

第30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



無銭飲酒の悪党を捕らえ得意気な岡っ引き（養護老人ホーム高浜安立）

- 主な掲載内容●
- 「いつまでもおすこやかに！」（養護・ケアハウス・特養）
 - 「楽しかったよ！合同夏祭り」（特養・ケアハウス・授産所）
 - 「バーベキュー会」「開所祭」（授産所）
 - 「眼差しの先は流れるそうめん」「花火の美しさに目が冴える！」（養護）
 - 「猛暑は『これ』でぶっ飛ばせ！」（特養・ケアハウス）
 - 看護便り ～メタボリックシンドロームって、何？～

いつまでもおすこやかに!

～「長寿の祝い」「敬老会開催」～

養護老人ホーム高浜安立 自分たちで祝った敬老の日



利用者さんに声をかけながら花束を渡す森市長

九月十七日の敬老の日、養護老人ホームで長寿の祝いをいたしました。九十歳以上のご長寿の方十八名に森高浜市長より「来年

もお祝いが出来るよう長生きしてください」と祝辞と花束が送られました。

ご長寿の方を代表して、九十六歳の山脇閣平さんより「高浜で生まれ、各地を巡りこうして高浜に戻り長寿を祝ってもらえることはとても幸せです」とお礼の言葉を述べられました。

今年も市長が楽しみにしているボケない一座(平均年齢七十七歳)の演劇が公演されました。題

↓桜吹雪をカッコ良く見せる金さん



↑飲み代を支払わない悪党に困る店の主人

百歳以上、全国で三三二、二九五五人

敬老の日の九月十七日、新聞紙上で高齢者人口が発表されました。愛知県内の満百歳以上は、八月時点で二、二六八人です。ちなみに高浜市の満百歳以上は九人(女性のみ)です。東京都老人総合研究所が東京都の百歳以上の高齢者を対象に実施した性格調査によると、百寿の人は、自分を律して健康的な生活習慣を維持できる「誠実性」と、新しい価値観を受け入れやすく、文化・芸術などへの関心を持ち、体が弱っても、うまく受け入れてストレスを減らせる「開放性」が高いという傾向が出たということです(中日新聞記事より)。また、「腹八分目」とクヨクヨしないのが、「長生きの秘訣」と、ある高齢者は教えてくださいました。皆さんは長生き出来るそうでしょうか？

目は「遠山の金さん高浜編」です。役者の大熱演に笑いや拍手が沸き起こり、お捻りが飛んできそうなかっこいい演技でした。劇団員のはつらつとした姿に観客も大いに力付けられ、帰りの足音は力強く感じられました。
ますますお元気で、来年もお待ちしております。

ケアハウス高浜安立

「笑い」あり、「涙」ありの感動の1時間

敬老の日より一週間早い九月八日、竹祐会の皆さんを招いて『敬老会』を開催しました。所長のお祝いの言葉に引き続き、日頃から施設の環境美化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。

式の後には四十五分間に亘って竹祐会の皆さんによる『民謡の集い』が開催されました。北は秋田から南は沖縄まで、



施設から感謝状を渡しました



こきりこの竹を叩いて演奏に参加する入居者

全九曲の民謡を聞かせていただきました。今回は入居者も知っている民謡が多く、一緒に口ずさんだり、拍子をとったり、囃子を入れたりと様々な形で演奏に参加していました。中には故郷の民謡を聞いて懐かしさのあまり涙を流す入居者もいました。演奏の後は入居者にも協力していただきお茶会を開催しました。

特別養護老人ホーム高浜安立荘
園児から元気をいっぱいもらったよ！

九月十一日、敬老会を開催しました。『一日荘長』としてお迎えした森高浜市長と、法音寺本部事務長からご祝辞とお祝いの品をいただき、九十一歳と八十七歳の入所者にお礼の言葉を述べていただきました。こまでは昨年までの敬老会とほぼ同様ですが、今年はアトラクションが変わりました。小さな子供さんを眺める高齢者の表情はとても生き生きしておられ



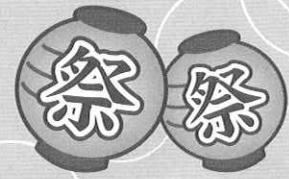
ご長寿おめでとうございます



はじけるほど、元気いっぱい！

るということで、同法人内の光徳寺保育園の園児のお神輿と踊りと歌を見せていただきました。園児の元気が良すぎて少々驚かれた様子もありましたが、高齢者の顔もほころび、踊りに合わせて手拍子もあちらこちらで聞かれました。園児手作りのメダルも一人一人掛けてもらい、一緒に元気ももらった敬老会でした。

合同夏祭り



特別養護老人ホーム高浜安立荘

夏のひと夜の宴は大にぎわい

八月四日、いよいよみなさんお待ちかねの夏祭りです。毎年、梅雨や台風の影響で心配顔で空を見上げてばかりでしたが、今年は天気心配は全くなし！の晴天で迎えることが出来ました。

また昨年までは、職員がボランティアで焼きそば露天を手伝っていた授産所が今年も合同開催ということで、利用メンバーやご家族も合わせて百名近く参加されたそうで、例年以上の賑わいでした。



祭りといえば盆踊りですね

入所者のご家族も、娘さん、息子さんだけではなく、お孫さんやひ孫さんまで来ていただけたようです。終了予定時刻の三十分ほど前、やはり雨とは縁が切れませんでした。雷と一緒にサーッと降り出しましたが、花火は見る事が出来ました。祭に花火は欠かせません。来年は最後までのおんぴりと楽しむことができますように。

ケアハウス高浜安立

入居者40名参加

朝から天候に恵まれ、恒例となった夏祭りが始まりました。ケアハウス入居者も続々と会場に集まり、ケアハウス席が満席の状態ですタートしました。

祭りの最初のプログラムは「盆踊り」でした。日頃からクラブ等で練習をしていた入居者が少しずつ踊りの輪の中に入ってきて、がじまる会の皆さんと一緒に楽しく踊ること



踊りを見ながら祭りを楽しむ入居者

盆踊りや露店で大賑わい



やぐらを囲んで盆踊りを披露

ができました。途中、天候が悪化して予定時刻よりも早く花火が打ち上げられました。居室に戻ろうとしていた入居者も空いっばいに広がる花火に帰る足を止め、間近で花火を見ることができました。そして、たくさんのお食べ物を両手に下げて無事帰宅しました。



楽しかったよ!

授産所高浜安立

施設あげての初参加!

今年の合同夏祭りはかなり盛り上がり、何と

言っても授産所

製の「ボカシ」

を初めて売り出

したことが印象

に残りました。

ボカシのお試し

品もほとんどな

くなってしまい、

ついでに買って

行くお客さんもいて、予想以上の売り上げもあり

ました。この写真にある「のぼり」は七月の第三

土曜日に作った「手作りのぼり」です。利用者さ

んと保護者の方々の合作がこの日に大いに役立ち

ました。普段も授産所の敷地に立ててあるので近

くにお寄りのさいは是非見に来てくださいね。

授産所関係の参加者も例年より多く、地域と

の関わりもこれからどんどん深めていきたいと思

います。

皆様のご協力大変ありがとうございました。



☆僕らはボカシ販売隊いらっしゃ〜い☆

焼きそば担当・・・

授産所の焼きそば担当が

帰ってきました。職員Sさん

調査の秘伝ソースでおいしい

焼きそばが出来上がりまし

た。今回は授産所職員と分か

るようにチームTシャツを着

ての参加で、熱い鉄板を相手

に格闘しながらの作業でした。

一緒に取り組んでいただいた

法音寺青年会の協力もあり見

事完売しました。ありがとう

ございます。



職員も気合十分!揃いの授産所Tシャツ!

夏祭り前に・・・

夏祭り当日、実は高浜市の

行事「レガッタ」へ職員が早

朝参加してきました。競技結

果は残念ながら予選敗退でし

たが来年もまた頑張ります。

(所長より)

参加者の感想

●花火がとてもきれいだっ
が、雨が降り出して残念だ
った。

●席が確保してあったので、
ゆつくり楽しめた。

●食べ物がたくさんありすぎ
て食べきれなかった。

●盆踊りの時間がもう少し長
いともっと踊れた。

●焼きそばがとてもおいしか
った。

●混んでいる露店で並ぶのが
大変だったが、食べれて良か
った。

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

バーベキュー会開催

八月十七日に保護者会主催のバーベキュー大会がありました。この日は天気も良く、駐車場内にテントを張り、その中で、肉、野菜を焼く保護者の方々には大変ご苦労さまでした。おかげで楽しいひと時が過ごせました。



暑いテントの中、たくさんの肉・野菜！

第九回開所祭 みんなの開所祭です

高浜市に根を下ろして九年目を迎えた九月十五日に開所祭を行いました。模擬店ではジュース・団子・かき氷・カレーライス。アトラクションでは変な金髪のセーラー服娘(?)たちのダンスやピアノの弾き語りやゲーム等で大変盛り上がりしました。

みなさん楽しい一日を有難うございました。

この祭りを盛り上げてくださったのは、民生委員さん・高浜高校の生徒さん・そして何より底力を発揮してくださった保護者の方々です。



かわいい女子たちがいっぱい!?

保護者の方々が早くから準備をして下さったカレーライスは、「おいしかったー」と大評判でした。



☆ゲーム☆

がんばったね!
入賞おめでとう!!



<http://www.syoutokukai.or.jp/jusan/>

ホームページURL

をとりつて作り直しました。詳しくは新しく改定したホームページをご覧ください。



今回授産所高浜安立でボランティア組織を立ち上げました。名前は「ジャンプ」です。このロゴのとおり(授産所高浜安立みんなのパワー)のそれぞれの頭文字をとって作り直しました。詳しくは新しく改定したホームページをご覧ください。

ボランティア募集 ホームページリニューアル

授産所はこのように皆で支えあう、イキイキとした元気な施設を創っていききたいと願っております。
ご協力いただいた皆様に深くお礼申し上げます。
みんなからもらった元気で頑張るぞー!

養護老人ホーム 高浜安立 (併設)高浜安立デイサービセンター 生活支援ハウス 高浜安立

八月二十三日、酷暑を元気に乗り切るために誕生日会で流しそ
うめんを行いました。

手作りの竹の水路に身を任せ、水流の勢いを借りて流れてくる
そうめんは視覚的にもとても涼しげです。

眼差しの先は流れるそうめん

「我先に！」と箸を器用
に操りそうめんをすくう
方や、普段はそうめんを食
さない方も手作りの流しそ
うめんなら！と口いっぱい
にほおばる方など、日頃見
られない利用者さんの姿を
見ることが出来ました。「見
ているだけでも楽しいね♪」
「おなかいっぱい食べれて
幸せ♥」「本物の竹を使って



器用に流れてくるそうめんをすくう利用者さん

花火の美しさに目が冴える!

いるのが贅沢でいいねえ😊」
と利用者さん同士の会話が弾
みながらも、眼差しは流れて
くるそうめんを真剣に追って
いました。

どの利用者さんも食欲があ
り、とても元気です。

(養護老人ホーム高浜安立)

八月一日、利
用者さんと一緒

に花火を楽
しみました。

「昔の線香花
火はしょぼ
かったが、今
は火花が大
きくていい
なあ〜」煙
のせいで(懐
かしさのあ
まり)涙が出



両手に手持ち花火を持つ利用者さん

るわ「今夜は寝しよんべこく
ぞ(笑)」と皆さん童心に戻っ
たような喜びでした。花火は
尽きても会話は止まりませ
ん。普段は寝静まっている時
間ですが、今晚ばかりはバツ
チリ目が冴えていた夜になり
ました。

花火は法音寺大阪支院の長
谷川上人からのご寄付です。

ありがとうございます。

(養護老人ホーム高浜安立)

猛暑は『これ』でぶっ飛ばせ！ 流しそうめんもスイカも食べて元気いっぱい

今年は十二年ぶりの猛暑とかで、毎日温度計の水銀柱はうなぎのぼりです。利用者さんが夏バテしないように、様々な趣向をこらして、涼し気で美味しいものを食べていただきました。

特別養護老人ホーム高浜安立荘

どんなに暑くても食欲は衰え知らず！

七月の「蒲焼き」に続く、食欲モリモリ！元気で暑さを乗り切ろう！行事として八月は、一階フロアでは『納涼会』、二階フロアでは『流しそうめん』が行われました。厨房の業者さん手作りの青々とした本物の竹が



バッチリ！OKー甘そうな西瓜が割れたよ

段々にセットされ準備万端。利用者さんも、そうめんつゆを手にそうめんが流れ始めるのを待ち構えています。「わたしは、あんまりそうめんは好かん」と話していた方も、そうめんが通過するが早いかサツと手が伸びます。

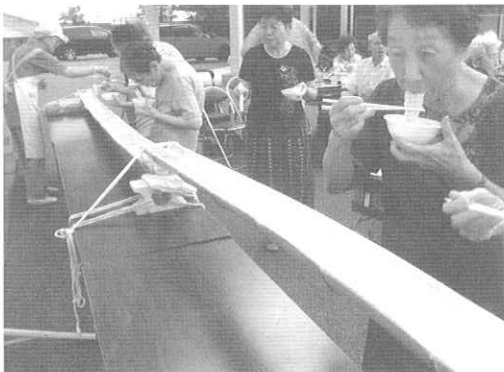
そうめんをちゃんとキャッチしてもらえらるだろうか？との心配をよそに、用意した大量のそうめんがなくなってしまうぐらいの皆さんの食欲でした。

ケアハウス高浜安立

ビアガーデンで恒例「流しそうめん」

八月十八日、駐車場でビアガーデンを開催しました。各テーブルには、入居者が余暇活動の時間に制作したキャンドルが飾られ、会場の雰囲気盛り上げていました。

バイキング食を兼ねて開催したため、『ねぎま』『鰻』『焼きそば』など、様々な種類の食べ物が所狭しと並べられていました。



流しそうめんできっと素早く麺をキャッチ！



キャンドルを囲んで食事を楽しむ入居者

中でも、『揚げたて天ぷら』と『流しそうめん』は人気があり、特に『流しそうめん』では、地域の方なども参加して、時々歓声を上げながら、流れてくる素麺を必死で追いかけていました。

今年は天候にも恵まれて花火も楽しむことができました。また、法音寺壮年会の皆さんにもご協力いただき、賑やかに開催することができました。

看護便り

メタボリックシンドロームって、何?

最近テレビや雑誌で『メタボリックシンドローム』という言葉を見たり聞いたりしたことはありませんか？

『メタボリックシンドローム』とは、内臓に脂肪が蓄積した肥満が基でさまざまの病気が引き起こされやすくなった状態をいいます。内臓脂肪が増え過ぎると、高血圧や高脂血症、糖尿病などの生活習慣病を

招き、やがて動脈硬化から脳梗塞や心臓病などの病気を引き起こします。つまり太り過ぎをほうっておくことが大きな病気を引き起こすということです。

日本の企業労働者を対象とした調査で、下記の危険因子を二つ以上持つ人は、心臓病の発症リスクがまったく持たない人の十倍近くに、三、四つ併せ持つ人は三十一倍にもなることが分かりました。

一つ一つの病気を薬で治そうとしても基になっている内臓脂肪型肥満を改善しなければ根本的な解決にはなりません。メタボリックシンドロームが疑われる人は、バランスの良い食



事

事を腹八分目とし、間食を減らして、毎日の運動を習慣とすることで内臓脂肪を減らすことができます。

それが糖尿病や脳梗塞、心筋梗塞の予防となり、元気に長生きをするために大切になります。

また、定期的に健康診断を受け、自分の体の状態を把握し自分でも気付かないうちに病気が進行していたという事のないようにしたいものです。

内臓脂肪蓄積

腹囲径 (へその高さで測る)
男性85cm以上 女性90cm以上



血清脂質異常

トリグリセリド値 150mg/dℓ 以上
HDLコレステロール値 40mg/dℓ 以上

血圧高値

最高血圧130mmHg以上 最低血圧85mmHg以上

高血糖

空腹時血糖値110mg/dℓ 以上

2つ以上当てはまる人は

メタボリックシンドローム

私たちの自慢の作品です

高浜安立荘デイサービスセンター

百寿まで悲喜こもごもに生かされて

大臣賞の今日のうれしさ

(山田 いね)

山田いねさんが、今年満百歳を迎えられ、総理大臣の名前入りの賞状を授与されました。その感激を短歌で表現していただきました。



牛乳パックとピースで万華鏡を作りました

ケアハウス 高浜安立

十月・十二月の行事予定

【特別養護老人ホーム高浜安立荘】

十月十三日 秋祭り

【養護老人ホーム高浜安立】

十月二十日 ひなた祭り

十月四日 いきいき広場祭り

【ケアハウス高浜安立】

十月十日 運動会

十月 日帰り旅行

【授産所高浜安立】

十月 六日 グループホーム開所祭
(日帰り旅行)

十月四日 いきいき広場祭り

編集後記

ついこの間までの猛暑が嘘のように、仕事帰りの駐車場で聞く虫の音に秋の気配を感じる今日この頃です。

秋の深まりとともに、栗・なし・さつまいも・さんま等々、秋の味覚が次々と旬を迎えます。旬を味わうのも元氣であればこそですが、当施設では、入所者一名とデイサービス利用者一名の方が満百歳の誕生日を迎えられます。

他施設の利用者の皆様にも、『旬』を食してより一層のご長寿を目指していただきたいと思えます。

(特養 加藤)

【編集委員】

才川 衣香 (ケアハウス)

平賀 美保 (授産所)

湯澤 恵子 (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