

第35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



「この暑さを賑やかな祭りで吹っ飛ばせ！」 (養護老人ホーム高浜安立)

***** ●主な掲載内容● *****			
*****	養護老人ホーム高浜安立	P 2	*****
*****	養護老人ホーム高浜安立デイサービスセンター	P 3	*****
*****	副理事長コラム	P 3	*****
*****	授産所高浜安立・グループホーム高浜安立	P 4	*****
*****	ケアハウス高浜安立	P 5	*****
*****	特別養護老人ホーム高浜安立荘	P 6	*****
*****	栄養だより・編集後記	P 7	*****
*****	私たちの自慢の作品・8月9月の行事予定	P 8	*****

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

はじめとした雨が続き、食中毒が心配な季節がやってきました。

利用者さんに「手洗いが食中毒の予防には一番効

食中毒にはなりません

き日がありますよ」とは常々お話をしていますが、実際にどのような方法で手を洗い、手を洗った後、本当に汚れが落ちていのか確認することは、ばい菌が眼に見えないほど小さいため、とても難しいです。

今回(株)

サラヤさんの協力を得て、利用者さんにも分かりやすく正しい手洗いの方法を教えてもらいました。十名ほどの利用者さんに実際に手を洗ってもらい(手洗いチェッカー)を



熱心に聞き入る利用者さん

使用して洗い残しの確認をしてもらいました。(手洗いチェッカー)とは、特殊なクリームを塗った後に手を洗い、チェッカーの光を当てると洗い残しが青白く光る器械です。しっかりと洗ったつもりでも、爪の生え際や指と指の間など洗い残しがはつきりと浮かび上がって見えました。洗い残しがあるということは、そこにばい菌が残っているということです。自分の手の汚れを見た利用者さんは、「これでご飯を食べたら腹をこわすなあ」と

驚き「トイレの後やご飯の前にはしっかりと洗わないと怖いなあ」とお互い顔を見合せていました。

【連載コーナー】

第四回 楽しくパッキング 夏も快適の準備

今回は炊飯器を使って、ご飯が炊けると同時に煮込まれたカレーを作るレシピの紹介です。暑い夏でも火を使わないので部屋の中も暑くならず快適に過ごすことができます。また同じ材料で調味料を変えれば肉じゃがも同時に作ることもできるので、簡単に料理の幅も広がりますよ!

★作り方(二人分)

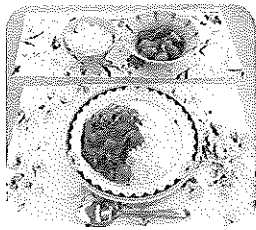
炊飯器に米一合と水をセットし、材料を適当な大きさに切って、それぞれポリ袋に入れて空気を抜き口を縛り炊飯器の中に入れてスイッチオン。ご飯が炊けると同時に出来上がりです。

材料 (2人分)	
【カレーライス】	【肉じゃが】
豚細切れ	50g
じゃが芋	50g
玉ねぎ	30g
人参	20g
カレールー	1個
水	60cc
	砂糖 小さじ2
	醤油 小さじ2

正しい手洗いの方法



みなさんも毎日きれいに手を洗ってご飯をおいしく頂きましょう。



上：肉じゃが
下：カレーライス

不明な点はお問い合わせ下さい

今回は、「防災時にも役に立つパッキング」です。お楽しみ!

(養護老人ホーム高浜安立)

花菖蒲に誘われて

当デイサービスでは、六月
初旬より、碧南市の油が淵に花
菖蒲観賞に出かけました。

梅雨の真つただ中だというの
に、おかげ様で数日に及ぶ外出
時間は不思議と雨が降らず、外
出希望された皆さん全員に行っ
ていただくことができました。

午後より出かけると
いうある日の朝のこと、
雨が降る空を見つめな
がら「今日は見に行け
ないね」と半ば諦め気
味に話される利用者さ
んに、職員は「何とか
止むように願いましょ
う」と言っではみても
の、これだけ降って
いれば中止だよなと心
境は穏やかではなかつ
たのですが、なんと
昼には雨が上がり、利
用者さんと「心掛けの良さだよ
ね！良かった」と言いながら
出かけた日もありました。
色とりどりの花菖蒲に囲まれ



色鮮やかな菖蒲を背にパチリ

た歩道をゆっくり歩きながら
「昔は紫色が主に咲いていたの
よ」

「今年はいいい日に来たなあ。去
年よりもよく咲いている」
「こういうところで飲むお茶は
美味しいだろうね」

と自然な会話が次々と聞こえて
きて、施設内で見せてくださる発
言や表情とはまた一つ違った利

用者さんを発見することが出来
ました。

(養護老人ホーム高浜安立

デイサービスセンター)

連載

一人から始まる 今日一日から始まる

副理事長「コラム」④

社会福祉法人 昭徳会

副理事長 鈴木正修

(大乗山法音寺副山首

永平寺の開山、道元禪師が

ある時、弟子の一人から「人
間は何で成功する人としな
い人がいるのですか」と質問を
されました。そして次のよう
な問答となりました。

人は必ず死にます。命は限
りがあります。しかし、それ
故に命は尊く、命の限り生き
て人生を輝かせる意味があり
ます。人生を輝かせるものは
道元禪師が言われるように、
その人の志だと思っています。初
代理事長も言われておりま
す。

道元「努力する人は努力する
からだ。」

「目標(志)の尊い人、清
い人、偉大な人は、その心も
美しく、清らかです。徳も出
来、人格も立派になって行き
ます。仏の教えによって、尊
い目標(志)を定めましょう。
その人の歩いた道は永遠に光
るのであります。」

弟子「努力する人としな
い人がいるのはなぜで
すか。」

道元「志のある人は、人間は
必ず死ぬということを知
っているからだ。志
のない人は、人間が必
ず死ぬということを知
っているからだ。志
のない人は、人間が必
ず死ぬということを知
っているからだ。」

道元「努力する人は志がある
からだ。」

道元「志のある人は、人間は
必ず死ぬということを知
っているからだ。志
のない人は、人間が必
ず死ぬということを知
っているからだ。」

弟子「なぜ、志のある人とな
い人が生じるのです
か。」

道元「志のある人は、人間は
必ず死ぬということを知
っているからだ。志
のない人は、人間が必
ず死ぬということを知
っているからだ。」

道元「志のある人は、人間は
必ず死ぬということを知
っているからだ。志
のない人は、人間が必
ず死ぬということを知
っているからだ。」

道元「志のある人は、人間は
必ず死ぬということを知
っているからだ。志
のない人は、人間が必
ず死ぬということを知
っているからだ。」

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

高浜市企業体験実習

高浜市役所で文書の仕分け

障害福祉サービスを提供する

事業所での就労支援の一環として、高浜市障害者職場体験実習が平成二十年六月中旬から七日間行われました。

当施設から一名の利用者が参加いたしました。市役所内の各グループの郵便物及び他のグループ宛て郵便物の集配、再生封筒作り、パソコンを使用したデータ入力の実習をしました。

各階のグループ全体の郵便物の集配では、慣れない場所での実習ということもあり、各職員へのあいさつも、緊張のせいかな小さい声を出すのが精一杯でしたが、二三日経つうちに「失礼します。お届け物です。郵便物がありますか？」など大きな声で言えるようになりました。パソコンのデータ入力では

ローマ字入力ができ、日に日にスピードアップし周囲を驚かせました。

今回、実習でお世話になった市役所での担当者の方には、利用者の立場に立って考えた協力と、迅速な対応をしていただいたおかげで無事に終えることができました。利用者のいきいきとした表情を見ると、今回の実習が充実していたことが分かり、私達ももっと将来に期待、希望がもてる施設にしていかなければいけない！と、力を与えてもらいました。

たくさんの方の支えてくださった関係者の皆様と、最後まで頑張ってくれた利用者に感謝したいとおもいます。ありがとうございました。

六月第三土曜日お楽しみ企画

ウクレレバンド

『マノアレインボー』コンサート

六月二十一日(土)、授産所高浜安立の食堂特設ステージで、一足早く夏を先取りした、



ウクレレコンサートが開催されました。心地よいウクレレの生演奏と、豪華な衣装をまとった



素敵なお姉さん達のフラダンスで、授産所の利用者さんをはじめ、会場に詰め掛けた皆さんは大興奮。途中で、実際にウクレレの演奏を体験させていただくなど、貴重な経験もさせていただき、楽しいひと時を皆様で過ごすことができました。メンバーの皆さん、本当に有

難うございました。

グループホームの利用者さんが

町内(湯山町)の「三拾い」

月に一回ですが、世話人さんと利用者さんがグループホームの近辺を回り、道路清掃とゴミ拾いを始めました。見かけたら声をかけて下さい。力がもりもりでできます。

グループホームのお楽しみ企画

去年の日間賀島に続き今年も行つて来ました、篠島へ！

六月二十八日の土曜日、梅雨の最中でしたが、降る雨も傘を差さなくても何とかなる天候で去年より四名も多い十五名で知多半島の最先端を目指しました。

海上タクシーで乗り付けた篠島では、新四国のお寺めぐり、帝の井戸等を遊山し、釣り人とは「キスが釣れるよ」といった会話を楽しみました。昼食は磯の香りたっぷりの料理をお腹いっぱいいただき大いに楽しみました。話が盛り上がってくる、早くも次回はいちご狩りにしようとか次回の企画に花が咲きました。

ケアハウス高浜安立

『オーレのおじさん』と 楽しい時間を過ごしました

六月二日、岡山県から「オーレのおじさん（吉岡慶博さん）」が音楽演奏の慰問に来てくださいました。多くの入居者が参加され、オーレのおじさんの華麗なギターとハーモニカの伴奏に合わせて、懐かしい歌謡曲や童謡を歌いました。

なぜ「オーレのおじさん」と呼ぶのか？その答えは…



「オーレのおじさん」こと吉岡さんです

吉岡さんは、フラメンコのギタール奏者でもあり、スペイン語で「さあ行こう」「頑張ろう」という意味の「オーレ」という言葉が好きということから、歌を歌った後に、全員で「オーレ」と掛け声をしています。このことから「オーレのおじさん」と呼ぶようになりました。

多くの入居者から曲のリクエストが出され、「歌を歌うのは楽しい」「懐かしい歌だね」などの声も聞かれました。一時間以上、様々な歌を皆で歌い大盛り上がりでした。

そして参加者全員が「オーレ」という掛け声から、たくさんの元気をもらいました。

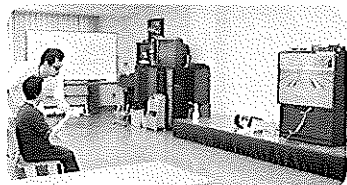


参加者全員で「オーレ！」の掛け声

美味！「きな粉プリン」 白熱！『任天堂Wii ボーリングゲーム』

ケアハウスでは、毎週月曜日の午後、介護予防を目的として「余暇活動」を実施しています。活動の内容は、外出や紙細工

など様々な内容を企画しています。六月九日は、「きな粉プリン」に挑戦しました。職員の説明を聞いた後、皆さん慣れた手つきで、作っていました。



ボーリングゲームの様子

プリンが固まるまでの時間を利用し、『任天堂Wii』のボーリングゲームで汗を流しました。大画面で行ったので、入居者から「ボーリング場にいるようだね」「おもしろいね」という声が聞かれ、皆さん、真剣な表情で行っていました。



「きな粉プリン」を作っている様子

きな粉プリンも上手に出来上がり、「美味しいね」「意外と簡

単にできるんだね」という声が聞かれ、大好評でした。

綺麗な菖蒲に囲まれて

六月二十日、碧南市の油が淵公園にて開催された「菖蒲まつり」へ行ってきました。今年は何年にも比べ、菖蒲を見に行くのが、若干遅かったので、残念ながら、満開ではありませんでしたが、



梅雨の晴れ間に菖蒲を満喫

まだまだ綺麗な咲いていました。梅雨の季節で雨が心配されましたが、私達が帰るまで、持ち堪えてくれました。公園で菖蒲を満喫した後は、碧南市あおいパークへ行き、皆さん旬の野菜や果物の買い物で満喫されました。梅雨の晴れ間の楽しいひと時でした。

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

いごいの宿 高浜安立

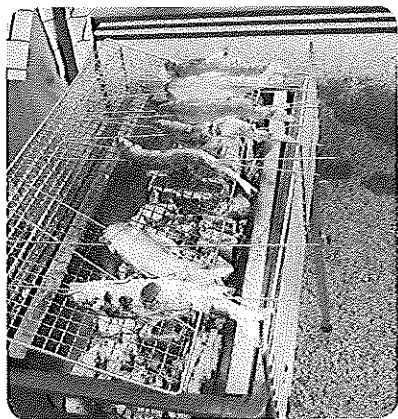
香ばしい鮎

四月よりデイサービスでは、回想法に取り組むことになりました。昼食の企画にも

「昭和」

をテーマとした懐かしさを感じるような企画を考えました。

六月の企画として「鮎」を堪能していただきました。ただ、焼くのではなく、炭を熾して焼きました。



炭もおきてこんがり焼けてきました！

梅雨の時期で曇り空でしたが、雨も上がっており中庭に出て、いつもとは違う雰囲気です。食事をとることができました。

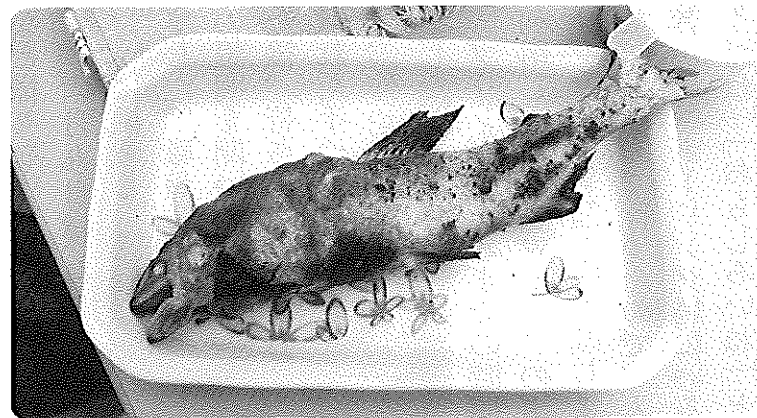


皆さん食べるのに夢中です

鮎の焼ける香ばしい匂い、立ち上がる煙、外の空気も御馳走になり、いつもより食事が進んでいるようでした。魚の食べ方も流石です。身をきれいに食べられ、骨だけです。

「ネコもそつぽ向く」と冗談もできるほどです。

普段より会話もはずみ、ゆっくりとした食事となりました。また、皆さんの笑顔、冗談の聞かれる企画を考えていきたいと思えます。楽しみにしててください。

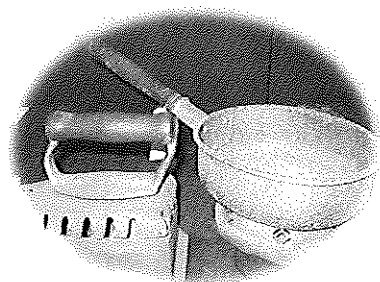


焦げ目もついておいしそう！

「おもひで横丁」



高浜安立荘デイサービスセンターになつかしい昭和の台所ができました。昔、こんな台所でお子さんに、ご主人に、おいしいご飯を作っていたのではないのでしょうか。たまには、昔の思い出に浸りに来ませんか。



これは、今のアイロン??

栄養だより

しょうが

刺身や冷奴の薬味、しょうが焼き、肉や魚と合わせて煮たりと、多くの場面で活用されているしょうが。しょうがは、根しょうが、葉しょうが、筆しょうがと栽培方法によって三つの種類に分けられます。この中で葉しょうがは、夏が旬の野菜です。辛味が少ないので、みそなどを付ければそのまま食べられます。また、しょうがは多くの効能から、ほとんどの漢方薬の構成成分に名を連ね、二千年も前から活用されてきたともいわれています。

選び方・保存のポイント

いずれの種類も、根がふつくらとしていて、みずみずしいものが新鮮です。

根しょうがは、皮にしわがなくて、肌のなめらかなものが良いとされています。また、一〜二週間は常温でももちます。

葉しょうがは、葉のいきいきとしたものを選びます。軽く霧をふいてラップに包み冷蔵保存しましょう。

しょうがの効能

熱帯地方が原産のしょうがは、体を温める効能に古くから注目されてきています。

しょうがの辛味成分であるシウワガオール、ジンゲロンには、非常に強い殺菌力があります。そのため、うまく料理に取り入れ効果を発揮します。

また、これらの成分には、胃

液の分泌を促進して消化をよくする整腸作用、新陳代謝を活発にする働きもあります。

しょうが独特の香りの素は、ジンギベレンという成分です。香り以外にも、胃を丈夫にしたり、血圧や血中コレステロール値を低減する働きがあります。

しょうがを、普段の食事に上手に取り入れ、夏バテ予防に役立てましょう。酢や黒砂糖と一緒に摂取する方法も効果的です。

◇生姜紅茶◇

紅茶の赤い色素（テアフラビン）には強力な抗酸化作用があるといわれています。また、風邪ウイルスを殺す作用も知られています。紅茶と生姜を組み合わせ、それぞれの効能を活かして体を温める方法が、「生姜紅茶」です。

【材料】

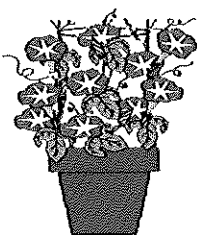
・生姜 約10g・紅茶 200ml・黒砂糖、プルーン・はちみつ等

【飲み方】

一日2〜3回を食前に飲むと効果的です。

【つくり方】

- ①生姜をすりおろし、ガーゼで絞る。
- ②紅茶に生姜汁、黒砂糖を入れる。好みでプルーン、はちみつも。



編集後記

暑中見舞い申し上げます。

今夏はいよいよ北京オリンピックが開催されます！

昼夜、テレビに釘付けが予想されそうな方は、くれぐれも体調を崩さないように健康管理で金が取れるように気を配り

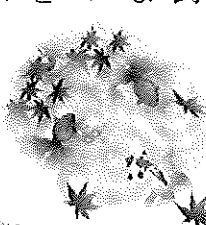
ましょう。釘付けにならない方も、食事・運動・睡眠を

キチンと取り、暑い夏を「元氣」に「笑顔」で乗り切りましょう。がんばれニッポン！

(湯澤)

【編集委員】

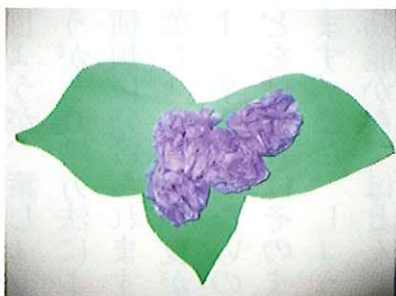
- 杉浦 恵子 (特養)
- 瀬瀬 純司 (ケアハウス)
- 岡崎 信夫 (授産所)
- 湯澤 恵子 (養護)



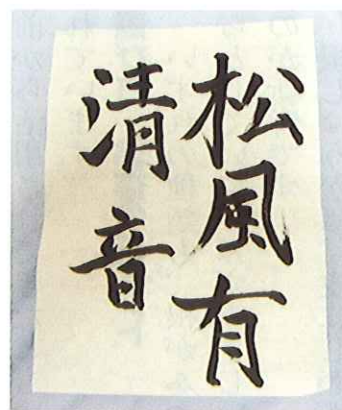
私たちの自慢の作品です
特別養護老人ホーム高浜安立荘
ケアハウス高浜安立



みささん作
「願いをこめておりました!!」



道子さん作
「花の命は短いね」



道子さん作



岡田昇一さん撮影
「大輪のダリヤにうっとり」

養護老人ホーム高浜安立



あじさいの壁画



アサガオの壁画

余暇活動にて協同作成しました

八月・九月の行事予定

【特別養護老人ホーム高浜安立荘】

八月六日 盆供養

九月 流しそうめん

九月 敬老会

【ケアハウス高浜安立】

八月二十三日ビアガーデン

イトーヨーカドー
出張店舗

九月十三日 敬老会

【授産所高浜安立】

八月十三日～十七日盆休み

九月二十六日～二十七日

授産所開所十周年行事
(キャンペーン)

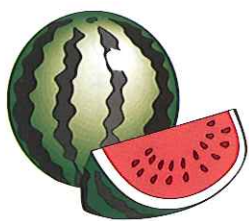
【養護老人ホーム高浜安立】

八月二日 鮫川祭り招待

八月八日 流しそうめん

八月十日

eデーふれあいの翼招待
九月中旬 長寿の祝い



《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