



ふれ愛あなたと笑顔で

わかがえる

若蛙

NO.100 2023 新春号

令和5年1月1日(日)発行

高齢者総合福祉施設
ウィローふたば広報委員会

瀬戸市西山町1丁目46の18
TEL0561-87-4128(代) FAX0561-87-4129

あけましておめでとうございます
本年もどうぞよろしくお願い申し上げます

祝 100号

おかげ
様で!

いつも「若蛙」をご覧いただきありがとうございます。平成10年(1998年)1月創刊の本誌「若蛙」が、25年という歳月を経て、発行100号を迎えることが出来ました。

これもひとえに、多くの皆様のご支援・ご協力のおかげと存じます。心からお礼申し上げます。

Contents

2

祝100号記念

3

終業・ショートステイ
教みつけました

4

デイサービス
お昼ご飯を作ろう

5

ふたば庵
くらぐらハウス結核
尾道市瀬戸市
郷土料理

6

ケアハウス
紅葉ドライブ
買い物ツアー

7

地域包括支援センター
認知症サポート講座
地蔵はつらつ講座
西山町サロン開催

8

健康の証
検査合格
ケアマネ試験合格発表

祝 若蛙100号記念

創刊号の思い出

初代広報委員長 伊藤智行

25年も前なので記憶は定かではないが、夏ごろ広報誌を創るために7名ぐらいの職員で広報委員会を立ち上げた。最初に広報誌の名前を決めようということになった。委員会のメンバーでアイデアを出し合ったが、あまりいいアイデアはでなかった。委員の一人の「公募したらどうか」との意見で、入所者・利用者と職員に公募することにした。

数件ぐらいの応募の中から、これはという名前があった。ケアハウス入居者の崎 重正さんの『若蛙(わかがえる)』に委員全員、「これがいい」と決まった。小野道風の古事より柳(英語でウィロー)と蛙はつながりが深く、若返るにもつながり誠にウィローふたばの広報誌の名前にふさわしいということになった。

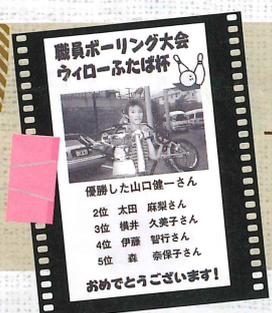
題字は、故青山光正初代施設長の実兄で、当時の井上博通瀬戸市長に揮毫していただいた。今でもその文字を利用している。

施設長あいさつに始まり、特養・ケアハウス・デイサービスの出来事や職員紹介の記事などをふんだんに盛り込んだ創刊号は、平成10年元日に入所者・利用者の皆さん、近隣の皆さん、職員に配布され、ウィローふたば施設広報誌『若蛙』の歴史が始まった。

あなたと若蛙



1号 平成10年1月
記念すべき創刊号！モノクロ印刷で新聞の様なレイアウトでスタート。



12号 平成12年10月
第1回職員ボーリング大会開催。恒例行事の一つでした。



職員の趣味等を紹介する「ウィローの輪」
バトンリレー方式で順番に職員を繋いでいきました。



17号 平成14年1月
平成10年に結成した4施設合同野球チーム「ANKUアंक」。1回戦敗退が続いていたが、見事第3位に！



4号 平成10年10月
職員が書いた連載の4コママンガ。いい味出てますね



20号 平成14年10月
モノクロ印刷から3色印刷へ。ピンク・青・緑を使用した、ぬくもりを感じるデザインへ。



11号 平成12年7月
職員の結婚・出産なども紹介。あれ、この人は？



35号 平成18年7月
全面カラー印刷導入。表紙のデザインも一新し、新たな広報誌がスタート。

広報委員会が選んだイケてる表紙

ベスト3





焼き芋 11月8日(火)

特養 & ショートステイ

てんこ盛りの焼き芋を前に、皆さん目を輝かせ「待ってました」と言わんばかり！沢山の芋達があっという間になくなりました(笑)

ホクホクの焼き芋に、秋を見つけるひと時でした。

旬の食材といえば「さつまいも」です。さつまいもには沢山の栄養素が含まれており、生活習慣病の予防や腸内環境を整える効果があります。



秋見つけました



尾張旭市森林公園 11月15日(火)

赤・黄・緑に彩られた美しい木々に魅せられ、こころ穏やかな時間を過ごす事ができました。素敵な景色を前に、もう言葉はいりませんね。



デザートサービス

秋刀魚の炭火焼き定食

9月17日(土)



メニュー

- ・秋刀魚の炭火焼き
- ・さつま芋ご飯
- ・味噌汁
- ・きのこのホイル焼き
- デザート
- ・かぼちゃプリン



脂ののったサンマは美味しい!

炭火で焼いた秋刀魚は、身がホックホク!炭の香ばしさも相まってうまさ絶品!
みなさん、あっという間に完食されました!

お昼ご飯を作ろう



秋の味覚「秋刀魚」編

秋づくし定食

10月17日(月)



- メニュー
- ・秋刀魚の炊き込みご飯
- ・かき玉汁
- ・揚げ出し豆腐のきのこあんかけ
- ・かぼちゃサラダ
- ・みかん
- デザート
- ・手作りスイートポテト



「秋刀魚の炊き込みご飯」は、秋刀魚の骨や臭みを取るのになりの手間を要します。しかし、そんな悩みを解決してくれるのが、「秋刀魚の缶詰」です。
缶詰の秋刀魚を、炊飯器にポンと入れるだけ。美味しい炊き込みご飯が、超簡単に作れます。皆様からも大好評でした。

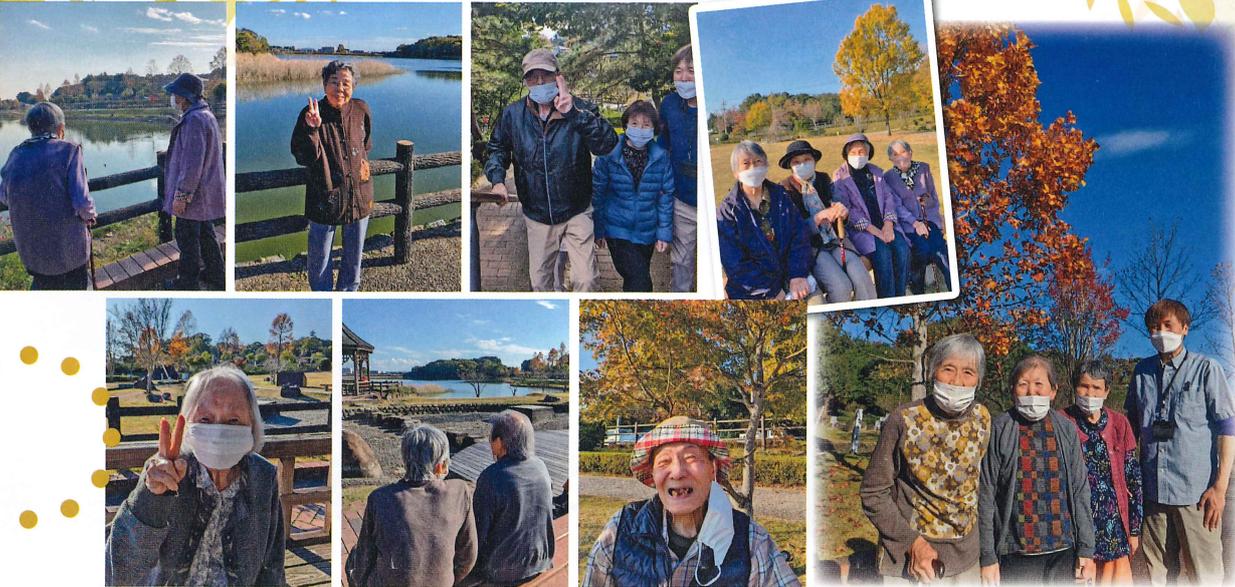
ふたば 庵

全集中! ぐらぐら バランス対決!



指先の運動と集中力アップを目的とした、ぐらぐらバランスゲーム。コップとトリスビーをバランス良く積み上げて、どこまで高くできるかを競うゲームです。途中で倒れないよう全集中！皆様、真剣です。もちろん倒れると、ため息交じりの大歓声が湧き起こります。

散歩 尾張旭市維摩池 11月7日(月)～18日(金)



機能訓練の一環として、尾張旭市にある「維摩池」に出かけました。秋も深まり、少し肌寒い日もありましたが、久しぶりの外出に気分もリフレッシュできました。

郷土料理



10月は長野県で野沢菜の天ぷらそばと五平餅。11月は北海道のいくら丼！
美味すぎてほっぺがおちました。

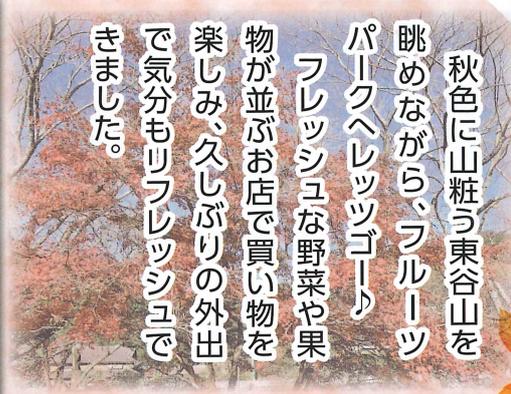
10月 14(會)・15(皆)
11月 21(會)・22(皆)

紅葉ドライブin東谷山フルーツパーク

11月24日(木)・25日(金)

ケアハウス

秋色に山粧う東谷山を眺めながら、フルーツパークへレッツゴー！フレッシュな野菜や果物が並ぶお店で買い物を楽しみ、久しぶりの外出で気分もリフレッシュできました。



柿やりんご
秋の味覚がいっぱい！

シクラメンの
季節が
やってきましたね

買い物ツアーinイオン瀬戸

11月17日(木)



この食材で何作ろう

買い物は楽しい！



どれがいいかしら



月に2回、みんなで近くのお店へ買い物♪
このツアーに参加すると、食べ物から生活用品まで何でも揃っちゃいます！
ケアハウスでは人気企画の一つです♪

地域包括支援センター

地域はつらつ講座

10月13日(木)



今池町元気クラブ主催のサロンで、地域はつらつ講座を開催。「介護保険制度と福祉用具」について、春日井市の福祉用具専門業者(株)愛安住の方からご説明いただきました。

ふたば地域包括支援センターでは、水南・効範連区内のサロンに出向き、講座開催のお手伝い等をしています。ぜひお声掛けください。

認知症サポーター

認知症になっても 安心して暮らせる社会を

11月5日(土)

認知症に対する正しい知識と理解を深め、認知症の人や家族に対して、できる範囲で手助けできる「認知症サポーター」を増やすべく、養成講座を、ウィローふたばで開催しました。

認知症サポーターキャラバンメイトの職員より、認知症の種類や症状、望ましい接し方について、映像も見ながら学んでいただきました。

認知症になっても安心して暮らせる優しい地域づくりに、引き続き取り組んで参ります。

オレンジの腕輪が
認知症サポーター
の目印



西山町サロンが

開催されました

11月9日(水)

西山町在住の高齢者が集う西山町サロン。体操やモノづくりなど様々な企画を住民主体で考え、楽しく活動されています。今回は瀬戸市役所環境課の方をお招きし、「プラスチック製容器包装の分別」について皆で学ばれていました。

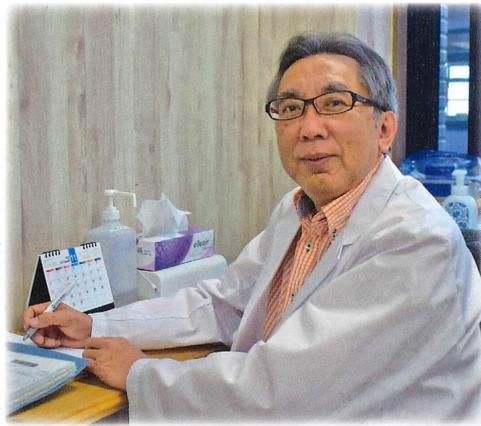
情報交換、生涯学習、交流の場として西山町サロンは、毎月第一水曜日にウィローふたば会議室で開催されています。



ウィローふたば嘱託医

浅井医院 院長
メデイカルプロレス代表
中部有志医師の会 代表
浅井富成 先生

112歳



人間は、健康で幸せに長生きしたいと思わない人はいないだろうと思います。今や人生100年時代を迎えています。健康寿命を全うできる人はそうはいるものではありません。何らかの病やケガにより寝たきりの生活を強いられる方は大勢おられます。

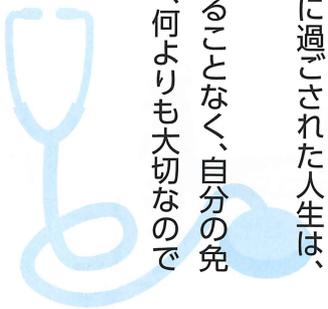
人間は生理学的には、120歳までは優に生きられると言われています。当院の外に來られた患者さんの中の最高齢は112歳の方でした。ギネスにも載った方です。その方にインタビューをする機会がありました。

「長生きの秘訣は何ですか？」一つには、「無理をしないこと」二つ目には「くよくよしないこと」三つ目には「感謝して過ごすこと」でした。この方は、ほとんど薬を飲むこともなく、111歳までは、二階の部屋まで登り降りされ、新聞もザッツとめを通され、自立した生活をされてきました。

身体と言う自らの自然に抗うことなく、自然のままに過ごされた人生は、見事と言うしかありません。

健康の要は、自然尊重、自然順応です。決して無理することなく、自分の免疫力を信じて、感謝して毎日笑いながら過ごすことが、何よりも大切なのです。

さあ、人生100年時代を、幸せに生きていきましょう。



ケアマネ試験合格発表



去る10月9日に行われた「第25回介護支援専門員実務研修受講試験（通称ケアマネ試験）」の合格発表が、12月2日にありました。おかげさまで当施設からは2名が合格できました。

多くの皆様から応援していただき、改めて感謝申し上げます。

広報委員会



私達は「見て楽しい、読んで元気になる」をモットーに、年4回発行する広報誌づくりに励んでいます。

広報誌づくりでは主に、ページ構成、記事収集、文章作成を行っています。

これからも見やすい、読みやすい、わかりやすい広報誌を皆様にお届けしてまいります。



編集後記

明けましておめでとうございます。近年、世界規模で大変な問題が次から次へと起こっています。日本においてもコロナ、円安、少子化、超高齢化などの問題に直面しています。

新しい年を迎え少しでも未来のために、私に出来る事を積み重ねて行こうと思います。皆様と明るい未来の話ができることを心から願っています。



インスタグラム

フォロワー

2,300人突破!!