

第75号



▲ 8月20日(火)に長寿のお祝い式&シルバーウエディングがありました。

社会福祉法人 弥富福祉会

特別養護老人ホーム輪中の郷
 指定居宅介護支援事業所輪中の郷
 デイサービスセンター輪中の郷
 弥富市デイサービスセンター
 弥富市南デイサービスセンター

〒498-0000 愛知県弥富市大藤町5番地3 TEL(0567)65-5531 FAX(0567)65-5536
 E-mail wajyu@ruby.ocn.ne.jp URL <http://www15.ocn.ne.jp/~yafuku/>



夏祭り

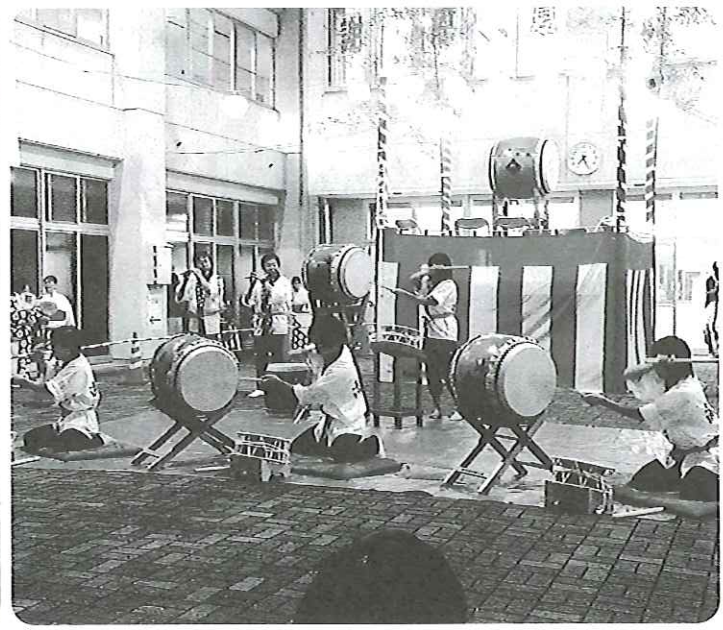
8月18日(土)に謝恩夏祭りを行いました。今年も利用者様やご家族様、地域のボランティアの方々、そして弥富福祉会に関わる多くの皆様に支えられ、盛大に行うことができました。天気も良く、大勢の方々に楽しんでいただけたと思います。毎年恒例になった弥富中・北中学校のなぎなた演技や海東流神楽太鼓、盆踊りもとても素晴らしいかったです。



ある利用者様が、「こんなに楽しい日があるで、来年まで元気に生きとらないかなあ」と言われました。私達も多くの笑顔が見られることは、とてもやりがいになりますし、少しでも皆様への感謝の気持ち、この夏祭りを通じて伝えることを心がけています。また来年も皆様にお会いできることを楽しみにしています。今年参加できなかった方も、来年お越しいただけますよう、お待ちしております。

最後に、夏祭りにご協力してくださった全ての皆様へ、心より感謝申し上げます。

(伊藤 篤)



おたっしや 長寿のお祝い式 & シルバークウエーディング

8月20日(火)に数え年で百歳以上の方十名の長寿のお祝い式を行いました。

弥富市長の訪問に合わせ、稲沢市にある愛知文教女子短期大学が昨年他施設で行ったシルバークウエーディングの報道を見て、今年は当施設でと依頼し実現しました。

ドレスやタキシード、紋付き袴は、大学の同窓会が所有していたものを学生が仕立て直したもので、ドレスは上下に分かれ、エプロンのように紐で結ぶようにするなど、体形に関係なく車椅子に乗っていても着ることが出来るものです。



学生さんが仕立ててくれた色とりどりのドレスに目を輝かせ、満面の笑みで、「恥ずかしいわ」と言いながらドレスを選ぶ姿がとても可愛らしく、乙女のようにだったり、またある方は、「こんな年でドレスなんて、お化けだわね」と言いながらもドレスを着てみたら、「長生きはするもんだわね」と嬉笑。それを見ていた利用者さんから、「似合うよ。ええなあ。私も着たいわ」と声をかけられ、「あんなも百歳になったらな」と、誇らしげな笑顔が見られたりと、今年の長寿のお祝いは絢爛豪華な衣装と、様々な笑顔に包まれた華やかな式典になりました。

(西井瑞穂)



新入職員紹介

芝田 美保

私は今、仕事を覚えることで必死であり、余裕がない状態が続いていますが、一日でも早く仕事を覚え、ひとり立ち出来るようになりたいと思います。

そして、スタッフと十分にコミュニケーションをとり、住人さんのことで話し合え、「よりよいケアをしたい」です。

さらに一番大切である笑顔を忘れず、住人さんとスタッフへ関わりたいと思います。

住人さんが毎日楽しい日々を送られるよう、ひとり一人のペースに合わせてながらケアができることと、病気をせず健康管理に気をつけて頑張りたいと思います。

以上のことを一年間の目標・抱負したいと思います。

(輪中の郷 介護福祉士)



入所者紹介

輪中の郷の新しい家族になられた方々を紹介します。

熊谷やえさん



7月より、いちよう・しらかばほーむの家族

になりました。お話をするのが大好きな方で、いつもたくさんの人たちと会話を

楽しんでいます。そのため、一緒にお話をする人

たちも自然に笑顔になります。これからも他の住人さんや職員と楽しく生活していきましょう。

(土屋国大)

戸谷さかえさん



7月より、いちよう・しらかばほーむの家族

になりました。入所された日から、積極的に職員の仕事を手伝って下さいます。

ご本人も仕事は私にやらせて…と何回も言われます。

また、行事や慰問があると進んで参加され、とても楽しそうに話をしてくれます。

これからもたくさん食事を食べて元気に過ごしてください。

末永くよろしくお願い致します。

(塩野智弘)

小谷文雄さん



9月より、いちよう・しらかばほーむの家族

になりました。食べることや話をするのが大好きな方で、毎日を楽しみにしていらつしやいます。

また、笑顔や穏やかな雰囲気、皆さんいつも癒されています。

いつまでも他の住人さんや職員と毎日楽しく、元気に生活していきましょう。

末永くよろしくお願い致します。

(神崎雄生)



台所の薬草

「豆乳」

豆乳とは、大豆を原料として、豆腐に固める前の状態(乳液状)のものを言います。

豆乳には、肥満予防・動脈硬化防止が期待される「大豆たんぱく」

がん予防・骨粗鬆症予防が期待される「イソフラボン」

肥満体質の改善及び予防・動脈硬化と老化の防止が期待される「レシチン」

脳の老化予防・コレステロール低下で生活習慣病予防が期待される「サポニン」などの栄養成分が含まれています。

日本で豆乳が多くの人に飲まれるようになったのは、戦後からだそうです。それまで飲まれなかった原因に、青臭さとえぐみのある味がありますが、今では色々な味の美味しい豆乳が登場して、世界中から注目されています。

(星野芳江)



介護トピックス

「笑顔」

笑顔は人を幸せにします。数年前にテレビ番組で、重度のアルツハイマー型認知症の人たちに笑った顔や泣いた顔、怒った顔など色々な表情の写真を見せて、この写真の人はどんな気持ちかを聞いていくという内容が放映されていました。

泣いた顔や怒った顔は、あまり認識できなかったのですが、笑った顔については多くの人が認識できるといふ結果でした。

認知症になると色々なことが衰えていくが、人の笑顔の認識に対しては最後まで残ると知りませんでした。

声をかける時や介助をする時など、職員は笑顔で接しています。笑顔で接した住人さんはよく笑顔になります。住人さんの笑顔を見ると、私たちも嬉しくなります。



そして、疲れている時こそ笑顔でありたいと思います。また、笑顔によって住人さんが少しでも楽しいと思える生活を送っていただきたいです。
住人の皆さん。これからもよろしくお願ひします。
(土屋国大)

ホーム入所選考結果

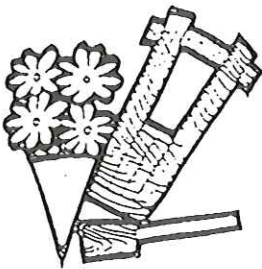
7月29日(月)に第33回入所選考を行い、要介護3以上の方について次表のとおり待機者名簿に登載し、入所順をご家族に通知しました。

	津島市	愛西市	弥富市	あま市	蟹江町	飛鳥村	計
男	2	1	30	1	1	1	36
女	0	1	64	1	2	0	68
計	2	2	94	2	3	1	104

亡くなられた方々

- ・浅井と志子さん 八十六歳
平成二十五年七月四日
- ・連田吉子さん 九十五歳
平成二十五年七月六日
- ・山田せきのさん 九十四歳
平成二十五年七月九日
- ・佐藤はつゑさん 104歳
平成二十五年八月二日
- ・中野愛子さん 八十九歳
平成二十五年八月二十九日
- ・佐藤小夜子さん 七十七歳
平成二十五年九月六日
- ・服部元一さん 100歳
平成二十五年九月十一日

皆さんのご冥福を
お祈りいたします。



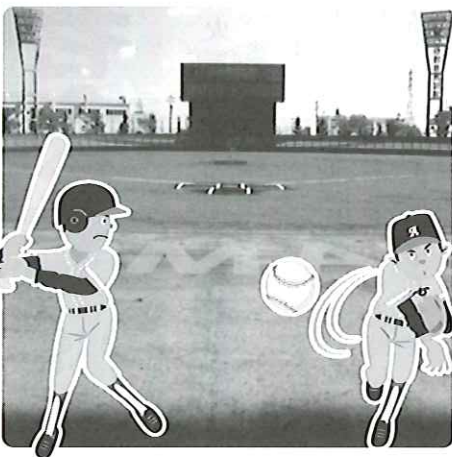
野球大会の結果

9月から10月にかけて、第18回愛知県老人福祉施設職員野球大会が、小牧市民球場にて22チーム参加で開催されました。
初戦は、あぐりす連合チームと対戦。

初回到先制されるも、その裏運よく11点入り、その後も追加点がとれ優位に試合を進めることができました。
今年は、最終日まで野球が出来るよう頑張ります。

▲二回戦(9月25日)

	一二三四五六七計
あぐりす連合	1 1 0 0 0 1 1 3
海部湾トラニイェ	11 0 4 5 1 × 21



弥富市敬老会に 参加しました

9月5日(木)に、敬老会参加のため、長島温泉湯あみの島へ出かけました。

バスの中では、皆さん楽しみにされているようで、明るい表情をされていました。

到着して歌謡ショーなど観賞後は、お楽しみの昼食です。

普段はなかなか食事が進まない方も、この日ばかりは美味しそうに食べてみました。

また、親子二代で敬老会に参加という感動の再会がありました。

中に売店があり、住人さんとお土産の試食の食べ歩きもしました。

普段の生活の中では見られない、とても良い表情が見られ、また来年も住人さんと一緒に参加したいと思いました。

(大石夕紀子)



蟹江吹奏楽団演奏会

9月15日(日)に毎年恒例の演奏会が、にぎやかに開かれました。

約30名程の編成で、大迫力の演奏を、間近で聴くことができるこの演奏会を、毎回楽しみにされている住人さんやショートステイ・デイサービス利用者の方々、ご家族の皆さんが沢山いらつしやいます。

ブラスバンドのスタンダード、行進曲『双頭の鷲の旗のもとに』を皮切りに、民謡・童謡・歌謡曲など、幅広いジャンルからの選曲で、アンコールではお馴染みの時代劇テーマ曲メドレーで締め、皆さん大満足の演奏会でした。

なお今回の演奏会は、回を重ねる事なんと20回目。

団員の皆様には、20年も続けて訪問していただき、大変感謝しております。

来年も楽しみにお待ちしております。

(宝泉忠之)



敬老会



9月17日(火)に一日遅れの敬老会を3階ホールにて行いました。

まずレクリエーションとして、椅子を円状に並べて座ってもらい、音楽がかかっている間はボールを隣りに回し、音楽が止まった時にボールを持っている人に質問するゲームです。

職員の下、「好きな食べ物は何?」「好きな色は何?」という質問から、職員に対して、「結婚の予定は?」という質問まで飛び出し、大いに盛り上がりました。

次に職員から一人ひとりに手渡しでメッセージカードのプレゼントです。「これからも元気で長生きしてね」と言われ、照れながらも笑顔でカードを受け取られる微笑ましい場面がみられました。

最後に、職員によるデコレーションケーキを食べられ、「美味しかったわ」とのお言葉をいただくことができました。

会を通して、日頃の感謝をお伝えでき、皆さんにも喜んでいただき、良い会になったと思います。

(志智 葵)



SMILEレシピ



豆腐入りかぼちゃのクリームブリュレ

今回は、かぼちゃを使った簡単おやつをご紹介します。
かぼちゃは、野菜の中でも栄養価の高さがトップクラスです。
特にカロテン・ビタミンEが豊富に含まれています。
免疫力を高め、冷え性を緩和するなどの効果があるので、
寒くなるこれからの時期におすすりめです。

ポイント

生クリームの代わりに、
カロリーの低い絹ごし豆腐を使っています。
豆腐とかぼちゃの和風テイストを
是非お試しください。



材料(ココット3~4個分) 1個分 約121kcal

- ・かぼちゃ……………125g (皮つき150g)
- ・絹ごし豆腐………75g
- ・牛乳……………100cc
- ・卵黄……………2個分
- ・砂糖……………35g
- ・バニラエッセンス………少々

作り方

- ① かぼちゃを5cm角に切り、レンジで500W・4分温めます。
次に、皮をとりレンジで500W・1分温めます。
 - ② オーブンを140度に温めておきます。
 - ③ ①のかぼちゃ・豆腐・牛乳・卵黄・砂糖をミキサーにかけます。
風味づけにバニラエッセンスを加え混ぜます。
※ミキサーのない場合は、かぼちゃと豆腐を裏ごしします。ボウルに卵黄をほぐし、砂糖・かぼちゃ・豆腐・牛乳を加えてよく混ぜます。風味づけにバニラエッセンスを加え混ぜます。
 - ④ 器に流し入れ、オーブンで140度・40分焼きます。
 - ⑤ 粗熱をとり、オーブンで250度・10分焼きます。
- ※お好みでグラニュー糖をふって焼いてもいいですよ。

栄養士
伊藤友希



元氣は宝物 健康コラム

「老人性低体温症」

肌寒い季節がやってきました。が、若い人と高齢者では快適温度が違うのをご存知でしょうか？

若い人の快適温度は一年を通じてほぼ一定ですが、高齢者では夏は高め、冬は低めになる傾向がみられます。

高齢者が熱中症や低体温になりやすい理由としては、

- ① 気温の変化を感じにくいこと
- ② 体内水分量が少ないこと
- ③ 汗をかきにくかったり喉の渇きに気づきにくいこと
- ④ 体温調節機能が低下していること

などが挙げられます。

特に高齢者は筋肉量の減少があり、ふるえによる熱生産が若い人ほどできなくなっています。寒さで体の深部温度が34℃以下になると、意識障害・歩行困難、それ以上低体温が進むと、心臓発作や腎・肝機能障害を引き起こすこともあり、生命の危険にさらされることとなります。

また、室温が18.3℃以下になると、低体温になるとも言われています。

低体温に陥る前に普段から室温の調整や、外出時には保温のできる服装の工夫を周りの方は心がけてあげて下さい。

心も体も温かくして寒い冬を元気に乗り切りましょう。

(古城真奈美)



9月14日(土)に「キョウキョウニキヤッスル・十四山オカリナクラブ」の皆様が訪問してくださいました。

オカリナの優しい音色に皆さん、心穏やかに耳を傾けておられました。

「ふるさと」から始まり、水戸黄門でおなじみの「ああ人生に涙あり」、アニメ「サザエさん」などなど。ご利用者の方々が一緒になって歌える曲も演奏してくださいました。

「オカリナ演奏会」

デイサービスセンター輪中の郷



楽しい時間は過ぎるのもあっという間！アンコール！の声も上がり、最後は「ふるさと」をもう一度、一緒に歌いました。

オカリナの優しい音色に心も和み、とても楽しい時間を提供してくださいました。

また来て下さることを約束し、お別れです。

皆様には、貴重なお時間を割いていただき、本当に感謝の気持ちでいっぱいです。

(角田由美)

弥富市デイサービスセンター

『保育所との交流会』

敬老の日に合わせ、9月19、20日の二日間で弥生保育所&西部保育所とデイサービスセンターの交流会を行いました。

保育所の年長組の子供達が大勢遊びに来てくれるという事で、利用者さんたちも一週間前くらいからソワソワしていました。

中には子供達にプレゼントがしたいと、自分でプレゼントをする物を作ってくる方もみえました。

保育所の方では、運動会が近いということもあり、運動会でうたう歌を披露してくれました。そして、手遊びを一緒にすると、我慢しきれず子供を抱きかかえたり、手を握って離そうとしない方な



ど、子供達の元気な歌声と笑顔に喜ぶ方や涙を流す方など、皆さんそれぞれが楽しんで過ごされました。

また来年も一緒に子供達と過ごしたいですね。

その後、保育所の運動会の前日、翌日が雨予報だった為、子供達のためにてるてる坊主を作りました。皆さんとても真剣に作った甲斐もあり、雨も降らず運動会は行われたようでした。

皆さんホッと胸をなでおろし安心しました。

(伊藤 篤)



弥富市南デイサービスセンター

『金魚の金ちゃん』

「ねえ、私たちの作ったのを見に来てよ。色合いも良くすばらしいのができてよ」と話しかける女性の方たちに、「こっちも立派なのができてよ。そりゃあ仕上がりが楽しみなね」と笑顔で返す男性の方たち。

弥富市名産地の金魚を想像しながら、ここはどの色にしようか、どの色を丸めたらいいのかと役割分担を決め、コツコツと作り始めました。

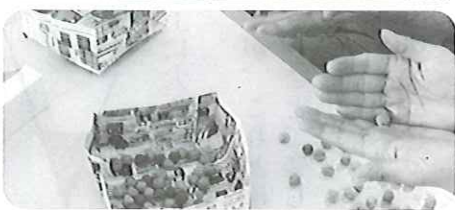


和気あいあいの中に、ひとり一人の表情は真剣そのものです。

日頃は、会話をされない方も作品作りを通じて、お話をされている姿をみて、「チームワーク」のすばらしさ、大切さを痛感致しました。

今後もいろいろと考慮しながら、利用者様がセンターに来てよかったと、心より思えるように、いつまでも元気で笑顔が見られるのを楽しみに工夫していく必要があると思います。

(吉浜廣美)



株式会社 林商店様
ありがとうございます
ございました

9月12日(木)に移動理美容室「たんぼぼ」でお世話になつている(株)林商店様より車椅子5台を寄贈していただきました。
 ここに心から厚く感謝するとともに、末永く大切に使用させていただきます。



7月1日～9月30日

ご寄付
ありがとうございます
ございました

- ・山田 修様
- ・浅井清司様
- ・小石川 渉様
- ・伊藤 勝様
- ・日舞さくら会様
- ・岩間光吉様
- ・佐古木米穀店様
- ・林 茂生様
- ・うたおう会様
- ・服部輝男様
- ・ヤオタツ様
- ・さくら屋様
- ・中山自治会様
- ・山田千恵子様
- ・フードショップすゞや様
- ・(株)ナゴヤベビーサービス社様
- ・JAあいち海部なべた女性部様
- ・リカーショップのむら様
- ・(株)林商店様
- ・棚瀬眞弓様
- ・佐藤修一郎様
- ・輪中の郷家族会様
- ・木下たづ様
- ・奈良明美様
- ・イズモ葬祭センター様
- ・弥富市民生委員協議会様
- ・弥富金魚漁業協同組合様
- ・平野昭一様
- ・福本豊司様

編集後記

笑顔を持つパワーは、想像以上に大きいことをご存知でしょうか？

楽しいと自然に笑顔になります。逆は笑顔をつくる(口角をあげる)ことで楽しいと感じることが出来るのです。

自分が元気になるだけでなく、笑顔は人に連鎖するため、周りの人も自然につられて笑顔に。笑顔はたとえ作り笑顔でも、ストレスを軽減させ、心拍数を落ち着かせる効果があります。

顔の筋肉には、楽しい気持ちにさせる神経を刺激するものがあります。楽しい気分やリラックスした状態になると、脳はアルファ波という脳波を出します。これは、集中力を持続させ記憶力も上昇させる効果があるといわれています。

笑顔になるには、顔の筋肉を鍛える必要があります。若返りにも効果が期待され、シミやシワを予防することが可能となります。

笑顔がもたらす効果などを紹介し、少しでも多くの人に笑顔が広がればいいですね。これを知れば、笑わないと損ですよ！

(角田由美)

