

第 95 号

YATOMI
FUKUSHIKAI

▲敬老の日の記念撮影にて…。

「一緒に笑って、一緒に悩んで、そして同じ時を生きています」

弥富市デイサービスセンター

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 info@yatomifukushikai.com URL <http://yatomifukushikai.com>

夏まつり

今年も皆様のご協力のもと、8月18日(土)に『弥富福祉会謝恩夏まつり』を開催致しました。今年の



夏は、過去の最高の猛暑のこともあり、無事開催できるか心配でしたが、当日は涼しく多く

の方にお集まりいただきました。準備段階において、櫓の柱がなくなっているというハプニングもありましたが、試行錯誤しながら本物の櫓には見劣りはするものの、代用の櫓を当日までに無事完成することができました。

毎年皆さんが楽しみにされている模擬店では、従来の屋台に加え、弥富市主催の「スィーツプロジェクト」の屋台も加わり、それぞれ行列ができるほどの大盛況となりました。



また、夏まつりには欠かせない盆踊りでは、太鼓を叩く迫力ある音が鳴り始めると、皆さん円を作り太鼓の叩くりズムに乗り、楽しく最後まで踊ってみえました。



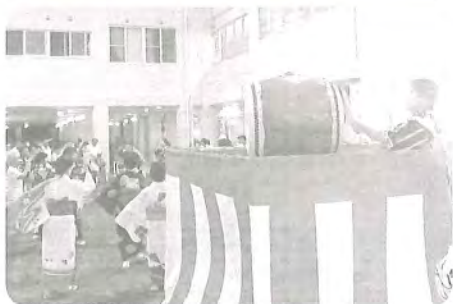
小学生から大学生まで演じる「リズムなぎなた」の華麗な演舞や本番さながらの迫力かつ見応えのある試合も見せていただき、場内の皆さんからたくさん拍手が送られました。

昨年に引き続き、「万歩計どこまで増やせるか競争」では、小さなお子様から大人まで参加していただき、一切手加減なしの体力限界まで出し切り、皆さん大変盛り上がり楽しんでい

るのがとても印象的でした。最後に、弥富福祉会に関わって頂いている多くの皆様に支えられ、無事に「謝恩夏まつり」が開催でき、大盛況で終えることができました。

来年も、皆様のお力添えを頂きながら、「謝恩夏まつり」を開催したいと思いますのでよろしくお願い致します。ありがとうございました。

(野村佳央)



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。



佐藤義一さん

6月より、いちよう・しらかばほーむの家族になられました。いつもニコニコと、周りの住人さんや職員にお話しをされます。

食事でも食残さず食べられ、元気な様子を見せてくださいます。これから笑顔で、他の住人さんや職員と楽しく過ごしていきます。末永くよろしくお願い致します。

(伊藤繁昭)



篠田武さん

8月より、いちよう・しらかばほーむの家族になられました。カラオケが大好きな方で、カラオケ開催時は素敵

な歌声を聞かせてくださいます。

また、同じテールブルの住人さんと一緒にテレビを観ながら楽しくお話しをされ、過ごされています。



お食事は毎食おいしそうに召し上がられ完食されます。

歩行は自分のペースでゆっくりですが、頑張つて歩かれます。これから寒くなつてきますが、元氣にお過ごしください。

末永くよろしく申し上げます。

(佐藤知佳)

蟹江吹奏楽団演奏会

9月16日(日)に蟹江吹奏楽団の皆様による演奏会が行われました。敬老月間の恒例行事であるこの演奏会は、回を重ねること25回目になります。

今年も、行進曲のマーチで勇ましくスタート。次に『ふるさと』でしっとりとして昭和歌謡に移りますが、曲のイントロを流

し、それを皆さんに当ててもらおうという趣向で楽しませていただきました。『ブルーライトヨコハマ』『襟裳岬』『勝手にしやがれ』『太陽にほえろ』の4曲でしたが、それぞれ当てることができました。

会場からの割れんばかりのアンコールには、『川の流れるように』で締めていただきました。

迫力ある生演奏に、口ずさんだり手拍子したり、それぞれ皆さん楽しまれたようです。

楽団の皆様、貴重な休日を割いていただきありがとうございます。また来年もよろしく申し上げます。

(平川幸士)



野球大会の結果

9月から10月にかけて、第23回愛知県老人福祉施設職員野球大会が21チーム参加で始まりました。

▲一回戦(9月11日)

海部津島トリニティーズ	一	二	三	四	五	六	七	計
0	0	0	6	1	5			
0	0	0	0	0	4			4
4								12

▲二回戦(9月26日)

めいはんフューチャーズ	一	二	三	四	五	六	七	計
0	0	6	0	3				9
4	2	3	0	0				9
0								

時間切れ引き分けのため、抽選(ジャンケン)の結果、海部津島トリニティーズ勝利。

今年は準優勝した平成16年以来14年ぶりに、準決勝・決勝に進めるよう頑張ります。

(平川幸士)



元気は宝物 健康コラム

「天候と体調不良」



昔から「古傷が痛むと雨が降る」と言われるように、気候の変動で体調が悪くことがあります。特に気圧が大きく下がった時に、頭痛や関節痛、だるさやむくみ、めまい等の症状が出ることを、「気象病」と言います。

耳の内耳には、気圧の変化を感じ取るセンサーがあると考えられています。それが気圧の変化を脳に伝えて身体を順応させるのですが、過剰に伝わりすぎると自律神経のバランスが崩れてしまします。

交感神経が活発になると頭痛などの痛みが出現し、副交感神経が活発になると眠くなったります。また、気圧が低くなると血管が拡張しやすくなり、むくみややすくなります。

気象病の改善には、自律神経を整えることが重要です。

- ①十分な睡眠と食事を摂ること。
- ②深呼吸をして身体に酸素を取り入れる。
- ③軽い運動やストレッチをする。
- ④ゆっくりお風呂に入って血行をよくする。
- ⑤症状がひどい時は無理せず薬に頼るのもよいでしょう。

天候の悪い日は、無理せず身体をいたわり、のんびり過ごしてみてもいいでしょうか。

(古城真奈美)



新入職員紹介



かわむら ちかこ
河邨 知子
昭和50年6月25日生
B型

9月から輪中の郷共同生活課で働かせて頂くことになりました。

今までも老人施設で働かせてもらい、高齢者看護に携わってきました。関係性を築きながら人生に関わることでできる業務でさらに看護師として成長できるのではないかと思います。輪中の郷で働かせて頂くことに決めました。

利用者様に寄り添い働くことはもちろん、ご家族様からも信頼される職員になれるよう、精一杯努力していきたいと思っています。

まだまだ慣れないことも多く戸惑うことがあると思いますが、頑張りますのでご指導の程よろしく願います。

(輪中の郷看護師)



ホーム入所選考結果

9月25日(火)に第49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。

	名古屋市	愛西市	弥富町	蟹江町	飛島村	木曽岬町	計
男	1	1	19	2	1	0	24
女	0	1	40	0	0	3	44
計	1	2	59	2	1	3	68

亡くなられた方々

- ・佐藤憂子さん 八十九歳
平成三十年七月三十一日
 - ・川瀬みつゑさん 九十六歳
平成三十年八月二十六日
- お二人のご冥福をお祈りいたします。



SMILEレシピ

豚肉の和風きのこあんかけ

秋の旬きのこ・・・きのこは免疫力アップ食です。
きのこに含まれる、βグルカンという成分があり、免疫力アップや便秘改善などの効果が期待されます。



栄養士
鳥居真帆



材料2人分

豚ロース……………2枚
しめじ……………100g
えのきだけ……………1/2
三つ葉……………4本

A

だし……………カップ1/2
味醂……………大さじ1/2
薄口醤油……………大さじ1/2

作り方

- ①豚肉はキッチンばさみで筋を切り、両面に塩・こしょうを少々振ります。
- ②しめじ・えのきだけは食べやすい大きさにします。
- ③フライパンにサラダ油大さじ1入れ中火で豚肉を焼きます。焼き色がついたら返してお皿に取り出して食べやすい大きさに切ります。
- ④③のフライパンに油大さじ1/3を足して中火でしめじ・えのきだけを順に入れて炒め[A]を加え強火にしながら混ぜて水溶き片栗粉でとろみをつけ、最後に三つ葉を加えて混ぜ出来上がりです。



第二回輪中の郷フェスティバル

9月28日(金)に第一回輪中の郷フェスティバルを開催しました。住人さん・利用者様と共に「上を向いて歩こう」「高校三年生」の2曲を合唱。その後職員と一部の利用者様とで「よっちゃよれ」を踊りました。「よっちゃよれ」の踊りを利用者様が気に入ってくださり、アンコールを3回頂きました。皆様から「楽しかった」とお声を頂き、フェスティバルも盛り上がり、たくさんの方の笑顔がみられた時間でした。

来年も引き続き開催したいと思います。
(大津拓真)



デイサービスセンター輪中の郷

『金魚すくい』

8月18日(土)開催

方もいて皆様大変喜ばれていました。

の「謝恩夏まつり」で

出店した金

魚を翌日

に、利用者

様と「金魚

すくい」を

行うことが

当センター

の恒例行事

となってい

ます。日曜

日というこ

とで利用者

様が少ない

中、全員行

うことがで

きました。

「子供の頃

やったの思

い出すわ」

「昔はこの

池ばかりだ

った」など

話しながら

、一匹もす

くえない方もいれば、30匹近く一つのポイですくう



以上5つのことを行えば、沢山金魚がすくえるはず。機会があれば実践してみてくださいね。当日すくった金魚は、皆様それぞれ持ち帰りました。

来年もまた、金魚すくいを楽し
みましよう。
(水谷和宏)

- ①最初にポイ全体を水に浸けて濡らす。
- ②水中では水面に対し平行移動する。
- ③すくった時は斜めに引き上げる。
- ④尾びれをポイに乗せないように金魚の下からすくう。
- ⑤金魚を水槽のコナーに追い込む。

弥富市デイサービスセンター

『元気になる食文化』

当セン
ターでは
「食」を
通して、
利用者
様・ス
タッフ・
ボラン
ティアの
方も含
め、人
との交
流、機
会訓練、
心身の
活性化
等々、
元気
になる
食文
化をす
すめて
います。

正月などの年中行事での食事、自然の美しさや四季の移ろいを表現する食事、制限のある利用者様には形態や「うま味」を上手に工夫し満足に繋げる食事。

そして日本の食事スタイル(一汁三菜)を提供するなかで、利用者様自ら食事が盛られているテーブルに行き「目で見る、考える、人と話す、手足を動かす・・・」



機能訓練に繋がるバイキング形式の食事等、デイサービスに来ていただくことで、食文化が豊かなものになり、身体も心も健やかになることを目指しています。

(上野江美子)

弥富市南デイサービスセンター

『別々のレクリエーション』



毎月、お菓子作りレクを行っています。苦手な方もみえます。今月はお菓子作りをやりたいう方6名で、おはぎを作りました。ご飯をすりこぎでつぶしているところ、

「半殺しだよ、おはぎは」の声が聞こえてきました。

意味を聞くと、米粒が半分残るくらいに粗くつぶすことを「半殺し」と呼ぶそうです。雑談をしながらも手を動かし、喧嘩にならないよう同じ大きさに丁寧に気持ち達めを込めて30個おはぎを作ってくさいました。

他の皆様は、2人でタオルに



ボールを乗せて飛ばすゲームに参加され、楽しみながら身体を動かす、悔しがったり、笑ったり、喜んでたりしていました。

別々のレクでしたが、皆様作った方への感謝を忘れずに、美味しく召し上がっていただきました。

(若山裕子)

弥富市敬老会に 参加しました

9月6日(木)に長島温泉湯あみの島にて「弥富市敬老会」が開催されました。

参加された皆様口々に、お昼ご飯の弁当を「おいしい」と言われ、歌謡ショーを笑顔で楽しませていました。

敬老会の最中や道中の車内では、「楽しみなあ」「外に出ると良いなあ」「きれいで歌も良かった」「楽しかった、ありがとう」など、たくさんの方の言葉と笑顔がみられ、満足した声が聞かれました。

これからも住人さんや利用者様の笑顔が増えていくように頑張っていきたいと思っています。

(鈴木星香)



台所の薬草

「しめじ」

日本に古くから自生していたキノコの一つで、人工栽培が始まった1970年代以降に、一般的に流通するようになったそうです。



この時に流通し始めたのは、正しくは「ぶなしめじ」(シメジ科シロタモギタケ属)です。では、しめじとは：正確には「本しめじ」(シメジ科シメジ属)のことを指し、天然物で希少価値が高い高級品です。

昔から言われている「香り松茸味しめじ」は、この本しめじのことを言うそうです。とはいえ、スーパーで安価で手に入る「ぶなしめじ」は、低カロリーでビタミンB群を含み、便秘やコレステロール改善効果のある食物繊維を含む美味しいキノコです。

味にクセがないので和洋中どんな料理にも使えます。美味しく食べて季節の変わり目を元気に過ごしてください。

(星野芳江)

ご寄付
ありがとうございました

7月1日～9月30日

- ・水野純様
- ・三上美恵香様
- ・伊藤晴夫様
- ・木下たづ様
- ・奈良明美様
- ・さくら屋様
- ・棚瀬眞弓様
- ・山田修様
- ・佐藤達子様
- ・森マサヨ様
- ・伊藤喜弘宏様
- ・うたおう会様
- ・中山自治会様
- ・川原欠地区様
- ・佐古木米穀店様
- ・輪中の郷家族会様
- ・リカーショップのむら様
- ・フードショップすゞや様
- ・J A あいち海部
- ・女性部鍋田地区様



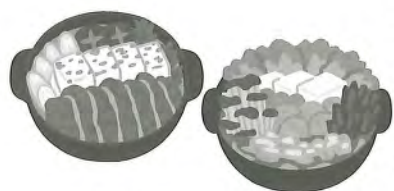
編集後記

今年の夏は、気温40度超えがあるなど、高温の日が続きました。

秋はやってくるのかと心配していましたが、ちゃんとやって来るんですね。ググッと冷えてきました。そして山が赤くなってきました。自然ってすごいなと感じています。

これから気をつけなければならないのが、体調管理です。すでに体調を崩された方もいると思います。早々にインフルエンザが流行する兆しもあり、学級閉鎖に追い込まれた学校などもあるようです。普段のうがい・手洗い、室内での湿度管理が大切です。

さらに冷たくなっていく季節で、楽しみな事といえば、鍋ではないでしょうか。皆さんはどの鍋が好きですか？水炊き・寄せ鍋・おでん・すき焼き・もつ鍋・ちゃん



こ鍋・キムチ鍋・・・どれも考えただけで美味しそうですね。しっかり肉や野菜を食べて栄養を摂り、これからの季節を乗り切りましょう。

(荒不雄)