

# 高浜かわら版

社会福祉法人 昭徳会 高浜四施設広報紙 高浜かわら版編集委員会



ケアハウスの敷地内で柿を収穫する入居者（ケアハウス高浜安立）

目次	表紙	.....	P 1	地域との交流を深めよう	.....	P 2, 3
	施設それぞれ『いろいろな秋』	.....	P 4, 5	やっぱり『食欲の秋』	.....	P 6, 7
	介護教室・グループホーム4周年	.....	P 8	看護だより	.....	P 9
	作品紹介・お知らせ・編集後記	.....	P 10			

# 地域との交流を深めよう

養護老人ホーム高浜安立

## 利用者さんの手で

### 準備も

### 当口もバッチリ

## 第五回

## ひなた祭り

十月十五日は第五回ひなた祭りです。ひなた祭りは、利用者さんが地域の方々とつながりを深める目的で行っており、今年で五回目を迎えました。

当口を盛大に迎えるため、ホームの利用者さんは、施設内外の清掃、壁面、天井などの装飾を行い、また竹細工やちぎり絵、毛糸の帽子にアンプルセンで出来た船など自慢の作品を所狭しと展示しました。

利用者さん全員参加の作品には、「健康は足元から」と、利用者さん全員の足型を色画用紙に取り年輪の高さを飾りました。



健康は足元から！ 利用者さん全員の足型

これは、昭徳会が高浜市から業務移管されて初めて入院者ゼロ人が百二十日を越え、毎日行っている「介護予防体操」の成果と利用者さん自身の「健康意識」の向上が徐々に現れ、利用者さんも一日一日と入院者ゼロ口が増えていく事を大変楽しみにしているからです。

「ピーヒャラ、ドンドン」  
「わっしょい！わっしょい！」  
竹笛会さんの和太鼓演奏で手作りみこしが宙を舞いました。



「わっしょい！」「わっしょい！」  
手作りみこしが宙を舞う

いよいよひなた祭りのスタートです。地域住民の方々、クラブ活動等の先生、利用者さんのご家族、利用者さん等々総勢二百十余人のお祭りです。

喫茶店では利用者さんが、お客さんにお菓子や飲み物を運んだり、ミュージックペルクラブのリンリンズが

「世界の国からこんにちは」 幸せなら手をたたこう」をベルで演奏したり、利用者さんの活躍する場面も多くありました。また、利用者さんだけでなく、来客者にも参加していただくため、打楽器の他にバケツ、スリッパ、斗缶などを手渡し会場全体でリズムを取ったり、舞台にも上がってもらいメンバーの横で同じ音のベルを持ち、いきなり演奏してもらったりしました。



衣装を揃えて いざ舞台へ！  
緊迫感が伝わってきます

恒例となった「藤田保健衛生大学リハビリテーション学科学科長の前田嘉清教授」を迎え、「幸せに暮らすために」を演題に、高年齢の方にも分かりやすく講演をしていただきました。

# 今年も盛大に 渡し場祭り開催

## 特別養護老人ホーム高浜安立荘

去る十月二十三日、毎年恒例の第十三回芳川渡し場まつりが開催されました。午後一時、開会セレモニーの後、吉浜小学校の金管バンドを皮切りに、和太鼓・大正琴の演奏、よさこい踊りと続き、徐々に雰囲気が高まってゆきます。いよいよ新郎・新婦の登場であちらこちらから拍手や歓声が上がります。盛り上がりは最高潮に達しました。かつての「嫁入り船」も、この様ににぎやかだったのでしょうか。まぶしそうに花嫁さんを見つめながら「嫁菓子」を受け取る当施設の利用者さんの姿も印象的でした。芳川町内会や地域の皆様、渡し場かもめ会の皆様、そしてボランティアで参加された多くの方々には厚くお礼申し上げます。



「夢童」による太鼓演奏

# 「渡し場まつり」は心の文化遺産

高浜市芳川町と対岸の東浦町藤江の間には、かつて舟で結ぶ「藤江の渡し」がありました。昔車な足だった渡し舟も衣浦大橋の完成で廃止されました。藤江の渡しは、三河と尾張の交通の拠点で旅人や行商人の往来で賑わっており、中でも多くの花嫁さんが舟を利用して尾張から三河へ、三河から尾張へ嫁いでゆきました。

「芳川渡し場まつり」は嫁入り舟を再現し、心の文化遺産として地域住民のきずなを太くする契機にと、芳川町町内会が企画して毎年十月に開催しています。

## ケアハウス高浜安立

# 綺麗な花嫁さんが 利用者にも笑顔

## 利用者にも笑顔

昼食を食べ終えたケアハウスの入居者も「嫁入り船」をひと日見ようと会場に向きました。

花嫁・花婿さんの控え室がケアハウスだったこともあり、ケアハウス入居者は会場に行かなくても奇麗な



花嫁さんと一緒に記念撮影

衣装を身にまとった花嫁・花婿さんに会うことができました。

花嫁さんに向かって「さあ、綺麗だねえ。」

入居者の皆さんは花嫁衣裳を見て、昔を懐かしんでいたようです。

生憎の雨模様だったこともあり、路店を利用してすぐに帰ってきた人もいて、少し残念でした。

## 高浜市いきいき広場まつり実行委員会主催

# 「いきいき広場まつり」に 参加しました！

## 養護老人ホーム高浜安立

ホームからは、牛乳パックで作った椅子や手編みのマフラー、ホームで栽培したヘチマなど多種多様な作品を即売しました。今年は、養護老人ホームを紹介する写真も展示しました。作品や写真を展示する事で、ホームに親近感を持っていただけたいです。

これからもいきいき広場祭りの常連（名物店？）として頑張ります。

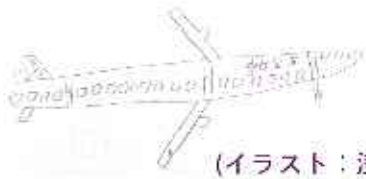


■授産所高浜安立も施設紹介のパネル展示を行いました。

授産所高浜安立

# セントレアで大好きな飛行機を間近で見たよ！

## 施設それぞれ『いろいろな秋』



(イラスト：浅沼)



スカイデッキから飛行機を眺める利用者。  
間近で見るジャンボジェット機は迫力満点！

十月二十一日、集合場所のいきいき広場に遠足の参加者がぞくぞくと集合。「目の前でジャンボジェット機が見られるぞー！」「大きなエビフライが食べられるぞー！」と、出発前からみんなの頭の中は、エビフライの形をした飛行機が飛びかっっていました。

今年の遠足は「貸し切りバス」は使わず、三河高浜駅前から「空港路線バス」に乗って「中部国際空港（セントレア）」



「広くてきれいだね〜」

に行っていました。総勢六十一人のため、バス一台では乗りきれないので、バス会社にお願いで臨時便を運行してもらいました。また、一般のお客さんと一緒にバスに乗ったグループの人たちは、緊張していたのか、一言も話をしないで黙って乗っており、空港に近づく頃によく、「もうじき着くよ」と小声で話をしていました。

空港に着いて、四階のスカイデッキで記念写真を撮ってから別で自由行動をとり、それぞれ食事をしたり、飛行機を眺めたり、買い物を楽しみました。遠足シーズンで賑わっているセントレアを十分に楽しんだ、日でした。

### ■利用者さんの感想文より

▽中部国際空港に行ってよかったでした。知多バスに乗って楽しかったです。

▽私はバスに乗って国際空港まで行って、久しぶりに飛行機を見に行きました。並んでトンカツエビフライを食べました。

▽飛行場へ遠足に行きました。飛行機がいっぱい飛んでいたり、飛んできたりました。すごく楽しかったです。



念願のジャンボエビフライが目の前に…。  
「早く食べたい！」



(イラスト：鈴木)



紅白玉入れで必死に競い合う入居者

### ケアハウス高浜安立

## 「スポーツの秋(運動会)」

### 競技は引き分け。勝敗はジャンケン?

十一月十一日、ケアハウスでは「運動会」を開催しました。まずは準備運動です。久しぶり(何十年ぶり?)のラジオ体操から始まり、座ったままでも参加できる「タオル送り」へと続きました。競技は恒例の「パン喰い競争」を含め



「優勝を喜ぶ紅チーム」

「ゲーム」では、最初は恥ずかしそうに参加していた入居者も、優勝がかっていている位か、小麦粉で顔を真っ白にさながら必死に船を探していました。(なぜか職員も真っ白になりました。)

すべての競技が終了して得点板を見ると、なんと同点。優勝を決めるためにジャンケン大会をしました。その結果、結局各チームの代表者のジャンケンで勝敗を決めることになりました。結果、紅チームの優勝でしたが、参加者のすがすがしい笑顔が印象的でした。

て四つ。すべて紅白で競い合いました。前半終了後、「パン喰い競争」で手に入れたパンを食べながら休憩をしたのですが、競技を一つ終えるごとに一致団結する姿が見られました。最終競技「船探し



2階フロアに太鼓の音が響きわたります。

特別養護老人ホーム高浜安立荘  
**ワッショイノワッショイ!!秋祭り!**

十月八日、残念ながら雨模様でしたが、今年も秋祭りが開催されました。廊下には色づいたつたやもみじの装飾品が飾りつけられ、民謡のBGMも流れ「紅葉の山甲」のような雰囲気です。模擬店から漂って来る香ばしい出焼きの匂いに誘われるように、利用者やご家族の皆さん・ボランティアの皆さんも活動開始です。松茸・栗ご飯、串焼き、デザートバイキングなどの飲食用模擬店で「食欲の秋」を満喫し、射的・輪投げゲームやくじ引きで、おまっぴり「スポーツの秋」と運だめし。竹祐



豊年万作、めでたいぞ!

会の勇壮な太鼓演奏(小さな子供さんも懸命に太鼓を叩いてくれました)、職員の「よさこい踊り」と「おみこし」を日と日から楽しみました。演者・観客とも降り続く雨を吹き飛ばす程の盛り上がりで、閉会式が二十分あまりずれこんでしまう程でした。利用者・ご家族もお互いの元気な様子が確認出来てなによりだったのではないのでしょうか。

ご協力いただきましたボランティアさん、地域の方々に厚くお礼申し上げます。

ケアハウス高浜安立

# 「たい焼き」の中から秋の味覚

今年度から、月一回は余暇活動の時間で「おやつ作り」をしています。特に「秋」はおいしい食べ物がたくさんあるので、入居者と一緒に考えました。しかし、普通のたい焼きでは季節感がありません。そこで、あんなの中に栗を入れて秋の味覚を味わうことにしました。

一度に二匹しか焼けない上に焼き加減の調整も難しく、時間はかかり

ましたが、人数分の「栗入りのたい焼き」が完成しました。

入居者がお互いに助け合いながら作ったたい焼きの味は言うまでもありません。おかわり希望者続出です。そのうち「あんこ抜きで」などの注文も出てきて、だんだん「たい焼き屋さん」になりつつありました。

たい焼きを食べながらカラオケ大会も開催され、更に食欲が増進されていました。



あんこたっぷりのたい焼き作りに挑戦中

11月7日には  
スイートポテトも  
作りましたよ！

食べることは高齢者にとって大きな楽しみです。余暇活動におやつ作りを取り入れたことで参加者もどんどん増えています。

# ぱりの秋

特別養護老人ホーム高浜安立荘デイサービスセンター

# 楽しい収穫



美味しいスイートポテトになりますように

秋に芋掘りを楽しもうと思ひ、夏頃より苗を植え、利用者の方と水撒きをし、おいしいさつまいもがたくさん採れるのを心待ちにしていたのですが、昨年より少ない収穫となりました。

それでもさつまいもを掘る利用者の方の顔は真心に返ったようにとても良い笑顔でした。

デイサービスでは、利用者の方と職員が共に、ミニ菜園（プランターにて）で季節ごとの栽培・収穫を楽しんでいます。

収穫したさつまいもを使用してスイートポテトを作りました。利用者の方には、芋を潰す作業をして頂き、職員が形を整えて、焼きめを付けていきました。

今、ミニにんじんとミニ大根が植わっています。今後も小さな菜園ですが、利用者の方とおいしいものを収穫し楽しんでいけたらと思います。

介護老人ホーム高浜安立デイサービスセンター

# 秋はさつまいもで 手作りおやつ 黄金色と紫色で目にも鮮やか！

デイサービスセンターの畑のさつまいもが大きくなったので、みんなで芋掘りをして蒸しパンを作る事にしました。



芋掘り。くわを持つ手に力が入ります

畑で取れたさつまいもと紫さつまいもをさいの目にカットして、人にアルミカップを二つ用意し、利用

者さんがカップの中に入った生地の上にさつまいもと紫さつまいもを飾り付けました。紫さつまいもがとてみきれいな紫色で利用者さんからは興味津々の様子でした。

待ちに待った出来たての蒸しパンは、鮮やかな黄金色と深みのある紫色で「きれいだね」「食べるのがもったいないね」と目でも楽しんでいました。早速召し上がった利用者さんからは「さつまいもが甘くておいしいね」「紫さつまいもは甘くないね」「一つも蒸しパンがあつて嬉しいな」など様々な声が聞かれ、小食で普段あまり食べられない利用



さつまいもの飾りつけを行う利用者さん

# やつ 『食欲』

者さんも「おいしい、おいしい」と個とも元食されていました。実りの秋にみんなで感謝をしておやつの時間は終わりました。

## 秋だ！さつまいもを食べよう！

秋の味覚の代表のさつまいも。甘くてホクホクしているだけにありません。



主な成分は糖質ですが、ビタミン・ミネラル・食物繊維など体に良い成分が豊富に含まれています。

☆ビタミンCは何と、りんごの7倍。しかもさつまいもの場合、ビタミンCがでんぷんに包まれているので、加熱による損失が少ないのが特徴です。風邪の予防・美容にうれしい美味しさ！

★切った時に出てくる白い汁は「ヤラピン」で緩下作用があり、食物繊維との相乗効果で便秘予防に効果的です。

☆「クロロゲン酸」という抗酸化物質が含まれています。抗酸化物質は、老化や生活習慣病を招く活性酸素を取り除いてくれます。

高浜市在宅介護支援センター

# 「第九回介護教室」

十月十六日(日)、霞池デイサービスセンターにて第九回介護教室を開催いたしました。今回は毎日の介護に欠かせない「食事」を取り上げ、高齢者の栄養についての講義とミキサー食(とろみ食)の作り方について行いました。高齢者の食事については「量はさほど多くなくて良い」「脂肪の多いものは良くない」と思われがちですが「バランスの取れた、その人に合った内容や量、形態が重要」というとても大切な事を教わりました。実習ではミキサー食を作りました。

## ■高齢者の低栄養予防のためのセルフチェック

最近、次のような状態を経験していたら、栄養状態をきちんと評価してもらい、必要があればあなた自身に見合った栄養ケアプランをつくってもらいましょう。

- 1日の食事回数は2食以下である
- 自分で食事を支度して食べることが出来ない
- 口腔や嚥下の問題があり、食べることが困難である
- 毎日1人で食事をしている
- 主食の食べる量が2/3以下になった
- 主菜の食べる量が2/3以下になった
- 体重が減少してきた
- 食事の介助が必要になった
- 入院・手術などの生理的ストレスを経験した

も取りにくい方にはゼリー食が有効との助言がありました。ゼリーは人の体温や口腔内の湿度で自然に溶けて飲み込み易いことのできた。  
安心して楽しく食べ続けられることが生きていく上でやはり大切なことと、参加者・職員も改めて体験する介護教室でした。

ミキサー食(とろみ食)は特殊な食事形態で、一般の介護者にはなじみのないものです。対象者も狭い範囲の方になってしまいました。実際に行っている介護者は、作り方に悪戦苦闘している方もおり、今回の実技指導や試食は好評でした。ミキサーでペースト状にする為、見た目も悪くなりがちですがゼリーで固める事で形も工夫でき、見た目も良く整えることができました。食事は眼で楽しむことも忘れてはいけないことの一つです。  
飲み込みに障害があり、とろみ食で

グループホーム高浜安立

# 祝！四周年

十月一日にグループホーム高浜安立が四周年を迎えました。

この四周年で皆さん少しずつ色々なことが出来るようになりました。そこで、入居者の皆さんに質問、「ホームでの生活はどうですか？」

- 楽しい。掃除、月曜日頑張ってる。(Tさん)
- 楽しい。自分の部屋の掃除頑張る。お手伝いやってる。(Nさん)
- グループホーム、ほうきで掃いたよ。一人で起きれるよ。(Yさん)



「かんぱ〜い！これからもヨロシク！」

■楽しい。ごはんうまい。掃除やらないけど頑張るでな。(Sさん)

## 授産所高浜安立 夢いっぱいの特等席



演奏前からわくわく・ドキドキ。「コントラバスって大きいね」

十月七日、名古屋フィルハーモニー交響楽団の招待を受け、福祉コンサート刈谷公演「夢いっぱいの特等席」に参加しました。

指揮者の楽しいトーク、普段目に出來ない大きな楽器やブラの迫力ある演奏に、利用者も終始興奮気味。演奏中の手拍子や歌声、指揮者と同じように指揮するお客さんの姿も。オーケストラと客席が一体になれる、そんな素敵なコンサートでした。



# 看護だより

手洗いとうがい  
清潔を心がけ、  
今年も病気知らずの  
元気な身体で  
冬を乗り切りましょう

秋も深まり、朝晩冷え込むよう  
になってきました。一口の気温の  
差が大きく、風邪をひきやすい時  
期ともいえます。

風邪の予防には、栄養と休養が  
大切ですが、風邪のばい菌を体  
に入れないことも大切です。自分で  
出来る事の中に、手洗いとうがい  
があります。

みなさん、外から帰った時や食  
事の前には手を洗っていますか？  
洗ったとしても、水道の水をジャー  
と出し、指先だけさっと水にくぐ  
らせて終わり！なんてことはあり  
ませんか？

それではせっかく手を洗っても、  
ばい菌をなくすことは出来ません。  
そこで、正しい手の洗い方を紹  
介します。一度確認してみてください。

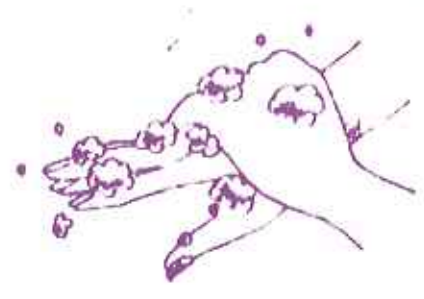
## 手の洗い方



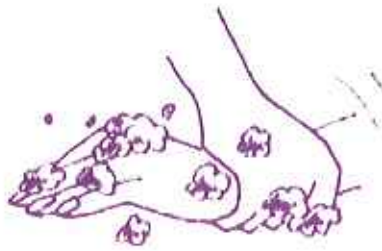
1. 長そでの時はそでをうでまであげる



2. 手全体をぬらしてせっけんをつける



3. 手のこうをこする



4. 手首を持って前後に回転させる



5. 指を組んで指の間も洗う



6. 指先は手のひらで引っかくようにして洗う  
7. せっけんをよく洗い流す

次にうがいですが、喉では呼吸した時に入る埃や煙、ガスなどの有害物質に敏感に反応し、咳き込んで排出したり、分泌液を出したりして身体を守っています。うがいは、口の中や喉の粘膜についてた有害物質を洗い流して清潔にする効果があります。また、空気が乾燥する冬などは、喉の粘膜の働きが低下しており、この時期うがいをするといいことは、喉の粘膜についてた有害物質を洗い流して清潔にする効果があります。

### うがいの仕方

- ① コップに入った水またはうがい液を適量口に含む
- ② 水を口の中であまんべんなく動かし口をすすぐ
- ③ ②を数回繰り返す
- ④ 新しい水を口に含み、上に向かってガラガラとのをゆすぐ。



# 芸術の秋！ ～利用者の方作を紹介～

養護老人ホーム高浜安立

特別養護老人ホーム高浜安立荘



竹細工のカニとカメ 折り紙で組み立てた  
瀧下 昇 作  
山口 きぬ 作



赤や黄色の紅葉をちりばめています

ケアハウス高浜安立 (俳句)

嵐山 氷雨の奥は紅葉かな (俳柳 一夫)

## 職員のやる気を引き出す勉強会を日指します！

社会福祉法人昭徳会では「高齢者福祉分野職員研修会」と題して、高齢者施設職員が中心となって勉強会を企画しています。

各施設での取り組みを発表した後、意見交換の場としてグループ討議を予定しています。

今年度で二回目の研修です。普段交流のない他施設の状況を知る良い機会となっています。



研修会場「法音寺湯ノ山研修センター」  
開催日：11月30日(水)

## みなさんからの

### ご意見・ご感想

### お待ちしております！

「高浜かわら版」は皆さんのご意見・ご感想を参考に、読みやすく楽しい誌面づくりを日指しています。各施設又は編集委員へお気軽にご意見・ご感想等お寄せください。

## 編集後記

今回のかわら版は、各施設の「秋」の様子を盛りだくさんに載せましたが、皆さんは毎年どんな秋をお過ごしですか？自然の摂理で食欲の秋になっってしまう方が多いかと思われませんが、冬に向けて脂肪を蓄えやすい時季なので、常に「腹八分目」を意識して、美味しく旬の食材を頂きたいものです。運動・芸術も楽しみながら、健康的な秋を過ごしましょう。

(授産所・加藤)

### 【編集委員】

加藤和世・才川衣香  
桑原恵子・加藤安紀

### 《発行》

☆特別養護老人ホーム高浜安立荘  
(併設)

高浜安立荘短期入所生活介護  
高浜安立荘デイサービスセンター  
高浜安立荘居宅介護支援事業所  
高浜市在宅介護支援センター

〒444-1335 高浜市芳川町1-2-73 TEL.(0566) 52-5050  
<http://www.syoutokukai.or.jp/takahamaanryuso/>

☆ケアハウス高浜安立

〒444-1335 高浜市芳川町1-2-48 TEL.(0566) 52-7311  
<http://www.syoutokukai.or.jp/carehouse/>

☆知的障害者通所授産施設 授産所高浜安立

〒444-1313 高浜市向山町6-1-1 TEL.(0566) 53-8551  
<http://www.syoutokukai.or.jp/jusan/>

☆グループホーム 高浜安立

〒444-1332 高浜市湯山町15-5-15 TEL.(0566) 52-5548  
<http://www.syoutokukai.or.jp/gh-lakahamaanryu/>

☆養護老人ホーム高浜安立

(併設)

高浜安立デイサービスセンター  
〒444-1304 高浜市豊田町3-1-15 TEL.(0566) 53-1263  
<http://www.syoutokukai.or.jp/home/>

☆生活支援ハウス高浜安立

〒444-1304 高浜市豊田町3-1-15 TEL.(0566) 53-6017

☆いこいの宿 高浜安立

〒444-1335 高浜市芳川町3-1-6 TEL.(0566) 54-0522