

鬼の犬山白寿苑だより

「鬼は外、福は内」

もうすぐそんな声があちこちの家から聞こえる季節となりました。
様々な行事・催し物を行うことにより利用者様に心より喜んで頂けるようスタッフ一同日々努力しております。そして、催し物で二月と言えば「節分」があります。白寿苑でも、生活相談員が赤鬼・青鬼に変装し利用者様に喜ばれており、この時とばかり鬼に向かって必死に豆を投げております。ここで豆知識！

「節分」

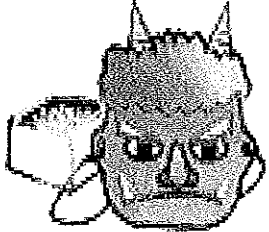
「節分」は、もともと季節の変わり目のことをいい、立春・立夏・立秋・立冬の前日が「節分」となります。しかし長い年月とともに、立春の前日だけを「節分」というようになったそうです。

「豆まき」

節分の行事の一つに「豆まき」があります。これは大豆などに「病気や災いをはらう霊力があ」と信じられていたため、豆をまくことで災いを払い福を呼び込むことができると考えたと
言われています。

「恵方巻き」

関西の方には、節分の日に縁起のいい方角を向いて太巻きを丸かじりすると、幸福が訪れるという言い伝えがあります。太巻きは「福を巻き込む」ことを意味しキュウリを青鬼、人参や生姜を赤鬼に見立てて食べてしまおうというわけです。良い縁を切らないために、太巻きは包丁で切らずに丸かじりするのがポイントです。



医務室だより

「脳卒中や心臓病の予防（防寒）」

寒さ本番です。

気温が低い時に気を付けなくてはいけないのは、風邪やインフルエンザだけではなくありません。脳血管や心臓などの循環器系の病気も要注意です。

心筋梗塞や脳出血などで亡くなる人は十一月～三月が、六月～九月に比べて約1.5倍多いのです。

寒い時は皮膚の近くの血管が収縮し、流れる血液の量が減ります。

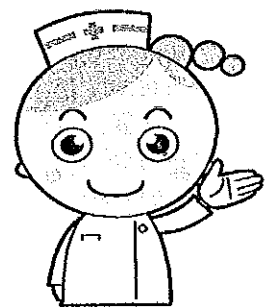
すると体の中心部や心臓の負担が増し、脳血管障害が起きやすくなるのです。

冬に脳血管や心臓病などの病気を防ぐために、体が寒いと感じないように住まいや衣服などで温度差を小さくする工夫をしましょう。トイレや風呂場、脱衣所も暖めておいた方が良いでしょう。

服装も工夫によって防寒度が上がります。ポイントは「空気」をいかに着るかです。

びったりした下着の上にセーターなど空気をたくさん含んだ服を着てマフラーなどを巻いて首から空気が抜けないようにしましょう。体の中で冷えやすい手足を手袋や靴下で保護すると寒さを感じにくくなります。

住まいの環境や服装などを工夫して寒い季節を乗り切りましょう。



濫觴館便り

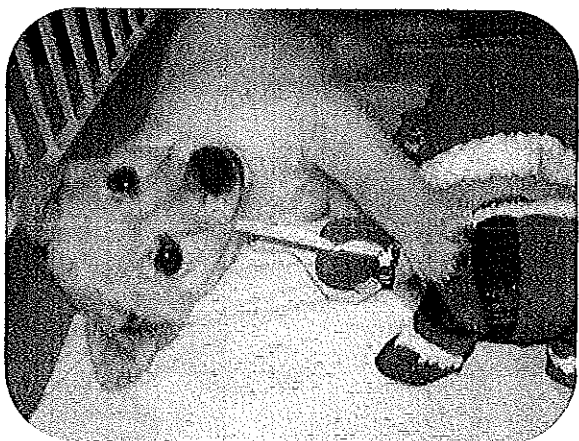
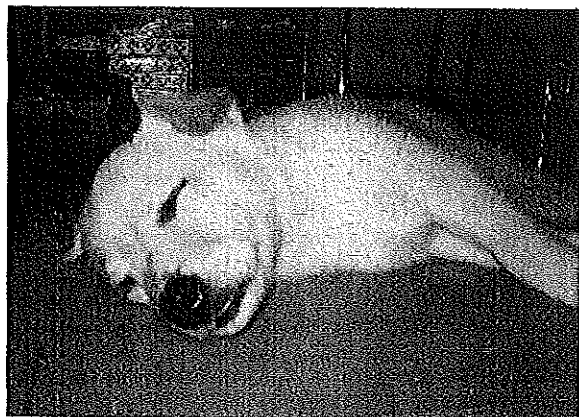


まことに待った犬の愛ちゃんがやってきました。

今はワクワクの途中なので、自由に苑内や外を飛び回る事が出来ないのですが、元氣よく職員や利用者の方々に愛嬌を振りまいてくれます。

トイレもワンワンと鳴いて教えてくれるとても賢い子です。濫觴館の介護職員室内で、今はゲージに入って職員や利用者さんの声掛けにめいばい尻尾を振って答えています。

やんちゃで、いたずらっ子になりつつありますが、白寿苑のアイドルとなった「愛ちゃん」に是非会いに来て下さい。こんな愛嬌で出迎えてくれます。



今年の三が日、利用者の皆さんはどんな風に過ごされたのでしょうか？

元旦はお屠蘇や雑煮を頂き静かに新年を祝いました。また、福笑いやカラオケを職員と一緒に楽しんでみえました。

二日には書き初めに挑戦しました。一年の始まりの時、思い思いのまま筆を取り力強く書いてみえました。皆さんの力作を一度ご覧下さい。



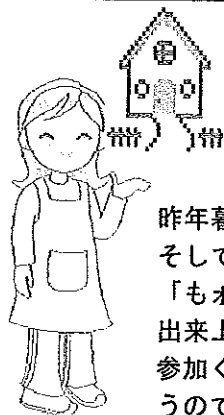
三日は職員手作りの

モグラたたきゲームで大笑いをしました。職員がヘルメットをかぶりもぐらになり、出た頭を上手くたたけたでしょうか・・・もぐらも叩かれまいとすぐ引っ込みます。

デイサービスの部屋便り

昨年暮れから企画の「おやつ作り」として、第一弾「干し柿」が大成功でした。そして第二弾の「干し芋」・・・決して丑年に因んだ訳ではないのですが、年頭より「もオ！」と叫びたくくなるような情けない珍事件を起こしてしまいました。出来上がったそれは、「これ、何に見える～？」と聞かれても返答に困ってしまう物と化し、ご参加くださった利用者さん方には笑って許して頂きました。決して丑年に因んだ訳ではないと思うのですが「ぼちぼちやろまい」こんな言葉まで頂きました。失敗の理由について一つ挙げると芋を選ぶ時点から、すでに間違っていたようで 全くトホホです。懲りない私たちの第三弾は「五平餅」です。自信を持ってお誘いできます。しかし悔しい想いも多少あり、「干し芋」について知恵袋をお持ちの方、どうぞ良きアドバイスをデイサービススタッフまでお願い致します。(桜井)

・桜井苑
大山白寿苑
 五平餅作り体験が
 日程 2月10日
 料 19,000円(27名)



犬山白寿苑

思い出す

尚歯館便り…



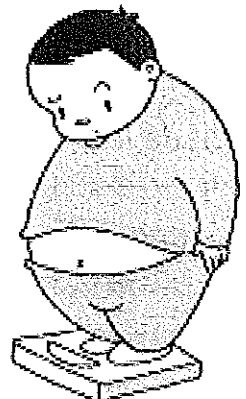
私が、白寿苑で働くようになってから早いもので、半年程が経ちました。最初の頃は、全てが初めての事ばかりで、かなり戸惑いました。毎日、いろいろなプレッシャーが自分の中にあり、一日一日の業務を無事に終える事に一生懸命でした。

まず、最初に覚えるべき事は、利用者様の名前を覚えること。ぼつと見ただけでは、なかなか覚えられませんが、それで、少しずつコミュニケーションをとるようになって覚えていきました。そして、そんな中での利用者様の笑顔、「ありがとう」という言葉をとても嬉しく、有り難く感じました。この仕事は、大変な事もあると思いますが、普段の生活の中ではあまり感じられない感動を貰える仕事だと思います。そういう気持ちをお忘れずに、利用者様が、毎日を充実して過ごせるように、頑張っていきたいです。そして、今まで頑張ってきたのは先輩方のサポートのおかげでもあります。

今後わからない事は、いろいろ聞いて勉強し、これから先も初心の気持ちを忘れずに頑張っていこうと思います。

管理栄養士より

正月休みが明けると気になるのが「正月太り」です。休み前はすんなり入ったズボンやスカートをきつく感じたら要注意です。2月3日は節分、そして4日は立春です。暦の上では春ですが、まだまだ寒い日が続きますので風邪やインフルエンザに掛からないように、毎日の食生活、生活習慣をもう一度見直しましょう。生活習慣病は運動不足や夜型生活、脂質や塩分の摂り過ぎといった食生活の乱れ、ストレス、喫煙、飲酒により引き起こされる病気の総称です。昔は、大人になってから掛かる病気だったので「成人病」と言われていましたが、最近は子供にもみられる様になったので「生活習慣病」と呼ばれるようになりました。戦後の食生活の欧米化が大きな影響を与えている事は言うまでもありません。食事を始め、生活のリズムを整える事は健康への第一歩ですから子供のうちから生活習慣に気を配る様にしましょう。大人になって改善しようとしてもダラダラ過ごすのに慣れてしまうとなかなか難しいので早期に取り組むのが賢明でしょう。



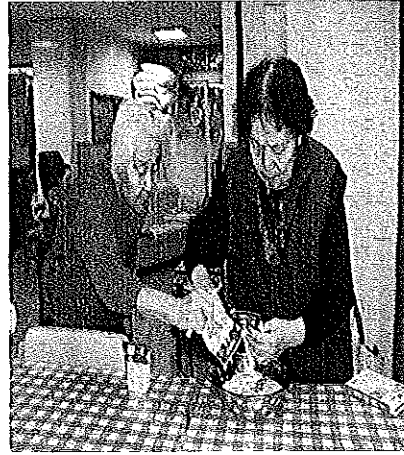
寿考館染井町便り

染井町では、一月一八日に新年会と初釜を行いました。新年会では、ボランティアでジージー中村さんという方がおみえになり、紙芝居や歌等といった催し物を披露して下さいました。寿考館の二階と三階の利用者様数名もおよびしました。皆様、それをご覧になられ大笑いをする方もいらつしやいました。また、歌では口ずさんでみえる方もおられ、とても楽しい一時を過ごして頂けたかと思えます。その後は、お茶の先生がおみえになり初釜を行いました。普段、お茶が嫌いであまり飲まれない方がお抹茶を美味しそうに飲んでみえました。一月と二月は、誕生日の方がお一人ずつおみえになります。一月は、染井町にて美空ひばりの歌の映画を上映します。二月は、岐阜県各務原市にある『河川環境楽園』へ職員と共に外出します。



寿考館 紅華町便り

寿考館の紅華町では、一月は利用者様と一日一日をゆつくりと過ごすことを大切に、利用者様とお話したり、コーヒータイムでココア、コーヒー、紅茶のうちで好きな物を飲んで頂いています。おやつ作りでは利用者様に手伝って頂いてとても喜んでみえ、おやつもおいしいと満足されてみえます。



二月は誕生日の利用者様が二名みえるため、バースデイプランとして二月二日に岐阜県川島町にある淡水魚水族館のアクアトトへの外出を計画しています。それ以外に二月の下旬頃より紅華町内で、家庭菜園で季節にあつた花や野菜を作ることを計画しています。

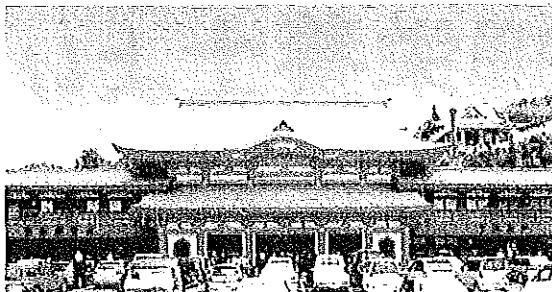
初詣に行ってきました

去る一月二十三日と二十七日に、鑑鶴館と尚齒館の利用者様と一緒に犬山成田山に初詣に行ってきました。

十方ご信徒の絶大なるご信援のもと、境内諸堂伽藍の整備を重ね、殊には、平成十五年に迎えた開創五十周年記念事業に於て、新自動車交通安全祈禱殿と受付の建て替え・本堂一部拡張工事・明王門下参道整備等の諸事業が完遂され、今や中部地方最大の不動尊信仰の中心となっています。

白寿苑の近くには大県神社があるので、お散歩がてらすぐお参りに行くのが出来ますが、こつこつとまでないとなかなか遠い神社やお寺にお参りに行くことができません。

当日参加出来ない利用者様の分までたくさんお願いして頂きました。



二月予定行事 (敬称略)

- 二月 二日 御詠歌
- 二月 三日 楽田婦人会奉仕活動(寿)
- 二月 三日 豆まき
- 二月 四日 音楽療法(尚)
- 二月 四日 音楽療法(尚)
- 二月 六日 川柳教室
- 二月 七日 床屋(寿)
- 二月 七日 楽田コミュニティ見学
- 二月 一〇日 犬山歌謡推進協会(尚)
- 二月 一三日 バイキング
- 二月 一六日 羽黒婦人会奉仕活動
- 二月 一七日 歌と踊りの花しるべ(尚)
- 二月 一八日 雅鳥慰問(尚)
- 二月 二一日 音楽療法(監)
- 二月 二一日 菓子販売(監)
- 毎週金曜日 菓子販売(尚)

ボランティアさん募集します

ご利用者の娯楽、心身のケア、苑内外の美化活動など多くのボランティアの方々にご来苑頂き、誠にありがとうございます。

当苑では利用者様との話相手や、手芸のお手伝い、施設内外の清掃活動などご協力頂けるボランティアさんを随時募集しております。特別な技術や資格は必要ありません。得意な分野や興味のある活動を選んで参加して下さい。詳細等お聞きになりたい方はご連絡下さい。

担当者 東

ナーシングホーム(特養)犬山白寿苑

デイサービスセンター犬山白寿苑

在宅介護支援センター 犬山白寿苑 **敬愛 犬山白寿苑** 地域包括支援センター 楽田地区サブセンター

犬山白寿苑 ショートステイ

犬山白寿苑 ケアマネージメントセンター

〒484-0000 愛知県犬山市字洞田 30 番地 1

TEL : 0568-67-6699

(ナーシングホーム・ショートステイ・デイサービス)

TEL:0568-67-6684

(ケアマネージメント・在宅介護支援・地域包括支援)

FAX : 0568-67-8910

(全 事 業 所 共 通)

E-mail:hakujuen@vega.ocn.ne.jp

HP:http://www.Seirinkan.ed.jp/hakujuen/index.html