

第24号

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

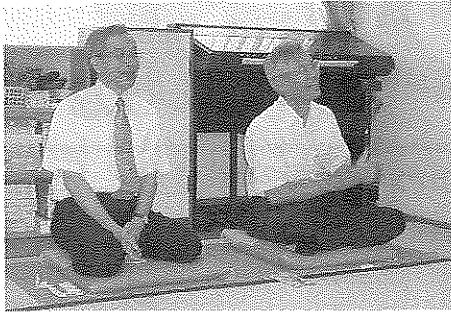


授産所開所祭
野菜や果物を頂く深谷さんと

- 主な掲載内容●
- 「敬老会」(養護老人ホーム・特別養護老人ホーム・ケアハウス)
 - 「がじまる会との交流」(特別養護老人ホーム・ケアハウス)
 - 「実習しました」「開所祭」(授産所)
 - 「痛みをやわらげ毎日をいきいきと」(養護老人ホーム)
 - 「ピアガーデン」「芳香剤作りませんか?」(ケアハウス)
 - 「冷たくって 美味しいね。」(特別養護老人ホーム)
 - 「看護だより～気管支ぜんそくに要注意」

ボケない一座 演技力が増す！

今後の更なる活躍が期待される



▲終始笑顔で拍手をされる森高浜市長（右）



次郎長と次郎長を心配する妻、お蝶の抱き合うシーン

く元気でいらっしゃる。いくつになっても何かに取り組み姿勢を示してくれる皆様に敬意を表します」とお祝いの言葉をいただき『長寿の祝い』を行いました。また入所者を代表して九十五歳の山脇蘭平

利用者参加型の敬老会で「目指せ、百歳！」

養護老人ホーム高浜安立

九月十四日、ご来賓の森高浜

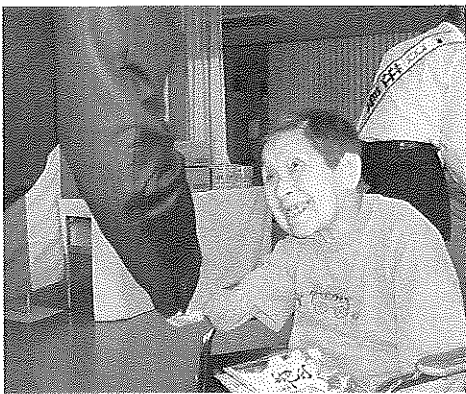
市長より「どの方の表情も明るく元気でいらっしゃる。いくつになっても何かに取り組み姿勢を示してくれる皆様に敬意を表します」とお祝いの言葉をいただき『長寿の祝い』を行いました。また入所者を代表して九十五歳の山脇蘭平

さんが「職員や他の仲間のおかげでこうして生きていることができます。みなさんに支えられながら百歳まで生きます」とお礼の言葉をのべられました。

余興として毎年恒例となっているボケない一座（劇団員十四名、平均年齢七十三歳）による寸劇が披露されました。今年「安立の次郎長」を演じました。「自分たちが演じることで、同世代の観客に喜んでもらいた

特別養護老人ホーム高浜安立荘

これからもどうぞすこやかに



わざわざ遠くからお祝いに
お越しいただき有難うございます

九月十五日、恒例の敬老会が開催されました。現在当荘には九十歳以上の方が二十九名入所されています。「一日荘長」の森高浜市長からは「高浜安立荘では健やかに過ごされる方がとても多いということですね」とのお言葉を頂戴しました。続い

い」という劇団員の言葉どおり、楽しい笑い声が響き、拍手かっさいの内に幕を閉じました。
お抹茶をいただいた後、元昭徳会の職員であった加藤四郎さんと高橋順子さんがマジックショーで長寿のお祝いをしてくださいました。加藤さんは今日が初舞台であり失敗も幾つかありましたが、それが大爆笑となり楽しい一時を過ごすことができました。

て市長と昭徳会副理事長からのお祝い品の贈呈があり、入所者代表からとても元気なお礼の言葉が述べられました。玄水流玄水館の方々による踊りの披露、

ケアハウス高浜安立

握り寿司に
注文殺到



寿司の屋台に行列をつくる入居者

九月五日の昼食時、敬老の日になんで、『にぎり寿司バイキング』を行いました。屋台の前には長蛇の列ができ、注文が

お抹茶と季節の和菓子に舌鼓と続き「これも長生きすればこそ」との声も聞かれました。ご協力いただいたボランティアの方々

に厚くお礼申し上げます。

殺到していました。寿司のほかにもソフトクリームやぜんざいなどが並び、大好物に囲まれて入居者も大満足。少し食べすぎた方も多かったようです。

九月九日、毎年恒例の敬老会を開催しました。日頃から施設運営に協力していただいている入居者に感謝状と記念品を贈呈しました。その後、竹祐会の皆さんに『民謡の集い』を開催していただき、入居者も歌や「こきりこの竹」をたたいて参加しました。最後のお茶会では、お抹茶と和菓子をいただきながら

日本にしか存在しない「敬老の日」

敬老の日は、兵庫県多可郡野間谷村（現在の多可町）の門脇政夫村長が一九四七年に提唱した「としよりの日」が始まりました。「老人を大切にし、年寄りの知恵を借りて村作りをしよう」と、農閑期に当り気候も良い九月中旬の十五日を「としよりの日」と定め、敬老会を開きました。

これが一九五〇年からは兵庫県全体で行われるようになり、後に全国に広がりました。その後「としより」という表現は良くないということで一九六四年に「老人の日」と改称され、一九六六年に国民の祝日「敬老の日」となったわけです。このため、「母の日」のように外国から輸入されたような記念

日と違い、「敬老の日」は諸外国にはありません。二〇〇三年、ハッピーマンデー制度で敬老の日を第三月曜日に移すにあたって高齢者団体から反発が相次いだため、老人福祉法第五条を改定して九月十五日を老人の日、同日より一週間を老人週間とすることになりました。



歌で参加する入居者

がじまる会の皆さんに元気をもらおう

二ヶ月に一回、がじまる会の皆さんが特別養護老人ホーム高浜安立荘に來所され、踊りを披露してくださいました。また、ケアハウス高浜安立には月に三回来所され、健康体操クラブの指導をしていただいています。派手な衣装と迫力ある踊りに利用者の顔にも笑顔があふれ出てきます。一緒に盆踊りを踊ると楽しいですよ。

派手な衣装に思わず笑顔

特別養護老人ホーム高浜安立荘



特養食堂で踊りを披露されるがじまる会

二カ月に一回、がじまる会の皆さんが慰問に來られます。移動することが難しい入所者が多いため、一階と二階それぞれで

踊りを披露してくださいました。二十分程度の短い時間ですが、全員で民謡を歌ったり、盆踊りを踊ったりと楽しい時間を過ごしています。

二階で開催する時はケアハウス入居者も合同で行うため、最後の盆踊りでは踊りの輪ができるほどの盛り上がりです。踊りを踊れない入所者も手や口を動かして参加しています。踊りもすばらしいですが、工夫された衣装も楽しみの一つです。

ケアハウス高浜安立 月三回の水曜日、健康体操クラブの講師としてがじまる会の皆さんに來ていただいています。一時間のクラブの前半は盆踊りの練習、後半はリハビリ体操となっており、入居者も自分の好みにあわせて参加しています。毎回着物を着て來所されるので、衣装も楽しみです。

ケアハウス高浜安立

七月二十九日、高浜安立荘ケアハウス高浜安立の合同夏祭りを開催しました。記念すべき第十回の夏祭りは天候にも恵まれ、盛況に開催することができました。

「合同夏祭り」 785名参加



盆踊りを楽しむ様子

当日は、民謡竹祐会、がじまる会、TAKAHAMA祭音の皆さんに祭りを盛り上げていただきました。また、ボランティアで協力いただいた関係団体の皆様、本当にありがとうございました。

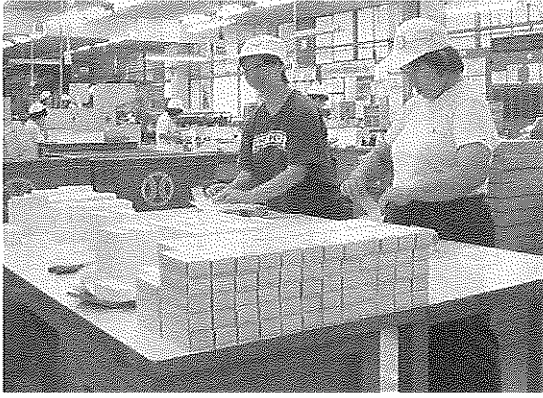


円になってリハビリ体操を楽しむ姿

知的障害者通所授産施設 授産所高浜安立 グループホーム 高浜安立

じっしゅう 実習しました

利用者四名が、小林記録紙(糊)と高浜市総合サービス(糊)に二人ずつ実習に行きました。



小林記録紙で実習中

小林記録紙(糊)の実習は授産所で行っている作業と

同じ内容でしたが、五日間会社に向いていたの実習だったため緊張は隠せませんでした。

しかし、実習後の感想では「言葉使いや行動を社会人として恥ずかしくないようににしたい」と他の利用者の前で発言しました。

高浜市総合サービス(糊)の実習内容は、いきいき広場の清掃(主にガラス拭き)です。ゴム手袋をはめ大きなガラスにむかい一生懸命きれいにします。ここへはこの後も複数の利用者の方が実習させていただく予定です。



きれいにガラスを磨きます

またこの他にもヤマト運輸(糊)や碧南市の中根加工所でも実習をさせていただきました。予定になっています。

開所祭

今年の第八回開所祭は例年より規模を縮小したのになりましたが、保護者の方、地域のボランティアさんの協力のおかげで利用者のみなさんはとても楽しむことができました。

した。

開会式前には愛知教育大学の実習生のギター、ピアノ演奏を聞いて盛り上がり、屋台村ではカキ氷が人気を集めました。今年はカキ氷の種類も増えましたが、人気の高かったのはせんじ金時、イチゴミルクでした。この2種類にはお代わり続出で食べ損ねた利用者さんもいたとか・・・。



司会のお手伝いさん

普段交流のある養護老人ホーム高浜安立からも数名の方が来所してください、昼食のカレーライスは「おいしかった」と好評で、楽しい時間をみんなで共有しました。

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 生活支援ハウス 高浜安立

痛みをやわらげ毎日をいきいきと

当デイサービスセン

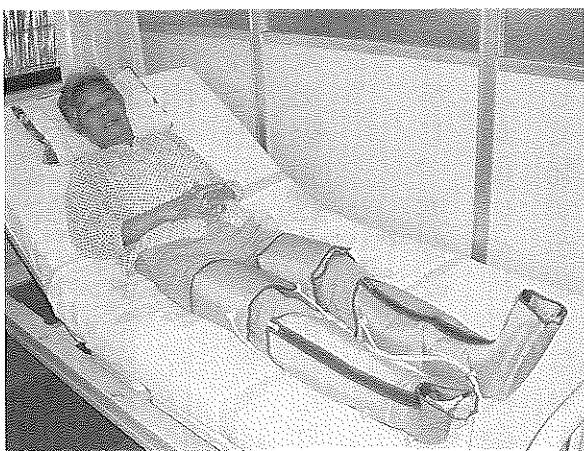
ターの利用者さんの多くは、膝痛や腰痛、肩痛に悩まされています。その痛みや足のむくみをやわらげるために、血行促進、疲労回復、

筋肉のコリをほぐすという効果のある『エアーマッサージ機』と、『温熱治療器』という二つの器具を導入しました。

また、リハビリの先生(作業療法士)にも四月から来ていただき、機能訓練を始めました。

『エアーマッサージ機』『温熱治

療器』利用の希望者は当初あまりいませんでした。初めての体験では、全員の方が緊張した表情をされ「本当に痛くないんだろうねえ」、「大丈夫だろうねえ」と口々に言われていました。



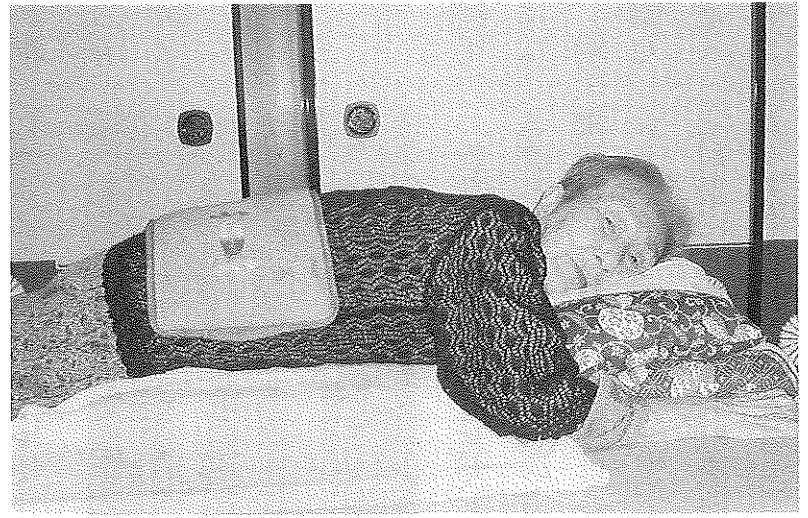
「エアーマッサージ機は気持ちいいなあ」

でも、いざ電源を入れて器具が稼動し始めると、なんともいえない気持ちのよさそうな、幸せそうな表情にかわりました。

体験された利用者さんは「気持ちがよくなり、痛みも少し楽になる。必ず次もやってちょうだいね」と言われ、いつの間にか『エアーマッサージ機』と『温熱治療器』は大人気になりました。

「これを楽しみにデイサービスにくるんだよねえ」と言われる利用者さんも現れてきました。

個別の機能訓練計画に沿ったリハビリを行うことで、痛みの軽減、むくみの改善に加えて〈身体機能の向上〉が見られてきた利用者さんもいらっしゃいます。また、身体の痛みやむくみが改善されたことにより、以



ほっかほかでうとうと

前より気持ちが前向きになった利用者さんもいらっしゃいます。「体を温めることで体の動きがよくなり、階段が上がったりするのが楽になった」「先生にマッサージをしてもらうと手の動きもよくなる」「これを始めてから体が楽になった」などと利用者さんにはとても喜んでいただいています。

ケアハウス 高浜安立

「氷の器」と「流しそうめん」で
見た目に涼しい手作りピアガーデン

八月十八日、ケアハウス駐車
場でピアガーデンを開催しまし
た。テーブルには入居者が余暇
時間で作成した氷の器、露店に
は手作り風鈴が吊り下げられ、
暑い夏の夜を涼しげに飾って



流しそうめんを必死に
キャッチする入居者



入居者の手作り・氷の器

れました。
夕方六時の開始時の空は晴れ
ていましたが、次第に天候が悪
くなり、途中で室内に移動する
ことになってしまいました。し
かし、目玉の流しそうめんなど

はなんとか屋外で実施すること
ができ、ひと通りは楽しむこと
ができました。今回はかき氷や
ソフトクリーム、スイカ、ぶど
うなどのデザートが多かったの
ですが、雨に降られたため、ゆっ

手作りの芳香剤で居室もさわやか

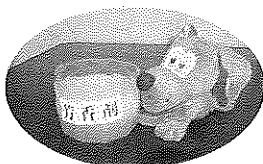
廃品を利用して「芳香剤」を
作りました。「何色にしようか、
何の香りにしようか。」と皆
で相談しながら、それぞれ個性
ある芳香剤ができました。現在
も各居室で良い香りを漂わせて
います。是非作ってみませんか。

芳香剤作りませんか？

【材料】保冷剤（ケーキを買うとついてくるもの）

水 透明のカップ 絵の具（二種類） 香水

- ① 保冷剤の中身を出し、二つに分ける。
- ② 水に絵の具を少量溶かして色水を二種類作る。
- ③ ②に香水（またはアロマオイル）を入れて香りをつける。
- ④ ①と③をまぜる。（ゼリー状になるように水の量を調節）
- ⑤ 透明カップに④を順番に入れる。※最初は失敗するかも…



赤と黄色の2種類で
芳香剤を作成中

くりデザートを味わうことがで
きずに残念でした。そのほか、
楽しいゲームも企画していまし
たが、それはまた次回の行事へ
持ち越しです。次の行事は「運
動会」です。ご期待ください。

特別養護老人ホーム高浜安立荘

(併設)

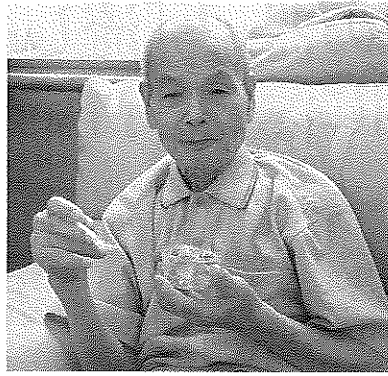
高浜安立荘短期入所生活介護

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

いっいの宿 高浜安立

「冷たくって 美味しいね。」

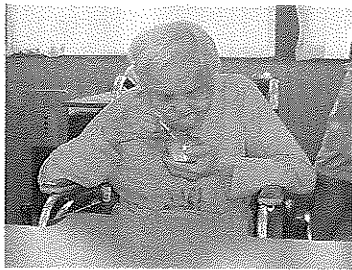


子どもの頃は、もっと大きいものを食べても平気やったぞ

お盆を過ぎても連日、気温が三十五度以上と残暑の厳しい日が続いています。そこで利用者さんに涼をとっていただこうと、八月二十三・二十四日の二日間、一階ハナミズキグループの皆さんがおやつ会でかき氷を味わいました。栄養士や介護職員が氷

をかき、利用者さんには、抹茶・レモン・いちごの中から好きな味を選んでいただきました。また希望者には、練乳をかけたり、小倉あんや缶詰のみかん・桃などをかき氷の上に乗せて食べていただきました。「冷たくて美味しいね。」となんと三杯もおかわりされる方や、「子供の頃には、氷の上に乗るのを楽しんで食べてきた」

きだったのが好きだった



暑い時にはかき氷に限るね

よ。」と昔を懐かしむ方もおられます。利用者さん、職員共に、暑さを忘れて楽しんだおやつ会でした。(特養)

デイサービスでは、毎年恒例の納涼会をお盆過ぎに行っています。今年は「昔懐かしさ」をテーマに、利用者さんにも「懐かしさ」を感じていただこうと、ダイルームの所々に俳優さんの若い頃のポスターを貼ったり、射的や輪投げの的に、ブリキのおもちゃや昔のお菓子の空き箱などを用意しました。

輪投げと射的は、ひとり何回と回数を決めずに何回も挑戦で

なつかしき

納涼会で

のど自慢

きるようにしています。一回だけの方もいれば、納得のいくまで挑戦する方もいます。ゲームの周りでは、やっている方も見ている方も思わず力が入り、「惜しい!」「すごい!」などと一緒に喜んだり残念がったりと、とても盛り上がりました。

納涼会のしめくりはのど自慢です。歌われる方が少ないのではと心配していましたが、途中で職員の歌もはさみながら曲が途切れることがありますでした。

最後に利用者さん、職員全員で歌える曲を大合唱し、納涼会を終えました。(デイサービス)

看護だより

気管支ぜんそくに 要注意

秋は空気が乾燥するため風邪をひきやすくなります。また気管支などの機能低下を招くため、病状が悪化する傾向があります。気管支ぜんそくは、気管や気管支などの気道部分に慢性的な炎症が生じる病気です。

ダニやハウスダスト、花粉、ペットの毛や食べ物などに対するアレルギー反応で起こるアトピー型と、ウイルスや細菌感染、ストレスなどから起こる非アトピー型があり、アトピー型が気管支ぜんそく全体の三割を占めています。

非アトピー型は、慢性気管支炎と同様に四十歳以上で発症することが多いようです。

気管支ぜんそくの発作

気管支ぜんそくは、ぜんそく発作と呼ばれる激しい症状を伴います。発作は夜中から明け方にかけて起こることが多く、ヒューヒューと苦しい呼吸になります。さらにひどい呼吸困難になることもあります。

発作が軽い場合は二十分程度おさまりますが、重症化すると血液中の酸素が不足して、意識がなくなったりチアノーゼが出現することもあります。窒息を起こして突然死することもあるので、発作が三十分以上続くような場合は、すぐに病院に連れていく事が大切です。

気管支ぜんそくの予防

気管支ぜんそくは発作が起きなければ日常生活に支障はありません。アトピー型気管支ぜんそくの発作を防ぐには、アレルギー

ギーの原因になるアレルギーを近づけないことが大切です。気管支ぜんそくなどの呼吸器の病気を予防するには、まず禁煙です。愛煙家には厳しい選択ですが、一週間に二本ずつ減らすといった自分なりの目標を決めて禁煙を目指しましょう。自分が吸っていない周囲の人のたばこの煙でも発作が起きることがあるので注意が必要です。

また、空気清浄機などで室内の空気をきれいにする、ほこり

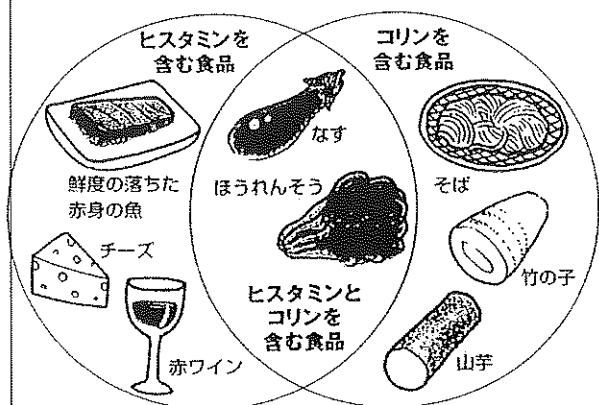
がたまらないように掃除をこまめに行うなど、住環境に対する気配りも重要です。

風邪をひかないように冬場にはしっかりと防寒することや、外出時マスクをすることなどが効果的です。栄養が偏ると、免疫力が低下します。日頃から、蛋白質・脂肪・糖質の三大栄養素に加え、ビタミン・ミネラルのバランスがとれた食事を心掛けましょう。

参考文献 食べて治す・防ぐ
医学事典 講談社

ぜんそく発作を誘発しやすい食品

アレルギーとなる食品はもちろん除去するようにしますが、ヒスタミンやコリンを含む食品の中には、ぜんそく発作を誘発しやすいものがあります。



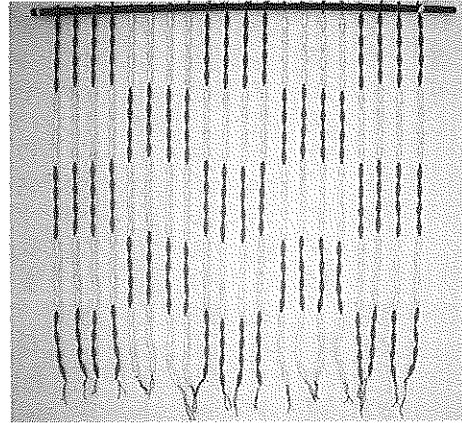
香辛料
香辛料は気道を刺激して、ぜんそく発作を誘発することがあるので控えめに。



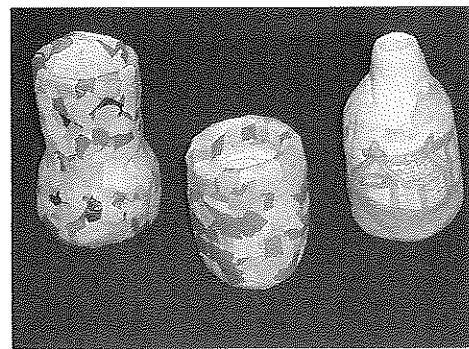
私たちの自慢の作品です

養護老人ホーム高浜安立

特別養護老人ホーム高浜安立



のれん作りの会



ペットボトルと紙粘土で作りました

10月・11月の行事予定

【特別養護老人ホーム高浜安立荘】

10月7日 秋祭り

【養護老人ホーム高浜安立】

10月21日 ひなた祭り

11月5日 いきいき広場

まつり参加

【高浜安立荘デイサービスセンター】

10月 秋祭り

11月 運動会

【授産所高浜安立】

10月13日 福祉コンサート

10月19日 芋掘り招待

10月26日 歯科検診

【ケアハウス高浜安立】

10月6日 運動会

11月中旬 日帰り旅行

【グループホーム高浜安立】

10月 誕生会

編集後記

九月といえば「敬老の日」高齢者施設では様々なイベントが開催されました。

さて、老人の域に足を踏み入れたような言葉『初老』とは何歳ぐらいを指すかご存知ですか？高齡化社会の現在では六十歳ぐらゐをイメージしますが、実は四十代のことをいいます。

『四十暗がり』『四十肩』などという言葉があるように、体の老化が表れるのが四十歳すぎからです。暑い夏が終わり、過ごしやうい季節になってきました。が、健康には十分注意しましょう。

【編集委員】

加藤 和世 (特養)

杉浦 昌子 (養護)

岡崎 信夫 (授産所)

才川 衣香 (ケア)

《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

〒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5-5-15 TEL.(0566) 52-5548
<http://www.syoutokukai.or.jp/gh-takahamaanryu/>

☆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