

高寿園だより

皆さんの御協力

有難うございます



6月に入って、陸前高田ライオンズクラブ様、更生保護女性会様、小泉・八坂・長砂クラブ様・二又ことぶき会の皆様が、高寿園の園庭の草刈の奉仕作業をして下さいました。何十年にわたって御協力頂いている団体様や、今回初めての団体様もあります。地域の皆様に支えられての高寿会です。なごみの家や東部デイサービスセンター、高田デイサービスセンターへもあたたかい御支援を頂いております。感謝、感謝の日々で、令和元年度もスタートしています。

2019年4月～6月号
第159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



お花見会



職員の踊りを披露しました。



手踊りなら任せなさい！



お団子食べ過ぎて
もう食べられない...



後日、庭の桜が満開になったので改めてお庭でお花見をしました。

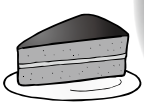


ケーキバイキング



食べる前に運動しましょうね。

身体を動かしたあとはお茶が一番だね。



お待ちかねのケーキはとっても美味しかったよ♡



介護さ～ん！
もっとケーキないのか～？



別館

お花見



踊るから歌ってけらい～。
めでたいな～めでたいな～

皆で集まりお花見会!お食事とてもおいしいね～!



バイオリンの音色にうっとり♡



風船バレーも楽しみました



皆で集まって集合写真。はいポーズ!



外での景色を眺めながらのお茶もたまにはいいね♡



七夕飾りみんなで作って飾りました

高寿園ショートステイ

《ショート利用中の風景です》



「音楽療法では懐かし歌を歌ったり体を動かしています」



「お花見会では、踊りやお茶で楽しい時間をすごしました」



完成した作品。季節に合った作品やカレンダーの作り、体操など行っています。

7月カレンダー



あじさい

かぶとの折り紙飾り



《ショート職員の見介》



【戸羽タカ子介護員】
職員の中で、一番利用者の方々と年が近いので話が合うと思います。よろしくお願いします。



【小松洋光介護員】
10年ぶりに高田に帰って来ました。震災当時の高寿園の職員の頑張りには聞いていました。これから高寿園職員として頑張らせて頂きたいと思ひます。よろしくお願いします。

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-ll:koujukai@cocoa.ocn.ne.jp

担当 佐々木・阿部・人首

はまなす

～食からの発信～



今年度も、高寿園では4月の花見弁当、5月の端午の節句、母の日の提供から行事食が始まりました。皆様、花見はされましたか？今年の桜の花も梅の花もとても色鮮やかで綺麗でしたね。今回は、花見の由来についてお話したいと思います。

日本の花見は、奈良時代の貴族の行事が起源だと言われています。奈良時代には中国から伝来したばかりの梅が鑑賞されていましたが、平安時代に桜に代わってきました。江戸時代になると庶民の娯楽として定着しました。桜の季節が近づくとなぜか心が弾む。日本人にとって、花見は切っても切れない春の楽しみになっていますね。また、「万葉集」には桜を詠んだ歌が43首、梅を詠んだ歌が110首程度みられます。

「令和」～人々が美しく心寄せ合う中で文化は花咲く～ という新しい元号にも美しい梅の花の情景が目の中に浮かび上がってきますね！

これからも、季節ごとの行事を大切に日々の給食を作っていきたいと思っています。



4/12の花見弁当と5/12の母の日の献立です！

みずき



医務室だより

☆お酒について☆

梅雨の空模様が続いていますが、体調に変わりはありませんか？暑くなるにつれ、お酒を飲む機会が多くなっています、今回はお酒の話です。

お酒には様々な種類がありますが、いずれもアルコールを含む飲料です。アルコールは、麻酔作用によって脳をマヒさせ、酔いの状態をつくり出します。酔いの程度で毒にも薬にもなります。丁度良い飲酒を心がけましょう。

お酒の適量は？

健康日本21によると、節度ある適度な飲酒量は純アルコールで1日あたり20gとされています。

純アルコール20gに相当する酒量

ビール…中瓶1本(500ml) 日本酒…1合(180ml) ウイスキー…ダブル1杯(60ml) 焼酎(25度)…グラス1/2杯(100ml) ワイン…グラス2杯弱(200ml) チューハイ(7%)…缶1本(350ml)

☆心も身体もリフレッシュできる節度ある飲酒を！

そのために、

- ①飲酒についての知識を持ちましょう。
- ②休肝日をつくりましょう。
- ③夜遅くまでの飲酒は控えましょう
- ④自分のペースでゆっくり飲みましょう。
- ⑤強い度数のお酒は薄めて飲みましょう。



高寿園デイサービスセンター

暑かったり肌寒かったり、雨の日が続いたり天気ですが、皆さん体調に気を付けて風邪など引かないように元気に高寿園デイサービスに通ってきてくださいね。

慰問見学

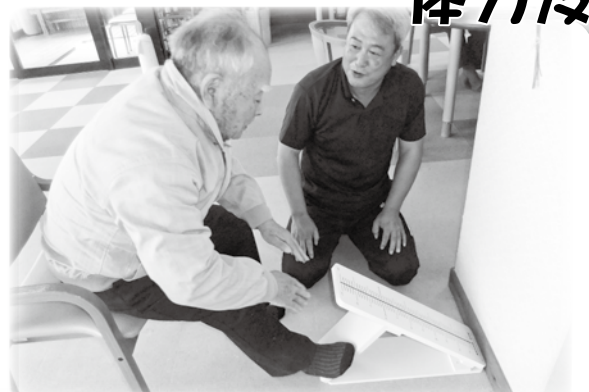


三味線演奏会
(小島誠伺ご夫妻様と中居テル子様)
慰問ありがとうございました。



ウクレレ演奏会 (前川邦哉様)
皆さん楽しく聴き入っています。

体力及び身体測定



毎年行っている体力測定、新しく追加になった項目の前屈に挑戦してみました。



「う〜ん、体重変わってないかな？」

趣味活動



おやつ作り『どら焼き』に挑戦。



手芸 (今回は色紙で壁絵の作成) に挑戦

高寿園デイサービスでは筋力低下予防、及び健康増進の為の筋トレ体操を行っています。皆さん、熱心に参加されており、これからも続けて行きたいと思っています。

◆これからの行事予定

七夕会、/七夕ぼんぼり作り / 映画会 / 敬老会 他 以上です。お楽しみに！

東部デイサービスセンター

暑さも日々増していき本格的な夏の季節もすぐそこまで来ているようです。これから外は猛暑、中は冷房と温度差があり、油断するとすぐに体調を崩しがちになります。食欲も減退する暑さがつづきますが、スタミナ補給もどうかお忘れなく（職員はバッチリ！）

慰問 愛知県より田嶋様他1名様



近くですばらしい生演奏
美しい音色と歌が響き渡ります



チャレンジデー玉入れに挑戦中！



ほれっ 入れっ！！



慰問 アジアトリニティ様



美人姉妹とお母さん
アンコールはむちゃぶりの北島三郎！
こまらせてごめんなさいm(_ _)m



慰問 蓄音機コンサート



蓄音機から懐かしの花売り娘の歌が…
花売りお兄さん（息子？）の登場です！
お花いかがっ〜♡



趣味活動



運動・訓練の一コマをパシャ！
写した方も利用者さん、お見事！



よもぎを入れたホットケーキ
よぐませねーど、うんまぐねえがらね



★これからの行事予定

慰問 / 誕生会 / 夏祭り / おたのしみ会 等



高田デイサービスセンター



きれいなしだれ粧ができました。



カブトをかぶって勇ましく!?



カラオケやお菓子作りに励んでいます。たのしいよ。



水・食・便・運動

これらは認知症の症状の身体的な不調な要因として密接に関係しています。

【水】

水分摂取が大事とよく聞くとお思います。脱水による血液内の水分量の低下に伴い、脳の血液循環が低下することが脳の細胞の機能に影響を及ぼします。

□身体的活動力の低下

元気がなくなる

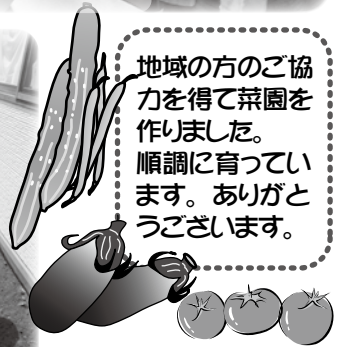
□意識レベルの低下

ぼんやりする、不穏になる、言葉があいまいになる
うつらうつらする

水を飲みたがらない方への水分補給は難しいです。好みや状況に合わせて飲みものの種類をかえたり、ゼリーなど食べる水分に変えるなど工夫をしてみましょう。



地域の方のご協力を得て菜園を作りました。順調に育っています。ありがとうございます。



「運営推進会議について」

6/18 運営推進会議を開催いたしました。H30年度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。

在宅の笑顔もとどけます!

いよいよ夏到来!! 暑く感じる日が続くようになってきました。暑い毎日が続くこの時期、皆さんの生活においても注意が必要とされるのは…熱中症対策ではないでしょうか?

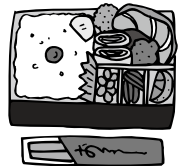
まず、身体に必要なのは水分と塩分です。一日に必要な水分量は1,200~1,500ml。一度に多量の水分を取らなくてもいいので、こまめに水分補給を心がけてください。

そして、汗ばむ身体の清潔保持・・・やはりお風呂は最高ですね!ここで改めて訪問入浴の紹介をさせていただきます。看護師・介護職の3名1チームで専用の浴槽を装備した移動入浴車が自宅訪問します。約2畳のスペースがあればベッドや布団の側で入浴が可能です。その日の体調に合わせて、安全で快適な入浴介助をします。利用者・介護者共に満足のいく入浴を提供しています。

●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

※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。

○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



徒然の記 思ひだすまゝに

楓張 高橋正昭

その③



夏の思い出

県下一の海水浴場、高田松原



盛岡から臨時列車「しおかぜ号」が運行される。松原入口ふみきりに、枕木で仮設のホームが作られる。運行初日は陸前高田駅で、振袖姿の女性二人による車掌、運転手さんに花束が贈られます。まだ自家用車の少ない時代であり、満員の列車が夕方盛岡に帰ります。

夏の行事として「松原まつり」が日曜に開催されます。当日は揃いのゆかたの婦人会の皆さんが第一線堤、堤防の上で踊ります。こうして高田松原海水浴場のにぎわいが始まります。海水浴場の設備として、シャワールームやトイレがありますが、充分の設備でなく、利用者の皆さんに不便をおかけしたと思います。海難防止のため監視所を設け、海上には舟を配置しました。この監視員として、米崎町の菅野さんという方を頼みましたが、私が去った後もその役をして下さり、二十年以上も担当され大臣表彰をうけられております。

松林内にキャンプ場が開設され「国鉄キャンプ村」として若い人のいこいの場所としてにぎわい、大学生のアルバイトを管理人に頼み、火の用心を大事にしながら燃料として、セッカを提供したものでした。

松原入口付近には高田松原売店が開設されます。また古川沼でのボートも呼物の一つで若いカップルの楽しみの一つでした。

チリ地震津波後の復旧工事で、第一線堤について、第二線堤の工事中で工事関係者の方々に色々御世話になりました。高田大網の作業所もあり、大網の皆さんにも大変御世話になりました。

当時、道路は砂利道で土ほこりがたって苦情をいわれましたが、どうにもなりません。そうした不備の多い松原でしたが、九月になり人一人いない松原海岸に立つと、ただ波の音と松風がするのみです。

(昭和三十八年から四十二年まで五年の松原担当でした。)



なごみの家小規模多機能型居宅介護事業所

母の🌞



父の🌞



祝 令和元年

日常風景



令和を迎える前に、平成最後の干支作り



毎日、優しく、笑顔で指してくれてありがとうございます。
沢山の事を教えて頂き、毎日勉強です。
これからも、元気に長生きしてください。



天気が良く、保育所の子供達
お散歩にきてくれました。
小さな天使たち
癒された素敵な1日でした。



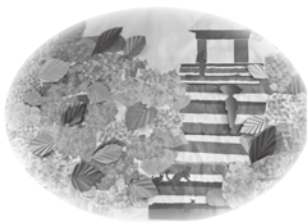
花植えのお手伝い
何の花が咲くのが楽しみです



なごみの家小規模多機能型居宅介護事業所では、ティサービスを中心として、随時の訪問介護サービスやショートステイを組み合わせ在宅生活の継続を支援していきます。住み慣れた自宅や家庭的な環境の施設、地域社会との交流の下で日常生活を送る事ができるよう、24時間365日支援していきます。季節毎の行事や様々な活動を可能な限り共同で行い支援していきます。



運営推進会議録



6月19日、推進会議を行いました。出席頂きました役員の方々お忙しい中ありがとうございました。利用者の送迎範囲が市内で拡大しており、他部署からも応援をもらい対応している状況です。安全第一に考え運転していきたいと思ひます。
又、災害時など家族と事業所だけでは対応不十分な場合も多々あると思ひれます。運営推進会議を基本にして、地域との繋がりを今後益々深めていきたいと思ひます。



☆居宅介護支援事業所

福祉用具のレンタル・購入について

今回は福祉用具についてのお話をさせていただきます。

今はホームセンターでもポータブルトイレや入浴用のチェア等、いろいろ販売されていますね。でもちょっと待った!! 介護保険制度を利用して、福祉用具をレンタルや購入すると自己負担額は1割となります。例えば2万円の入浴用のチェアを購入した場合、後から1万8千円が戻ってくるので、自己負担額は2千円となります。

また、デイサービスとかはまだ考えていないけど、ベッドや手すりがあれば自分で動けるという場合は福祉用具だけレンタルしている方もいらっしゃいます。福祉用具専門相談員さんがいろいろ相談にのってくれ、その方に合ったサイズや機能をプロの目で選んでくれます。今は超低床ベッドといい、床上61～11cmまで高さが調節できるベッドもあります。これならばベッドから落ちる心配もありません。購入すれば十数万する介護用ベッドも、月千円前後でレンタルする事ができます。状態が変わったら変更したり、使わなくなったら返せるところもメリットですね。要支援1・2、要介護1の方はレンタルできるものが限られています。介護保険とは別に低料金でレンタルする事もできます。

直接肌に触れ、使いまわしがふさわしくない物(ポータブルトイレ等)はレンタルの対象ではなく、購入の対象になります。ご自身で買われる前にご相談ください。

福祉用具の相談だけではなく、栄養食品の取り扱いや、紙オムツを自宅まで配達してくれる事業所さんもあり、自宅で介護されているご家族にとって福祉用具の事業所さんはとても味方になります。廊下やトイレに手すりをつけたり、段差を解消する住宅改修も介護保険で行うことができますので、お気軽にご相談ください。

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

ひだまりの丘サービス付き高齢者向け住宅ほっこり家

～なごやかに、おだやかに～

4月にオープンして3ヶ月がたちました。入居されている皆さんは、緑あふれる自然環境にかこまれた「ほっこり家」の中で、おだやかに過ごして頂いております。普段は茶の間でお話し語りやお庭の散歩など自分らしくくつろいで頂いております。また、この3ヶ月のあいだには、お花見会や大学生との交流会、高田民謡愛好会の皆さんによる民謡大会などにもご参加いただき、楽しいひとときをお過ごしいただきました。



お庭でひなたぼっこ



高田民謡愛好会の皆さんと一緒に歌いました



★ほっこり家では、現在も入居者を募集しております。見学や相談などお気軽においで下さい。

お問い合わせは「ほっこり家」☎ 55 - 1800 まで



ふれあい・感謝 (皆様にささえられ.....)



平成 31 年 4 月・令和元年 5 月・6 月分

御 寄 附

船山良忠様・花を贈る会遠藤栄子様・岩手銀行高田支店様・中田商事ナインマート様・(株)サンメディカル様・未来かなえ機構様・長谷川建設様・けせん保険サービス様・佐々木悦郎様・(株)高田シャープ電化センター様・中野文枝様・熊谷幸子様・石川みとせ様・三浦龍彦様・熊谷かほ子様・熊谷好弘様・熊谷清九郎様・黄川田翠様・励まし花キューピット事務局様・二又ことぶき会(老止会)様・金野彰様

ボランティア・御協力

小島牧水様御夫妻様・中居テル子様・濱島秀行様他4名様(岐阜)・前川邦哉様(北海道)・あすなるホーム様・和野氷上クラブ様・佐藤寛様・菊池栄一様・陸前高田ライオンズクラブ様・熊谷清九郎様・更生保護女性会様・古森様他3名様(東京)・沢田様・田島様(愛知)・総合型陸前高田様・アジアントリニティ様(東京)・蓄音機同好会様(大船渡)・二又ことぶき会(老止会)様・小泉八坂長砂クラブ様・和野氷上クラブ様・菅野ミヤ子様

実習・体験学習・視察

・盛岡大学学生1名様



高寿会 役員の就任

- 6月12日 評議員選任改任委員会に於いて、新評議員1名が選任されました。
新評議員 菅野徳一様
- 6月24日 評議員会に於いて、新理事・新監事各1名が選任され、就任されました。
新理事 菅野道弘様
新監事 横山昭彦様
その他の理事、監事は再任となりました。
- ※退任された 監事 菅原弘志様、
評議員 齊藤篤志様には、長年高寿会にご尽力いただき有難うございました。
- 6月25日の理事会に於いて、
高橋正昭理事長 が再任致しました。

「職員動向」

- (退職) 高木睦子介護員・千葉格郎介護員・柴田理江介護員
三浦颯介介護員
- (就職) 畠山竜海介護員・松本唯介介護員・菅野公枝事務員
高橋ふみ恵介護員・佐々木初音介護員
大泉善裕運転手兼介護員補助兼営繕員
小松洋光介護員・新沼利雄運転手件介護補助員
伊勢勤子生活支援員・柴田洋子生活支援員
伊勢のれ栄養士事務補助員・金野英明宿直員
金典彦宿直員・秋吉幸治宿直員・鈴木充宿直員
- (ほっこり家が4月オープンし新職員が増えております。)

高寿園 日時 令和元年8月3日(土)
夕涼み会 17:00~18:30分
の御案内 場所 高寿園 中庭 (雨天時 食堂)

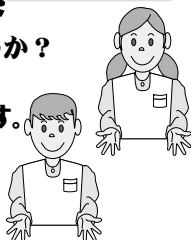
職員募集

★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。
 (すきま時間や W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。



編集後記

紫陽花の色が美しい季節となりました。
 雨の晴れ間をみてジャガイモの収穫をしたり、日々成長するキュウリなどの野菜を見るのが楽しみのなっています。諸先輩の方々のお話は、畑作業ひとつとってみても、とても奥深いものです。高田の夏、七夕の夏、先輩方から受け継いでいく宝はたくさんあります。