

高寿会だより

皆さんでお花見
あたたかい笑顔の花が咲
き誇ります(^^)



感謝とつながりを、これからも大切に

桜が美しい春を経て、今年も夏がやって参りました。高寿会が37年目に入り、4か月が経とうとしています。社会に目を向けると、物価上昇や世界各地での争いなど先の見えない状況が続いています。変化の激しい時代の中で、私たちは今こそ日常のあたりまえの暮らしや人と人とのつながりに感謝し、大切にしていきたいと感じています。新しい技術や工夫も少しずつ取り入れながら、地域の皆様と共にあたたかな日々を築いていけるよう、笑顔溢れる暮らしの場づくりに努めてまいります。いつも私たちを見守り、支えてくださっている皆様に、心より感謝申し上げます。今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。

暑い日々が続いております。皆様におかれましても、水分、塩分補給や冷房の適切な使用など、ご自愛頂きますと幸いです。

2025年4月～7月号
第183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

社会福祉法人高寿会ホームページ rikutaka-koujyukai.com/
(高寿会だよりのバックナンバーや、求人情報も掲載しておりますご検索下さい)

高寿園本館

暖かくなって、園庭を散歩！！
皆さん、笑顔で楽しそうです♪



6月12日 みんなで楽しくおやつ作りをして、美味しく頂きました。

高寿園別館

ドライブ さくらやつつじ見学し、
みなさん笑顔で楽しかったです。



白魚汁作り みんなで作った白魚汁とてもおいしくできました。

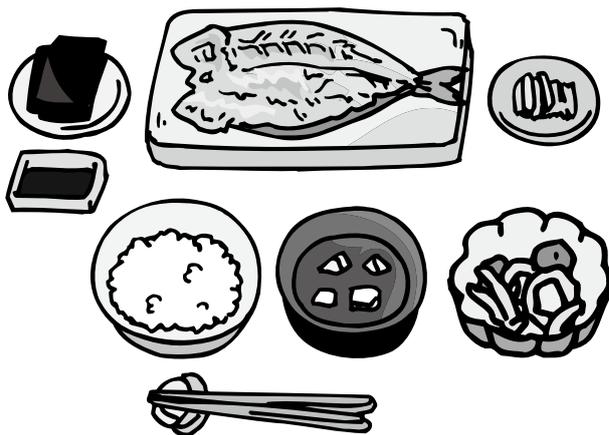
はまなす



《こんな主食も、楽しんでいただいています！》

ここ数年、団塊世代の方々のご利用も増えています。60代～70代の皆様には「主食、汁物、主菜、副菜」という、栄養バランス定食から、ご希望の献立に向けて柔軟にしています。

まずは、嗜好調査から、ご希望の多い料理を、優先して提供させていただいています。人気のあるのが、うどん、ラーメン、焼きそば、ナポリタン、そば、炊き込みご飯、太巻き、いなり寿司、ピザトースト、サンドイッチ。月に数回、目先の変化もあり、残食もほとんどなく好評です。材料費の、日々高騰で、大変な状況です。調理の工夫をして、喜ばれる食事に取り組んでいます。



みずき



医務室だより

☆ 楽しく生きるってどういうこと？ ☆

今回は楽しく生きている人の特徴についての一例を紹介したいと思います。

1) 他人ではなく「自分」をみている。

どういうことか…結局楽しいか楽しくないか決めるのは自分です。他人のことばかり気にしていると自分のまわりに落ちている楽しさに気付くことができないかも知れません。



2) 自分を大切にできている。

自分をしっかり見つめられるのは、大切にできている証です。しかしときどきは自分を甘やかしましょう。



3) いつもポジティブ思考

ネガティブなものごとに対しても前向きにとらえることができます。

以上の3つが人生を楽しく生きている人の特徴です。暑くてやる気が出ない、疲れている時こそ、楽しくいきたいと思う人はぜひ参考にしてみてください。

高寿園デイサービスセンター



ある日の午後の様子
生活機能向上活動 (^_^)



今年は6月中旬から一気に気温が高くなり、暑い日が続いています。皆様いかがお過ごしでしょうか？

高寿園デイサービスセンターでは午後の活動として、ご利用者様お一人おひとりの心身の状態に合わせ、グループに分かれて生活機能の維持向上活動に取り組んでいただいております。

1枚目の写真は、「つま先かかと上げ」の様子です。立った状態と座った状態どちらで行っても全身の血行促進に効果があります。2枚目の写真は、タオルを頭の上に乗せ、落とさないようにバランスを取る体操です。皆様とても上手にバランスを取っておられました (^_^)

様々な困難を乗り越え長生きをされてきたご利用者の皆様と一緒に、職員も身体を大切にしていきたいと日々感じております。人生の先輩方、今後ともよろしくお願い致します。

東部デイサービスセンター

毎年暑くなり始める時期が早まっているような気がしていますが、東部デイサービスでは室温や水分補給などに気を配りながら利用者様の体調管理に、職員ともども充分気をつけています。
本番の夏はこれからですが暑さに負けず頑張っていきましょう！



(小友保育所の
みなさん来所)



めんこい
お客様
いらっしやい
(^-^)

花の寄せ植えを手伝っていただきました

高寿園に勤務している
歯科衛生士の
指導を受けました

高田デイサービスセンター

足・指運動

午後の活動で、足を使い新聞紙を丸める運動を行いました。裸足になり指を器用に動かす方、なかなか丸めることができない方、それでも笑顔あふれる時間になりました。



活動の紹介

今年も、高田デイサービスの菜園で利用者様と野菜を植えました。利用者様は慣れた手つきで、時には職員が指導されながら行いました。植えながらお料理の話に花が咲きました。



紫陽花の折り紙を台紙に貼りました。個性溢れ素敵にできました。



在宅も笑顔をとどけます！

●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

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・介護者共に満足の入浴を提供しています。ご自宅で入浴に関してお困りのことがありましたら、お気軽に下記又はケアマネジャーにご相談下さい。

●高寿園配食サービス

○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（市役所 ☎54-2111）
1食…400円・月曜日から金曜日『夕食』をお届けします。



※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ジャーにご相談ください。

●高寿園移送サービス

○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…担当ケアマネジャーまでご相談下さい。



上記の実施事業所●高寿園指定訪問介護事業所

☎ 54-4777

なごみの家小規模多機能型居宅介護事業所

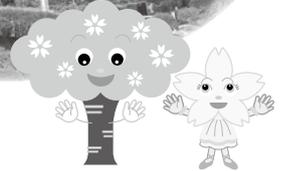
なごみの家の日常の一コマ 桜を見にドライブへ！



桜でいっぱいにしましょう✿



"♡母の日♡
いつもありがとう♡"



藤の花見学へ～



"お誕生日会開催☆
おめでとうございます♡"



"シルバー人材様
草刈奉仕ありがとうございました"



高寿園ショートステイ

《日常の活動、過ごし方をご紹介いたします。》

4月…天気も良くお外へ行き桜見学！
とても暖かく、桜もキレイでニコニコ月！



毎日のタオルたたみ…
ありがとうございます。



6月…おやつ作りをしました！
みんなで作って食べる♪♪
ホットケーキはおいしいね！



みんなで作品作り…
完成品が楽しみです♪



焦げないように見守り！
上手くひっくり返せるかな？

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

担当 三嶋・伊勢・人首 TEL (代) 0192-55-3700 FAX 0192-55-3701

E-Mail: koujukai@koujukai@coa.ocn.ne.jp

高寿園指定居宅介護支援事業所

救急医療情報キットを活用しましょう♪

梅雨明け宣言はまだ出ていないのに、雨は少なく連日連夜暑い日が続いておりますが皆さまいかがお過ごしですか？しっかり水分補給できていますか？扇風機やエアコンを上手に使って快適生活を送っていますか？「風が当たると寒い！」「トイレが近くなるから水分は我慢する！」いまだ頑なにひと昔前の考えを貫いている方の多さに驚いております。気合では乗り越えられない気候のため「仕事中におばあちゃんから SOS の電話がかかってきた」「帰宅したらおじいちゃんが倒れていた」との報告が後を絶ちません。今年度新たに【チームけせん和】と【消防署】が合同で取り組み《救急医療情報キット》を75歳以上の高齢者世帯に配布することとなりました。緊急時に必要な情報を正確に救急隊員や医療関係者に伝えることができるので、自宅に届きましたらしっかりと記入しましょう！この救急医療情報キットをきっかけに普段なかなか会話の時間が持てないご家族に「市役所の支援活動だから書いてける」と代筆を頼むのも良いかもしれません。今の自分の状態を家族に知ってもらうチャンスです♪もし、家族に頼めないようでしたらケアマネジャーにご相談ください、いつでも記入のお手伝いをいたします。

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**

ひだまりの丘サービス付き高齢者向け住宅ほっこり家

R7.6.17 田村順子様 100歳祝い

入居者の田村順子様、6月17日に100歳を迎えられました。ほっこり家としては2人目の快挙達成です。誠におめでとうございます。

田村様は令和元年7月に入居され、穏やかに生活されています。館内のお散歩と食事は毎日欠かさず、その姿は他の入居者さんや職員に勇気を与えてくれます。これからも元気に過ごしいただけるように職員一同サポートいたします。



R7.4.17 お花見会

今年の春は少し寒く、桜はのんびり咲きましたが、お花見会にはギリギリ間に合いました。春の雰囲気を感じられる装飾と豪華な夕食、マジックショーで楽しんでいただきました。



R7.5.22 おやつ作り会

気仙地区の郷土料理なべやきを作りました。「懐かしいね」「当時よく食べていた」と昔を思い出しておられました。さすが長年主婦をされていた皆さん、見事な手捌きで調理していました。



ほっこり家空室状況 R7.3.31 現在

居室数	東棟 10室	西棟 10室
空き室	2室	3室

※申込手続き中の居室を加味し記載しております。

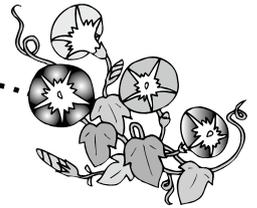
入居者募集中

＜入居できる方＞60歳以上の高齢者/自立または要支援1～2の方及び外部介護保険サービス等の利用によりほっこり家での生活ができる方です。お困りごとがありましたらお気軽にご相談下さい。施設見学も随時可能です。「短期入居」についても、ご相談させていただきます。

☎ お問い合わせは 「ほっこり家」 ☎ 55-1800 まで



承れあい・感謝 (皆様にささえられ...)



令和7年4月・5月・6月分

御寄附

熊谷幸子様・村上千江様・サラヤ(株)様・村上豊子様・松本エイ子様・藤原出穂様・吉田通彦様・松野豊様・熊谷サキ子様・熊谷佐知江様・陸前高田市社会福祉協議会老人クラブ連合会様・吉田和子様・更生保護女性会様・慈恩寺花園女性会様・佐藤ヒデ様・村上とし子様

ボランティア・御協力

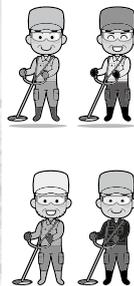
菊池榮一様・菅原みやえ様・シルバー人材センター様・陸前高田ライオンズクラブ様

実習・体験学習・視察

高田高校生徒様 6名



陸前高田ライオンズクラブの皆様
草刈奉仕の御協力いつもありがとうございます。



更生保護女性会の皆様
御奉仕、御寄附ありがとうございます。

令和7年度役員改選

令和7年6月13日評議員選任・解任委員会において評議員を、6月25日評議員会で理事、監事を、6月26日理事会において理事長、業務執行理事が選任されました。

理事	監事	評議員
菅野道弘(理事長)	菊池清子	佐々木公一
大和田剛史	横山昭彦	新沼幸男
伊東孝	岩崎利行	藤村好博
上部修一		吉田雄幸
西條一恵		上部眞裕
吉田和正		菊谷由美子
岩井直路		横田祐佑
黄川田純一(業務執行理事)		熊谷信義
		佐々木弘光

職員動向

(退職) 千葉貞子看護師・米倉文代介護員・金野順一運転手兼介護員・小松麻衣介護員・木村帆乃果介護員・伊藤照子介護補助員
(就職) 小松八千代看護師・菅野知子介護員・福原千佳子介護員・三本賢志清掃員

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・看護師・調理員・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

又はハローワークまで御連絡下さい。
いつでも見学可能です。



編集後記

7月に入り猛暑の毎日となっておりますがいかがお過ごしでしょうか。夏バテ対策ではありませんが、休日に時間を作って1時間ほどウォーキングをしています。これから暑い日が続いていくことが予想されますので、しっかりと予防・対策をして毎日を過ごしましょう。

広報委員会が新体制となり初の号となります。今年度も、親しみの持てる読みやすい広報を目指して頑張りたいと思いますのでよろしくお願いいたします。(Y.N)