

第28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



碧南市「広藤園」藤まつり参加。見頃が過ぎ、少し残念でした。(ケアハウス)

- 主な掲載内容●
- 「端午の節句、楽しみました」(ケアハウス・特養・養護)
  - 「応援お願いします」「潮干狩り招待」「障害者スポーツ大会」(授産所)
  - 「いちご姫作りに挑戦」(ケアハウス高浜安立)
  - 「お花見にいきました」(高浜安立荘デイサービス・特養)
  - 「買い物で気持ちもおなかも満足♥満足」(養護デイサービス)
  - 「会えるのを楽しみにしています」(養護・授産所)
  - 「看護だより ～カテキンパワーに注目～」

# 子供だけじゃないよ♪端午の節句

ケアハウス高浜安立

「さつきまつり」は  
子供に返って大はしゃぎ  
ポーリング大会で大歓声



新聞紙で作った兜をかぶって照れ笑い

皆でそれぞれに  
楽しみました

五月七日、『さつきまつり』を開催しました。子供の日にちなんだまつりなので、参加者に新聞紙で兜を作ってもらいました。最初は「折り方を忘れた」「兜なんか作っても…」と言っていた入居者も出来上がると思

わず笑顔になっていました。会場の一角ではポーリング大会も開催しており、ピンが倒れる度に歓声が上がっていました。ちまきを食べながら『背くらべ』や『鯉のぼり』の歌も歌い、子供時代を思い出す一日でした。

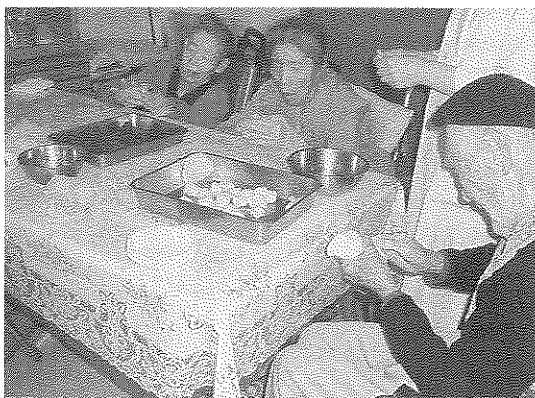
特別養護老人ホーム高浜安立荘

## 今年自分たちで作ったよ

毎年端午の節句が近づくと、中庭には鯉のぼりが元気に泳ぎ、お茶の時間に柏餅を食べます。今年も、端午の節句をより身近に感じてみよう、と、柏餅の手作りに挑戦しました。

生地や餡を手渡すと、すぐに手が動き始めたのはさすがです。今年も例年と一味違う柏餅を味わいました。

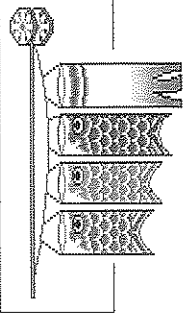
厨房で蒸してもらった生地を小分けにして丸めるのは、昔和菓子屋で働いていた入居者さん。左手で生地を挟みながら右手の親指と人差し指で生地をちぎります。こちらでは、別の入居者さんが、餡を丸めています。



自分達で作ると味わいも格別だね

養護老人ホーム高浜安立

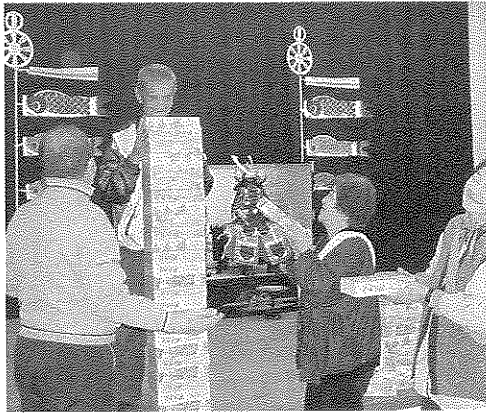
元気に泳げ！こいのぼり



皆で元気でいられるようにとの願いをこめて、五月二日、端午の節句会を行いました。

こいのぼりやよろいかぶとの飾られた集会室に集まり、まず節句にちなんだ紙芝居を楽しみました。声色を使った職員の話り口に、笑いが起こり、子供の頃を思い出したのか、皆さん真剣なまなざしで聞き入っていました。

続いて二つのグループに分か



いくつ、積めるかな

れステージ上にティッシュボックスを積み上げていきます。箱が五つ重なるごとに鯉が一つずつふえ、吹流しまでは十五個積まなければなりません。たすきをかけた選手は緊張の面持ち

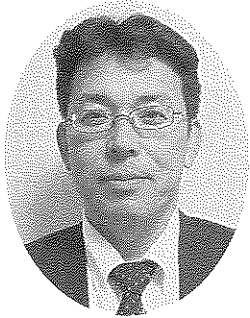
で箱を積んでいきます。無事に積み終わると緊張がほぐれ笑顔がこぼれます。ほっとしたとたんに座り込み、たすきを渡すのを忘れて次の人から大声で呼ばれたり、たすきが届く前から走り出したりとにぎやかで楽しいゲームとなりました。

双方互角の戦いで、両チーム共にりっぱなこいのぼりを上げることができました。最後はいくつ箱が積み上げられるか競争し、なんと28個を積み上げたグループが優勝☆皆さんの満面の笑顔で万歳三唱！お互いの健康を祈りつつ、端午の節句をお祝いしました。

授産所高浜安立

応援お願いします！

所長 あいさつ



成瀬 正孝

このたび二十五年間勤めてきた知的障害児施設から授産所高浜安立にやってきました。

「瓦の町」「福祉の町」として有名な高浜市で勤務できることに大きな喜びを感じています。また、高校時代を刈谷で過ごしたため、高浜や碧南には沢山の友人がおり、古い友との再会も楽しみです。

さて、障害者自立支援法の施行により、障害者を取り巻く環境は大きく変わろうとしています。

す。授産施設も平成二十三年までには新体系への移行を迫られています。授産所高浜安立は、利用者の皆さんと将来的なライフスタイルを共に考え、生まれ育ったこの地域でいきいきと暮らしていただくためのお役に立ちたいと願っています。

スタッフも新たなメンバーを加えやる気満々です。どうぞ皆さん、応援よろしくお願いします。

# 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

## 潮干狩り招待

～奥田北海岸にて～

今年も豊田自動織機(株)様が工場所在地にある施設を招待して開催される「ふれあい潮干狩り」に参加させていただきました。

ボランティアとして自動織機のOBを始め、「技能専修学園」の生徒の方が一二〇余名参加されました。



ペンギンさんと一緒に♪



親子で必死です！

参加者は、数週間前から職員が潮干狩りの関連事項を話すと、それを聞き漏らすまいとして話に集中し、五月十五日の当日を迎えました。出発前に少し雨がぱらつきましたが次第に太陽が顔を出し、これまでにない上天気の中で貝を拾うことができました。熊手を持ち、わき目もふらずに貝を探す人、グループを

組んで獲る人、保護者と並んで獲る人、専修学校生の手を引いて案内をする人、様々な様子を見ることが出来ました。

獲れた量はまちまちでしたが皆さん満足して家路に着かれました。

## 障害者スポーツ大会

～豊田陸上競技上にて～

五月十九日(土)、朝は雨が気になるところでしたがみんなの気持ちと同じく晴れ上がりました。そんな中で競技が開催され、いろいろなドラマがありました。



～凛々しく表彰台にて～



50m走女子// 整列//

五十・百米走ではハプニングがあったにも関わらず必死に走り切り、全員が完走しました。フライングディスクでは距離を伸ばす種目と枠の中に上手く通すものがあり、多くの人たちの応援の甲斐あって選手は大健闘しておりました。メダルは金・銀・銅とそれぞれ取り、また取れなくても「また来年がある！」と気合を入れ直している人もいました。

高浜市の職員さん、付き添いの保護者の方々のご協力のもとで大変有意義な日を迎えられたことを感謝いたします。

# ケアハウス高浜安立

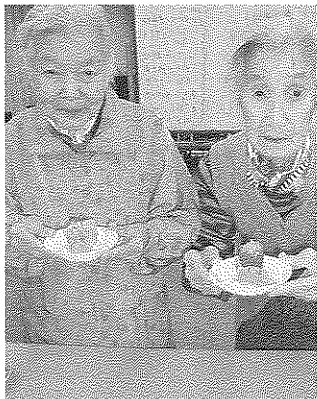
## 「いちご姫」作りに挑戦

### お菓子づくりにも14名参加



苺にあんこをつけて焼いた皮で包んでいます

四月の余暇時間で『いちご姫』作りに挑戦しました。お菓子作りが好きな入居者十四名が参加し、役割分担をしながら作業を進めていきました。一番のポイントは、やはりピンク色の生地作りです。食紅の量や生地厚さを調節するのはなかなか難し



試食前に記念撮影

かったですが、作っているうちにだんだん上手に焼けるようになりました。あんこをつけた苺を生地で包むと完成です。名前通り、とてもかわいく、春らしい『いちご姫』が出来上がりました。あまりのきれいな色に、「食べるのがもったいない」という声もあがっていたほどです。お菓子作りはとても好評で、入居者から「今度は〇〇を作りたいね。」と、様々な意見が飛び交っていました。

# 公園散策で気分転換を

三月二十七日、中部公園の散策に出かけました。施設の近くの公園ですが、公園内に入ったことのない入居者も多く、十名が参加しました。公園内の花を觀賞したり、遊具で遊んだりして楽しい時間を過ごしました。居室で過ごす時間が長い入居者にとっては良い気分転換になり、「やっぱり外の空気はおいしいね。」「時々ドライブがしたい」と会話も弾んでいました。

## 今年度の行事も絶好調 お花見「亀城公園」満開



満開の桜の前で

四月三日、今年度最初の行事、「お花見」を企画し、亀城公園へ出かけました。少し肌寒かったものの桜は満開で、風に乗って花びらが散る様子はとても風情があって参加者も『春』を満喫することができました。



公園内を散策しています

ローラーすべり台を  
楽しむ入居者



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  
 いいいの宿 高浜安立

### みんなで食べると

### 食も会話も進むよ!

今年も桜の季節になり、天気の良い日はお弁当を持って大山公園へお花見に出掛けました。お弁当は、一人分ずつではなく、皆で囲める大皿盛にしました。そのせいか、また屋外で食べているせいなのか、「これ美味しいよ」「もう一個、おにぎり食べりん」などと、いつもより会話も食も進んでいたように思えます。

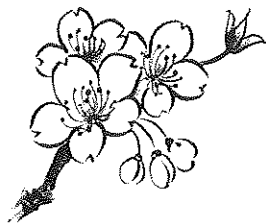
食事の後は、動物を見に行く人、神社にお参りに行く人、ゴルフと横になって日向ぼっこさ

れる人、と皆さん思い思いに過ごされました。

今年のお花見は、予想していた日程よりも開花が遅くなり、まだ咲き始めの状態でのお花見になってしまったのが少し残念でした。

来年こそは開花予想を的中させ、満開の桜の下で皆さんと一緒にお弁当を広げて、お花見を楽しみたいと思っています。

(デイサービス)



## 来年は

## 満開の藤見たいなあ

四月二十三、二十四、二十六日の三日間、特養としては初めて碧南の広藤園の藤見物に出掛けました。藤の花はまだ四〜五分咲きぐらいで、藤棚の位置もかなり高いため、車椅子の利用者さんの視界に藤の花がどれだけ入ったか、少々疑問の残るところではあります。

三日目はポカポカと春らしい絶好の花見日和で、心なしか藤



ポカポカと気持ちがいいね



花はまだ3〜4分咲きでした

の花の香りが漂っているような気がしました。

以前何度か藤見物に来ていたという方が、「昔はこの半分ぐらいの広さしかなかったよ」「十三年振りぐらいで来れたよ」と、とても喜んで下さいました。昼食前の短い時間だったので、のんびり出来ませんでした。屋外の清々しい空気に触れたひとときでした。今度は満開のときに来たいですね。(特養)

# 買い物で気持ちもおなかも満足♥満足

## 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



利用者さん自身が  
見たり、聞いたり、  
触れたり、選んだり  
などすることにより、  
社会的孤立感の解消  
や心身機能の維持回

復を図るため外出プログラムを  
実施しています。

今回は外出プログラムの一つ  
である買い物を紹介します。  
車で二十分の碧南市のショッ  
ピングセンターに到着するまで

どんな服がにアウかしら

の車内では、会  
話も弾み笑顔いっ  
ぱいです。売り  
場に入ると、皆  
さんの目が輝き、  
いきいきとして  
普段あまり歩か  
ない方も、職員  
を引っ張りお目  
当ての場所へ直  
行です。履物の  
品定めをしたり、  
洋服の試着をす

る利用者さんもいます。  
野菜や惣菜を手に取り、  
お菓子をかごに入れ、皆  
さん大忙しです。「これ  
でしばらく買物に行かな  
くて済む」と皆さんかご  
一杯に買物をされました。  
楽しい時間は過ぎるのが



早く、利用者さんからは「時間  
が足りない」とのお叱りの言葉  
もありました。

利用者の皆さんにとって、事  
前に何をかうか予定を立てるこ  
とから始まって、店内で商品を  
直接見て、手にとり感触を確か  
め、選ぶといった一連の流れが、  
五感を活性化させて生活意欲も



今日のおやつはなにしようかなあ

増進し、ストレス解消にもつな  
がります。

今後も利用者の皆さんが知ら  
ず知らずのうちに身体を動かし、  
頭を使い、喜びを感じるような  
楽しいプログラムを計画してい  
きたいと思えます。

(養護老人ホーム高浜安立  
デイサービスセンター)

養護老人ホーム・授産所施設交流

会えるのを楽しみにしています

お互いに学ぶところがたくさんあります

ある日、利用者さんから、「今日は授産所やる？わし、いくけん！」と声をかけられました。

平成十四年から月に二回、授産所高浜安立に行き、一緒に作業をさせていただいています。



みんなでやれば仕事も楽しいね

ホームの利用者さんにとつて授産所さんとの交流は人のお役にたったとの充実感と喜びを感じることができ  
る大切な交流です。

(養護老人ホーム高浜安立)

作業室の扉を開けると、笑顔と大きな声で「おはようございます」と迎えてくださりとても  
幸せな気持ちになります。

今日の作業は、ゴム製の部品を一つ一つ手で取り外していく  
作業です。お互いに顔見知りな  
ため、口もしっかり動いて  
おり、あっというまに帰りの  
時間となります。「もう  
帰るんか」「もう少しだけ」  
「また来てね！」との声に  
送られて終了します。



みんなと一緒に作業に熱中!!

養護老人ホームのお兄さん？  
お姉さん？達が作業室に入っ  
てくると授産所のみんなは元氣な  
あいさつで迎えます。

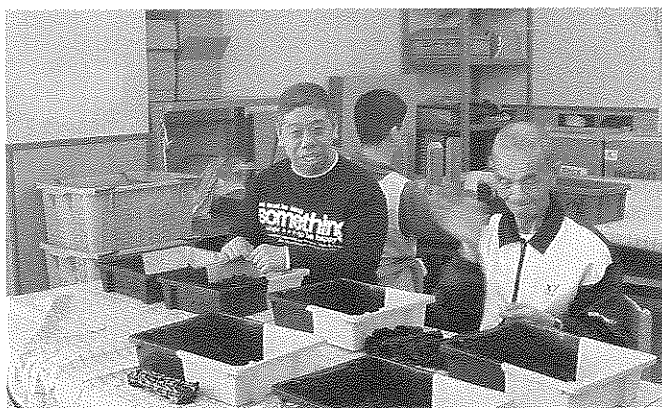
交流に見える方はほとんど作  
業に慣れているので手つきも早  
く、授産所の利用者に負けずと  
箱いっぱい製品を完成させて  
ください。

休憩時間になると互いに話す  
きっかけを作るとそこから盛り  
上がることも多々あります。あ  
る女性利用者は「〇〇さん今日

はいないね」と名前まで覚える  
ほど仲良くなりました。

授産所と養護老人ホームでの  
交流を通してみんなはお年寄り  
に対して気遣いもできて人との  
関わりもうまくなっています。  
明るく元氣なこの授産所でまだ  
まだ人生の大先輩に教えてもら  
うことはたくさんあります。  
これからもよろしく願いま  
す。

(授産所高浜安立)



♪たのしく会話も弾んでいます♪



# 看護だより

## カテキンパワーに注目!

日本茶を飲むと独特の味が広がりますが、それは口にした時の渋味カテキンとカフェインの苦味、旨味を作り出すテアニンの三要素によるものです。

このうちのカテキンには、病気の予防や健康増進などに役立つ素晴らしい効能があることがわかってきました。

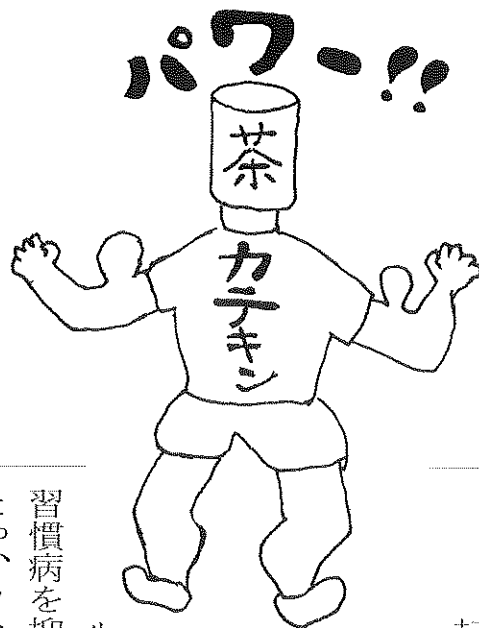
## カテキンで感染予防!

### ① 抗菌・殺菌作用

コレラ菌、黄色ブドウ球菌、サルモネラ菌、赤痢菌、カンピロバクター、MRSA、O157、肺炎マイコプラズマ、白癬菌などの細菌や真菌(カビ)を殺菌します。

### ② 抗ウイルス作用

インフルエンザウイルス、H1Vなどのウイルスの感染や増殖を抑えます。



### ③ 抗毒作用

コレラ毒素、腸炎ビブリオ、百日咳毒素、ベロ毒素などの毒素を消し、無力化します。

### ④ 抗アレルギー作用

花粉やほこりなどの異物が体内に侵入すると、細胞からヒスタミンなどの物質が放出されますが、緑茶にはヒスタミンが出るのを抑制する働きがあります。

### ⑤ 抗骨粗しょう症

骨では常にカルシウムの放出と吸収が行われていますが、バランスが崩れて放出過剰となることで骨粗しょう症が引き起こされます。カテキンにはカルシウムの過剰な放出を抑える優れた効果があります。

また日本茶には、ビタミンCやミネラルが多く含まれ、生活習慣病を抑制する作用があることや、クロロフィルが豊富でメラニン色素の沈着を防ぐ作用もあり、美容面からも理想的な飲み物といえます。

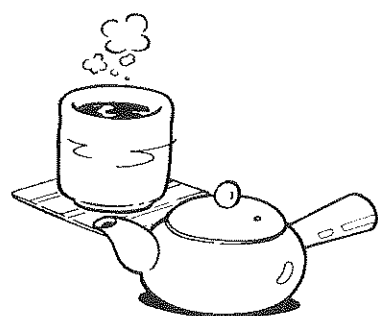
## お茶を飲む習慣をつくらう!

食事中、もしくは食後に好みのお茶を好みの濃さで一〜二杯。

一煎目はぬるめのお湯で旨味を味わい、二煎目は熱めのお湯で渋味(カテキン)を味わいましょう。

種類としては緑茶では煎茶や番茶がおすすめです。

夏に向けての注意点は、牛乳と同時に飲まないこと(牛乳のタンパク質とカテキンが結合して効力が低下する)です。



### 参考文献

「奇跡のカテキン」

(PHP研究所)

日本茶めぐり

(JTBキャンブックス)

# 私たちの自慢の作品です

ケアハウス高浜安立

養護老人ホーム高浜安立

落のとう

苦味は古い恋人に似て

肩先で

ゆれる嬉しさ 春シヨール

(畔柳 一夫さん)

高浜安立荘デイサービス

西窓の

日除けとなりし 柿若葉

(山田 いねさん)



お手玉作成 鈴木幸子さん

## 六〇八月の行事予定

【特別養護老人ホーム高浜安立荘】

六月上旬 花しょうぶ見物

【ケアハウス高浜安立】

六月上旬 花しょうぶまつり

※合同夏祭りは八月四日(土)開催予定

【養護老人ホーム高浜安立】

六月上旬 花しょうぶ観賞

七月上旬 七夕祭り



## 編集後記

まぶしい新緑の季節を迎え、屋外には桜の花の桜色に替わり、若葉の柔らかい黄緑色、藤の花の薄紫、みかんの花の白、つつじの牡丹色や薄いピンク色と、様々な色と春の息吹きがあふれています。田圃では、整然と並んだ苗がそよそよと風になびいています。四季のはっきりとした国に

生まれた幸せを感じる日々です。皆さんも散歩に出掛けて、力強い自然の生命力に触れてみてはいかがでしょう？

(特養 加藤)

### 【編集委員】

才川 衣香 (ケアハウス)

平賀 美保 (授産所)

杉浦 昌子 (養護)

加藤 和世 (特養)

### 《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