

高寿園だより



謹賀新年



(高寿園新年会)

(高寿園デイサービスセンター
新年会)



新年明けましておめでとうございます。地域の皆様と共に歩んできた高寿会は早、開設30年をむかえようとしています。今年4月からは念願の「ひだまりの丘サービス付き高齢者向け住宅ほっこり家」を開設いたします。そこに住まわれる方に「住んで良かった」と言って頂ける住宅になるような環境をお届けできるように努めて参ります。今後もこれまで以上に、少子高齢化における社会福祉法人の役割を再認識し、さらに地域に根ざして貢献できる高寿会として、役職員一同、より一層研鑽を積んでまいりますので、本年も宜しく願い申し上げます。



2018年10月～12月号

第157号

〒029-2205

岩手県陸前高田市高田町字東和野67番地

社会福祉法人

高寿会

TEL 0192-55-3700

FAX 0192-55-3701

本館

高寿園とぶき祭

ヒロポーズの皆さん演奏ありがとうございました！
 今年のアトラクションの先陣をきっていただきました\(^o^)/



多数のご来場ありがとうございました！
 またのお越しをお待ちしております。

ウツシヨイ! ヲツシヨイ!



なんと今年は中囃虎舞の披露も行われました!



高寿園誕生会



職員お手製のケーキ?でお祝いさせていただきました!

クリスマス忘年会



歌って!



踊って!



プレゼントも!

別館

「芋煮会」

美味しいサンマと
豚汁頂きました(*^_^*)

「おやつ作り」



ホットケーキ
昔はよく
作ったんだ～



おかわり
あるべが((^▽^))?



「佐々木ヤスエさん100歳おめでとうございます！」



「クリスマス会」



皆さんにプレゼント
持ってきましたよ～
＼(o)／

「新年会」



甘酒おいしいよ(^M)



新年明けまして
おめでとうございます

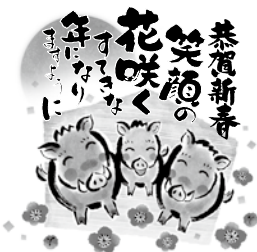


サンタさんありがとう♡



高寿園ショートステイ

あけまして
おめでとらございます。



皆様がお変わりなく、ご自宅で暮らして
行けるようにお手伝いさせていただきます。

本年もよろしく願いいたします。



はなさか爺さん
冬バージョン



利用者作品

インフルエンザ・ノロウイルス等感染症の 流行期のご利用についてお願い。

インフルエンザやノロウイルスは感染力が非常に強く、集団生活の場
に侵入することにより、大規模な集団感染を起こす事があります。特に
高齢者の多く入所している施設においてはウイルスの侵入の阻止の為の
対策が必要です。

当ショートステイにおいても保健所等からインフルエンザ等の集団感染
を予防する指導を受けております。

ご利用者・ご家族様にもご協力を賜りたくお願い申し上げます。

照会先 高寿園指定短期入所生活介護事業所 ← 高寿園ショートの正式名称です

TEL (代)0192-55-3700 FAX 0192-55-3701

EX-ル:koujukai@cocoa.ocn.ne.jp 担当 佐々木・熊谷・阿部

はまなす

～食からの発信～



年末年始は恒例のクリスマス・忘年会から、もちつき、新年会と連日行事が続きます。和やかな、集いの席に欠かせないのが、ごちそうです。調理と打ち合わせをして、心を込めて作らせていただきました。食べてくださる方の状況に合わせて、さらに、食べやすい形態、分量、自助具、補助食品などの対応を工夫しています。今回は、ボリューム重視で、彩りなども工夫してみました。

特に、大エビフライは、カットして食べやすくするべきか、悩みましたが5Lの姿のまま、盛り付けしてみました。がぶり！と食べごたえありで、大満足の一品になったようです。オリジナル料理のエビケチャップライスも、「また、お願いします！」と大変好評をいただきました。ほとんどの皆様が、全量プラス、クリスマスケーキ、ジュースも、ペロリとお召し上がりいただきました。次のイベントも、楽しみにしてください！

2018年クリスマス忘年会の献立です

＜献立：エビケチャップライス、大エビフライ、蟹甲羅グラタン、ポテトサラダ、コーンスープ、杏仁豆腐、苺、キウイフルーツ、香の物、クリスマスショートケーキ、ジュース、菓子、みかん他＞



普通食



ソフト形成食

みずき



医務室だより

☆ ノロウイルス感染症について ☆

厳しい寒さが続いております。体調は崩されていませんか？
今回のお話はノロウイルスについてです。みなさんもご存じの通り、感染には十分気をつけなければなりません。

ノロウイルス感染症の特徴

- ・潜伏期間 12～48時間
- ・おもな症状 吐気・嘔吐・下痢・腹痛・微熱
- ・特徴 嘔吐が突然強烈に起こる



これらの症状が1～2日間続いたあと、自然に消失します。しかし、ここからが重要です。**症状が治まったあとも1週間から10日、長い場合は1か月間も便からウイルスの排出が続きます。また、ウイルス感染していても症状が出ない人もいます。**

そのため手洗いや消毒などの予防対策が重要なのです。

感染経路にはカキの生食のほかにも、嘔吐物の処理が不十分で、乾燥したあと空中に舞い上がってウイルスを吸い込んでしまい、感染することもあります。カーペットや畳に嘔吐してしまった場合、

- ①水や洗剤などを用いて、キッチンペーパーや新聞紙で可能な限り拭き取る。
- ②スチームアイロンで熱消毒する。
- ③取り外せる場合は熱湯で洗浄し天日干しする。

という対策を取り、感染を防ぎましょう。

※ノロウイルスに有効な次亜塩素酸ナトリウム（ハイター、ミルトンなど）は漂白効果があるため色柄物の消毒をする際には気をつけてください。



高寿園デイサービスセンター

10月 午後の活動での様子



利用者の方が、踊りを披露してくれました。
かっこいいー!!



さあ、今日はどんな体操をするのかな?
むずかしいのほだめだよ。

11月 バイオリンの慰問 (濱嶋様)



バイオリンとコントラバスという楽器
が出てきました。



利用者さんの近くですばらしい
演奏を披露してくれました。

12月 クリスマス忘年会と縄ない



利用者の踊りと特別ゲストが登場し
踊りを披露して頂きました。



お正月に向けて縄ないをしています。
縄ないの上手な方々ばかりです。



新年明けましておめでとうございます。寒い季節ですので体調を崩さぬように
気を付けてお過ごし下さい。
今年も高寿園デイサービスを宜しくお願い致します。

東部デイサービスセンター

謹んで新年のお慶びを申し上げます。

今年は平成最後の年でもあります。東部デイサービスの皆さんも大正・昭和・平成と生きて来られた方々がまた一つ元号が加わります。ですが、元号が変わっても私たちは、これからも変わらず元気いっぱい過ごしていきたいと思います。この一年が皆様にとって幸多き年となりますようにお祈り申し上げます。



避難訓練



これ被ぶってなにがあつと
こまっからやらないど・ω・

小友小交流会

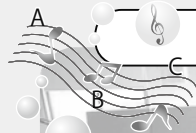


なんとらめんこい孫だじだべね♥
ありがたいごど(♡)

マッサージ美と健康の会



なんとら気持ちいいごど(*^^*)
おめさんもやってもらわい♥



英語で遊ぼう



「ふるさと」歌詞を英語で歌うの?
「バッキン ザ マウンテン〜♪」



クリスマス・忘年会 ①



小友老人クラブ踊りの会 素敵な
踊りをありがとうございます

クリスマス・忘年会 ②



おらも~もらっていんだべが(♡)

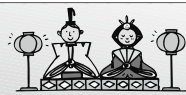
★これからの行事予定

みずき団子作り

節分豆まき

雛祭り

等



高田デイサービスセンター

広田にお祭り見学に行ってきました。



年末は、歌やゲームで盛り上がりました



お正月のお飾りも作りました



それぞれの
得意な分野で
お正月の準備を
しました。

「発熱」について

感染症が流行する季節になりました。変化を判断する一つの材料が体温ですが、それについて考えてみます。

感染症法では 37.5 度以上を発熱、38.0 度以上を高熱と定めていますが、大切なのは普段と比べて高いかどうかです。なるべく同じ条件で比較するようにします。高齢者は熱の発散がうまくできないこともあるので、服を着せすぎていないか、布団をかけすぎていないか、部屋の温度はどうか、などの環境要因も気をつけましょう。

熱の治療は、きちんと原因を判明させて原因にあった治療を行うことが大切です。安易に解熱剤を使用するのは原因をわかりにくくしてしまうのでおすすめできません。できる限り受診を優先させましょう。

最も気をつけるのは脱水です。一度にたくさん飲ませるのではなくこまめにちょこちょこ飲ませるのポイントです。高齢者は筋肉量も少なく、一般的に平熱は低めで熱が出にくくなります。熱だけを目安にせず、全身の状態を観察して変化があれば病院を受診しましょう。

「運営推進会議」について

10月30日 運営推進会議を開催いたしました。上半期の事業報告を行わせていただきました。ご参加いただいた皆様、ありがとうございました。

在宅の笑顔をとどけます!

明けましておめでとうございます。

年末から年始にかけて降った雪で一面の雪景色となり、とても穏やかで静かなお正月を迎えられたことと思います。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

玄関にお正月の花を飾りました。欠かせない花のひとつに、赤いつやつやした実がおめでたい気分ぴったりのお千両があります。お花を生けただけで気持ちが華やぎます。毎日休みのない介護の中にも時節の行事やイベントを取り入れると気分転換になります。昔の様にお正月に凧揚げする音も羽根つきする音も聞こえなくなりましたが…(昭和生まれの筆者はしっかり凧揚げも羽根つきもした世代です…)

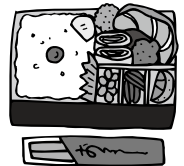
お正月のごちそうを食べて今年も一年元気に過ごしましょう!!

●高寿園指定訪問介護事業所
●高寿園指定訪問入浴介護事業所
☎ 54-4777 Fax 54-2955



○市より委託をうけ利用者様の安否確認も兼ねお弁当を配達しています。

- ① 管理栄養士による栄養バランスを考慮したお弁当です
- ② ご利用希望の方 …地域包括支援センターまで
1食…400円・月曜日から金曜日『夕食』をお届けします。



●高寿園配食サービス
☎ 54-4777 Fax 54-2955

○市より委託され病院への送迎を行っております。

- ご利用希望の方
・介護保険を利用中の方……担当ケアマネージャーまで

●高寿園移送サービス
☎ 54-4777 Fax 54-2955



※このほか高寿園単独での配食サービスも実施しておりますのでケアマネージャーにご相談ください。



徒然の記、思ひ出すまゝに

綴張 高橋正昭
その②



氷上山の山開き



当時の課長は、上部憲一郎さん(元、竹駒村収入役)でした。観光担当の私は、氷上山でも山開きをやりましよう課長に提案、二人で五葉山の山開きに登山しました。

山開きについて、まず高田の山岳会に相談し、協力をお願いすることに致しました。山岳会の会長は、黄川田敏夫さんと会員には市職員の東賢祐さん、現在高寿会の理事をされておられる金野彰さんも会員でした。

登山道の整備が必要と山岳会員で山に行くことにしました。当日は天候が悪く中止となり、黄川田薬局の果樹園に行きましたが、ここで農薬を使用してから販売するというお話でした。

山岳会には登山道の整備等お世話になりました。岩手県南バスと相談し、バスで玉山に行き、ここから西の御殿を通り、キトウが原に行く。帰りは、バスを普門寺の方にまわしておき、ここから高田に帰るコースも設定し参加者を募集しました。キトウが原では、山開きの神事を行う事に決定しました。心配した参加者も多くほっとしました。

スズランの群生地には「スズランコース」、松の道を「松の廊下」と仲間うちで命名した場所もあり、若いカップルのくつろぐ姿もありました。山頂にトイレがないという女性群の声があり、それでは作ろうと、大工さんに頼みました。組立式にして、牛の背で運びましたが、残った物は職員二人一組でかついで運びましたが、あの時は「ヒドカッタ」と、今でも言われます。

最初の山開きの時は、私も3日間続けて氷上山に登り、若い日の思い出です。

なごみの家小規模多機能型居宅介護事業所

ミニ文化祭

12月8日、去年に引き続き「なごみの家 ミニ文化祭」を開催し、ご利用者様家族・職員の作品の展示のほか、1年間、ご利用者様が趣味活動で作られた壁飾りを展示しました。地域住民の方の歌、高田保育園児の皆さんの歌と踊りが披露されるなど交流を図れました。なごみの家からは、高田保育園様にご利用者様が縫われた雑巾を贈呈しました。また、ご利用者様による踊りを披露されました。



行事

初めて行ったリンゴ狩りには、ご利用者様皆さん大変喜ばれ、たくさんのりんごを取れました。そのほか、運動会・種山紅葉見学・広田根岬地区のお祭り見学・芋煮会など……の行事が行われました。



運営推進会議録

今回は新規利用者と入所希望利用者について、12月8日に行なったミニ文化祭と10月22日に行なった防災訓練と事業所の課題について会議を行いました。

ミニ文化祭では昨年よりも見学に来た人数が少なかったが、午前中高田保育所の子供達が来所され、ハイタッチされたりと利用者共々とても喜ばれておりました。

利用者については、以前から利用されていた方々や新規利用者は介護度が上がってきており、職員数は変わらず1人1人のケアの低下に注意が必要であると助言を受けました。

今回の会議で職員のケアについて再度考える事が出来ました。

居宅介護支援事業所・在宅介護支援センター

『介護も家事も完璧な人』を目指さない！

新年を迎え、どのような目標を掲げましたか？日々、介護を頑張っている方々にお願いしたいのは！「介護も家事も完璧な人」を目指さないで下さい！ということです。

- ・周囲の目を気にしすぎない⇒介護も家事も完璧にこなそうと頑張りすぎない。
- ・介護の大変さを自覚する⇒介護を『できて当たり前の仕事』などと過小評価しない。
- ・家族に手伝いを頼む⇒家族に遠慮なく手伝いを頼み、介護の大変さを感じてもらう。
- ・理不尽な批判は受け流す⇒考え方は人それぞれ！人の意見をいちいち気にしすぎない。
- ・グチをこぼしてスッキリする⇒自分の思いを聞いてもらうことは有効なストレス解消法。
- ・頼るのも能力のうち！と考える⇒より良い介護をするために、人に頼るのも能力の1つ。

介護や家事にはゴールがありません。いかにストレスをためずに笑顔で暮らせるかなのです。限界まで我慢する必要はありません！上手に介護サービスや家事サービスなどを利用して心と身体の調和を保ちましょう。介護をする側される側双方のつらさを和らげるのに役立つのは「ありがとう」のひとこと♪身内にありがちなのが「言わなくても分かるだろう」という思い込みです。夫婦や親子であっても「思うだけで伝わる」などということはありません。日ごろからこまめに感謝やいたわりの気持ちを伝えましょう「いつもありがとう」「疲れているんじゃない？」といった、ちょっとした一言で構いません。相手を思いやる気持ちを忘れずに本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

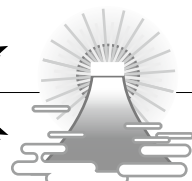
介護についてのご相談は

高寿園指定居宅介護支援事業所 55-3776

東部指定居宅介護支援事業所 56-2151



サポートセンター 高寿園



市中央部には商業施設も増え、仮設住宅を出て災害公営住宅に入居した人、又再建し家を建てた人も多くおられる中、未だに仮設住宅での生活を余儀なくされている方々もおられます。理由は個々に異なるようですが長期化する仮設住宅での皆様の暮らしは大変な事と思います。人数が少なくなり、あせりやどうしようもない気持ちを抱かれておられる方々も少なからずおられます。

なにはともあれ丈夫な身体あってのこれからです。感染症や雪道での怪我等には十分注意して日々過ごされる事を祈り震災前の穏やかな生活に戻れる事を願うばかりです。

少しでも皆さんの気持ちに寄り添う事が出来ればと、仮設住宅、災害公営住宅を訪問させて頂きますのでよろしくお願ひ致します。



★電話でのご相談にも応じますので、ご連絡下さい★

(電話) **0192-54-5290** (FAX) **0192-54-2955**

【相談員】 熊谷 勢津子

佐々木 詠子



承れあい・感謝 (皆様にささえられ.....)



平成 30 年 10 月・11 月・12 月分

御 寄 附

熊谷好弘様・花巻東和児童民生委員様・黄川田翠様・熊谷かほ子様・佐々木房雄様・(株)東京サラヤ様・伊藤紀真子様・熊谷幸子様・佐藤寛様・小友小学校様・陸前高田商工会女性部様
村上三夫様・公下正一様・金野美恵子様・伊藤勝二様

ボランティア・御協力

濱島様・木全様・高寿園家族会様・美と健康の会様
・高田高校 J R C 様・お洒落倶楽部様・小友小学校
3.4 年生様・古森剛様・高田東中学校生徒様・小友
老人クラブ踊りの会様



(高寿園家族会様)

ことぶき祭御協力

気仙町仲町虎舞様・ヒロポーズ様・たかたのゆめちゃん様・竹駒保育園様・高田保育所様・高田高校 J R C 様・高田女性会様・町内会の皆様・SUMITA チェンソーアート袖遊会様・金野彰様
そのほか、バザーなどたくさんの方々の御協力を頂いております。

実習・体験学習・視察

高田小学校 3 年生 高寿園見学学習



「オンブズマン会議」

事故報告については、33 件でした。特に薬品等の取扱については、充分気をつけて対応する様、注意していきます。

「心肺蘇生法講習会」 (職員感想より)

心肺蘇生法の講習会に参加し、心肺蘇生の手順や A E D の使い方を確認できました。自分が心肺蘇生を行う立場になった時、この講習で学んだ事をいかして、落ち着いて行動できるようにしたいです。

つたどり誕生



野呂智人介護員 野呂亜紀介護員
第 2 子 解襦 (なつき) Ch
♡父母より... 生まれてきてくれて
ありがとう。やんちゃなお兄ちゃんに
負けなしくらい元気に逞しく育ってね!!



「後援会視察研修報告」

平成 30 年 11 月 21 日に一関市花泉町にありますサービス付き高齢者向け住宅プロンズスクエア花泉を視察させていただきました。
今回は 4 月に開所する「ほっこり家」に向けて、運営・提供するサービス等について学ばせて頂きました。親切丁寧にご指導いただいた職員の皆様に感謝いたします。

「ほっこり家」入居者募集中!

高寿会では 4 月に開所するサービス付き高齢者向け住宅「ほっこり家」の入居者を募集しております。
※お問い合わせは 高寿園 佐々木・坂下まで

「全体研修会」

最近、口内細菌が血管を通して体全体を巡り、各臓器に侵入・繁殖し、様々な病気の原因になっている事がわかってきました。そこで今回は「口内細菌が及ぼす全身への影響」と題して高寿会理事でもある広田歯科医院の大和田先生にご講演頂きました。内容は高齢者の口腔清掃の手順や口腔内の細菌が動脈硬化・糖尿病・心筋梗塞などの病気の原因になっているということで、自分自身は勿論のこと、高齢者や乳幼児の口腔ケアを忘れないようにとご指導いただきました。先生には診療後のお疲れのところご指導いただき本当にありがとうございました。

「職員募集」

★高寿会で一緒に働いてみませんか。
☆介護員・介護補助員・ボランティアスタッフ募集中です。
※時間など御相談に応じます。(おさま時間や W7ワークなど)
詳しくは、高寿会法人本部 TEL55-3700 まで御連絡下さい。

「職員動向」

(退職) 高橋みつ子介護員・菅野花子介護員
(就職) 坂下昌勝事務員・村上文子介護補助員
須知ちか子介護補助員・藤田美保子調理補助員
河野三弥子調理補助員



昭和 63 年 5 月、法人の設立認可。平成元年 2 月高寿園デイサービスセンター、4 月には特別養護老人ホーム高寿園が開設されました。平成と共に歩んできた 30 年です。地域の方々に感謝をこめて、今年からは新規事業も始まります。これからも高寿園だよりを通して高寿会の事業を皆様に発信して参りますので、宜しくお願い致します。

