な方は相談係までご連絡ください。

書類の必要な方はお早めに…



## 介護

### ～こんなに工夫されています～

オムツ需要ですが、子供用と大人用で逆転し大人の需要の方が多くなってきたという事です。  
いつかはお世話になるというオムツですが色々進化しています。  
オムツを使用する方はもちろん、オムツを交換する際にもやり易いように工夫されています。オムツの柄はただの模様ではなく、背中に当てる場所、パットを置く場所、マジックテープを止める所などの細かい理由があります。一日にどれだけの尿量や、一番

多い時間帯、夜間はトイレに行っているかなどを考え使用するパットが決まっています。夜間に寝ることを優先させたほうが良いように思いますが、特に認知症の夜間睡眠時間は大切です。排便については、年齢が増すと筋力が衰えて自力で出すことが困難になってきます。なるべく自分の持っている腸の力を継続させるためにも最初から下剤に頼らず一度相談してみましよう。下剤に頼ってしまうと腸が動かなくなってしまうので注意が必要です。

## 医務 ～帯状疱疹とは～

子どもの頃にかかる、水ぼうそうと同じウイルスによって起こります。水ぼうそうが治った後も体内の神経節に潜伏し続け、免疫力が低下した時に突然ウイルスが復活し帯状疱疹になります。原因としては、過労(疲れ)、ストレス、病气や手術、高齢などがあげられます。  
発疹の出る数日前から、体の一部にピリピリ・チクチクした痛みを感じます。その後その部分に最初の発疹ができますが、この段階では帯状疱疹と気づくのは難しく、数日たつと発疹は次第にはっきりし、痛みも激痛へと変化して

いきます。その後発疹は水ぶくれとなり、帯状の湿疹となります。  
帯状疱疹は体の右か左か片方だけに出るといふ特徴があります。背中から胸にかけて、腰からお腹にかけてなど帯状にできます。  
抗ウイルス薬の内服や点滴が有効と言われ、最も薬の効果があるのは発症後72時間(3日)以内と言われています。  
顔面に出た時は、顔面神経麻痺などの合併症、帯状疱疹が重症化するとその後神経痛として残ることもあり、早期治療が重要です。

## 栄養

### 冷え対策で風邪予防

免疫力には腸内環境が大きく関係しています。免疫力は腸の活動を活性化させることで上がりますので、逆に腸の働きが低下してしまうと免疫力が下がってしまいます。身体が冷えることにより腸の働きが低下してしまいうと、風邪の原因であるウイルスに対する抵抗力が低下してしまい風邪を引きやすくなってしまうので、体を冷やさない工夫が必要です。そこで今回は身体を温める野菜、冷やす野菜について紹介したいと思います。

#### 体を温める野菜

- ・冬が旬の野菜  
(例：しょうが、かぼちゃ)
- ・地面の下にできる野菜  
(例：にんじん、ねぎ)
- ・黒、赤、オレンジ色の野菜

#### 体を冷やす野菜

- ・夏が旬の野菜  
(例：なす、きゅうり)
  - ・地面の上でできる野菜  
(例：レタス、ほうれん草)
  - ・白、青、緑色の葉野菜
- 中にはトマトのように色は赤でも暖かい地で作られるため体を冷やしてしまうものもありますのであくまで目安ではありますが食材選びの参考にしてみてはいかがでしょうか。

# デイサービス だより

デイサービスセンターでは9月に、敬老会やバスハイクの行事を行いました。敬老会では、職員之余興「よしゃれ」や「大黒舞」などの、唄や踊りを見て楽しみました。

バスハイクでは、秋の味覚を求めて都南サンプレッシュユヤ、紫波町赤沢の道の駅に行ってきました。ぶどうや、梨、桃が最盛期でたくさん買いました。ぶどうを頂きました。ぶどうのアイスクリームも「美味しい！」と話していました。

今年も残り一カ月をきりました。寒い日が続いています。インフルエンザなどの感染症には十分注意していきましょう。

良いぶどうが  
たくさんあったよ



ちえっちゃん  
軽快に舞います



楽しかったよ～



# 在宅介護支援 だより

今回は「虐待について」話したいと思います。健康な人、認知症、障害を持つ人、誰でも平等に安心して暮らしていく権利があり、誰に対しても差別なく尊厳をもって接してかなければなりません。

しかし、障害者、高齢者、幼児も含めて、メディアでも報道される「虐待」は絶えません。「虐待」は人権侵害であり、あってはならない行為です。「虐待」には身体的虐待、精神的虐待、経済的虐待、育児・介護放棄などがあげられます。たとえしつけの一環だとしても一線を越えてはいけません。もし虐待と疑われる状況にあった時や、情報が耳に入ってきた場合は「通報義務」が生じます。たとえ事実と違った場合でも通報者は罰せられることはありませんし、匿名での通報が可能です。

通報先は行政や警察で、相談しやすいのは行政かと思えます。児童は児童相談所も可能です。



もしかしたら  
虐待かも…

# 大村小学校友愛訪問

11月8日大村小学校の生徒7名による友愛訪問がありました。児童会長さんから「今年で最後の友愛訪問です。キレイな歌声を聴いてもらうためたくさん練習してきました」と挨拶がありました。今年で16回目の友愛訪問ですが児童数の減少により、来年4月からは近隣小学校と統合になります。大村小学校として最後の訪問です。

そっくりだなあ!



好きな食べ物は  
なんですか?



踊りながら  
歌ってくれました



ひよっこりひよたん島とスマイルアゲインの歌は立派で素敵な歌声でした。その後、利用者に似顔絵のプレゼント。体を寄せ耳元で話かけながら似顔絵を描く様子に皆さん目を細め、ひ孫ほどの生徒達と楽しい時間を過ごしました。最後は玄関までお見送り、「また来てね」と大きく手を振っていました。

## 行事予定

1月

- 新年会 ○誕生会
- 大相撲星取（初場所）

2月

- 節分 ○誕生会

3月

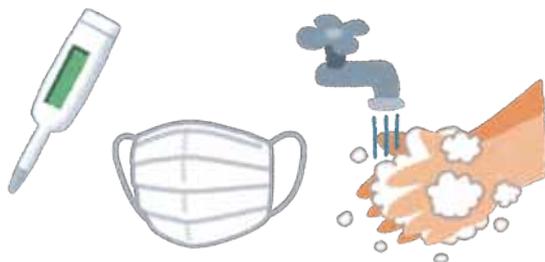
- 大相撲星取（春場所） 誕生会
- 初彼岸供養 ○防災訓練

## お知らせ

これからの時期に流行る感染症、皆さまに面会について何点かお願いがあります。

- 1、体温測定、手洗い、マスクの着用、ウィルセイバー（除菌スプレー）を噴霧。熱が 37℃以上または風邪症状のある方は面会を控えさせていただきます。
- 2、差し入れについて買ったもの以外はご遠慮させていただきます。

（生もの、手作りの食べ物 例：餅、漬物等）  
面会場所は、多目的室、食堂、閲覧所の 3 カ所に限らせていただきます。状態によっては面会制限をおこなう事もあります。何卒ご了承ください。



通信欄

## 大切にに使わせて頂きます

11月15日（火）御明神小学校の環境委員会の児童7名と先生2名が来園し車椅子の贈呈式がありました。利用者を代表し大橋静男さんがいただきました。車椅子はアルミ缶を回収し購入したそうです。今年度の車椅子は肘掛が上がり楽に乗り降りができる使用者に負担がかからない車椅子で高価なものです。その後、車椅子の掃除をしていただきました。当園で頂いた車椅子の数は今年度で23台になります。



ありがとうございました。

## ご協力ありがとうございました

- 南畑小学校 様 ●御明神小学校 様
- 大村小学校 様 ●御所保育園 様
- 雫石町赤十字奉仕団野菊の会 様
- 細川美香 様 ●坂本佑架 様
- 藤本絃希 様 ●櫻田菜々花 様
- 盛岡音楽事務所 様
- JT日本たばこ 様



## 編集後記

早いもので今年も残すところあとわずかとなりました。皆様にとってどんな年でしたか？最近毎日のように高齢者の運転する事故がテレビ、新聞等で報道されていますが、自分自身 60 代になって車を運転するのが怖いとおもったことが何度かあります。年々運転機能が鈍くなってきていることもあり、発進しようとブレーキを踏んだこともあります。冬になり道路の状態も悪くなってきますので、十分気をつけて運転したいものです。

## 特別養護老人ホーム日赤鶯鳴荘

うぐいすの声 第120号 2016.12

〒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](mailto: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