

お茶会 園 お祝い

第22号

今年も、高校生サマージョントボランティアスクールの皆さんが、ボランティアに来てくれました。夏休み中、高校生を対象とした社会福祉協議会の事業の一つで、毎年、多くの高校生がボランティアに訪れてくれます。この日は、『せっかく来てくれたんだから』との提案で、高校生と一緒にぼたもち作りをしました。慣れた手つきのご利用者さんは、一つひとつ丁寧に自分の孫に接するかのように入っていました。



7月31日(土)に、いい天でホーム夏まつりを開催しました。定番メニューの焼きそば、たこ焼き、ビール…さらに今年は、ソフトクリームも始めました♪

前日まで、天気予報と睨めっこ状態でしたが、当日は天候にも恵まれ、無事に行うことが出来ました。

今年も暑い夏まつりでした！

ご利用者の皆さんと職員による、仮装行列も行われました。毎年、思考を凝らし、とてもユニークで、優劣を付けがたい程の仮装です。そんな中、今年の優勝を勝ち取ったのは、『こもれびの家』でした！

ユニットのテーマは・・・『Our school day, we were pretty and cool～可愛くて、格好よかった学生時代～』学生服を身にまとい、若かりしあの頃にタイムスリップ！



～クラブ活動～

新たな取り組みとしてクラブ活動を始めました。ご利用者さんの好きなクラブを選んで頂き、月に4回活動しています。クラブ活動を行うにあたって、ボランティアの皆さんにもご協力を頂きながら、楽しいひとときを過ごしています。

参加されている皆さんは、とても真剣に取り組んでいます。作品が出来ると、『できたー！』『こんなもんでどうだべ？』と喜びの声が聞こえてきます。



(書道クラブ)



(フラダンスクラブ)



(手芸クラブ)

今日は私の誕生日



年に一度の誕生日。家に帰って家族と一緒に祝いをしたい。ホームに家族を迎えて皆とお祝いをしたい。一人ひとり違った誕生日の祝いの仕方があるのは、自然なことですね。

家で一緒にお祝いをする方は、何日も前から、「何を着ようかな?」と、とても嬉しそうな顔をして当日を心待ちにされていました。家に帰ると、お祝いのために家族や近所の方までもが駆けつけていました。



暑さにも負けない
元気の源は、笑顔!



お風呂の日

皆で大きなお風呂に入れる日。男性は菖蒲湯、女性にはお花を入れた、いつもとは違ったお風呂の雰囲気を楽しんで頂けました。



入浴後には、冷たいビールやジュース、美味しい料理で一服。自然と笑みがこぼれました。



握手でバイバイバイ♪

やまゆり保育所の子供たちが遊びにきてくれました。元気な声、笑顔に沢山のパワーをもらい「かわいいね。」「こっちにもおいで。」まるで自分のひ孫が来たかの様です。

職員勉強会

今回は、ご利用者さんにとって負担のかからない、よりよい体位交換やオムツ交換の方法を職員同士で話し合い、勉強しました。



医務室の窓から…

医務室の窓からブラインド越しに見えるあさがおです。例年にない暑さのため、緑のカーテンで暑さ対策をしてみました。中からみると涼しげですね。9月になっても猛暑が続いていましたが、皆さん、体調管理はできていましたか？今回は、ニュースでも度々、耳にしていた「脱水」について紹介したいと思います。



* 外部講師を招き、全事業所を対象に高齢者の脱水を* テーマに施設内勉強会を行いました



脱水とは…？

体内の水分が不足している状態で、摂取する水分よりも失う水分が多い場合に起こります。下痢や嘔吐、利尿薬の使用、暑さなどによる多量の発汗、水分の摂取不足が脱水の原因になります。



* 補正水の作り方 *

1 リットルの水に砂糖 40 g ・ 塩 3 g を入れて沸騰させ、冷まして出来上がり☆
最後に、レモンやグレープフルーツ等の絞り汁を加えるとカリウムの補給にもつながります。



そこで、大量の汗をかいた時や熱がある時に失われる水分や塩分を補う方法のひとつを紹介したいと思います。

経口補水液と呼ばれる物で、市販もされていますが、当ホームでは、『補正水』というものを作り、この夏を乗り切りました。

塩分と糖分がバランスよく含まれていることで、体に吸収されやすくなります。(脱水症状の時には甘く感じ、そうではない時には、しょっぱく感じるので、脱水状態の目安にもなります。)

夏こそ“フットケア”が大切です！

入浴後、こまめにチェックを行い、白癬の予防・処置を行っています。(つま先の観察・管理が大切です) 水分を拭き取って・・・爪を切って・・・軟膏をつけて・・・



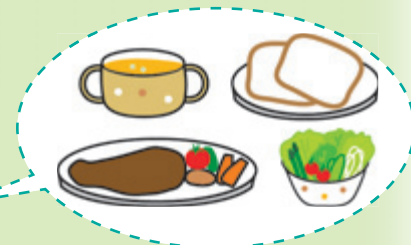
早く治るといいね

楽しめる食事を

はじめました 一厨房一



9月より月2回、ご利用者さんが好きなものを自分で選び美味しく食べて頂きたいと思い、写真で選ぶ食事の提供を始めました。管理栄養士がメニューを説明しながら、ご利用者さんを選んで頂いています。



ご利用者さんもメニューの写真を見ながら「ん～何にすっかなあー」と言いながら楽しそうに選んでいました。洋食に和食に中華・・・今回は、何をチョイスしようかと毎回楽しみにしているようです。

ありがとうございます



ご利用者さんのご家族より頂いた桃で、シャーベットを作りました。暑い日が続いていたので、冷たくのどごしのいいシャーベットは、とても喜んで頂けました。おいしい桃を、ありがとうございました。



☆喫茶週間☆

デイサービスでは、毎月、喫茶週間として手作りのおやつを召し上がって頂いています。今回は、スペシャルクリームソーダでした。初めての試みでしたが、目の前で出来上がるクリームソーダを楽しみに待っていました。



新任教員紹介

よろしくお願いします♪



《渡辺千枝子》

先輩方のご指導を受け、1日も早く仕事を覚えたいと思います。よろしくお願いします。



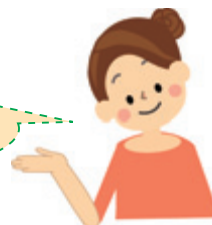
* ホツとする空間 *

厨房の廊下に献立表を貼るためのコルクボードを厨房職員が自ら作成しました。

すべてフェルトで作られ、美味しそうなお寿司、たい焼き、マカロン等…見ても楽しんで頂けたらと思います。

いいだて

デイサービスセンターに来てみませんか？



《じゃがいもを収穫しました》

自宅に閉じこもりがちな高齢者にとって、他の利用者との交流や普段と違った環境で過ごすことは気分転換にもなり、ストレスを発散することができます。また、家族にとっても介護疲れの軽減、リフレッシュする時間を持つことにもつながりますので、有効にご利用いただきたいと思います。

現在、月曜日から金曜日（9：00～15：30）まで提供しています。施設見学は、開所時間内いつでもできますので、お気軽に声をかけてください。担当職員等が対応させていただきます。

たくさん
採れました♪



私たち職員は、ご利用者の楽しむ様子やステキな笑顔から、元気をいただきながら支援させていただいています。ご利用者の皆さん、いつもありがとうございます。

＼（＾o＾）／



《口腔ケアの一環で
シャボン玉を行いました》



ワンポイントアドバイス

“夏の疲れ”残っていませんか？今年の夏は猛暑が続いてバテバテ・・・ということで、夏の疲れ解消法を紹介します。

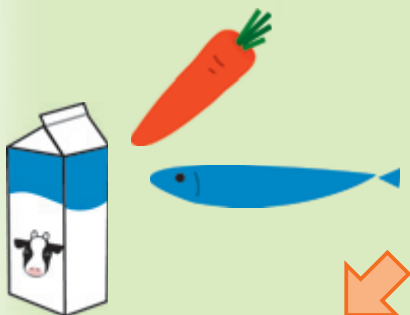
- 1) 規則正しい食事 食欲がない時には少量でも、3食の食事を摂るように心がけましょう。
- 2) 水分の摂り方 暑いからと言って、冷たい清涼飲料水を飲みすぎると、胃腸の調子を悪くし、食欲不振の原因にもなります。のどが渴いた時には、白湯が常温の水がベスト！
- 3) 十分な休養 一番大切なのは睡眠です。身体の疲れをとるレム睡眠、脳の疲れをとるノンレム睡眠があります。両方の疲れを取るためには、できるだけ12時前に床に入る習慣を付けましょう。
- 4) 酸っぱいもの・辛いもの クエン酸を含む梅干、グレープフルーツ、レモンなどは体内の代謝を活発にします。また、辛い料理で発汗作用と胃液の分泌を促し、涼しく感じさせ更には、食欲増進の効果があります。

スポーツ・芸術・読書、そして食欲の秋！体調を整え、実り多き季節を満喫しましょう。

～さまざまな状況に応じて～

いいたてヘルパーステーション

ご利用者さんの食事形態や状況に合せた食事作りに心がけ、より美味しく栄養のある食事を提供出来るよう、勉強会を開いています。美味しく喜んで頂けるような食事や、咀嚼が苦手な方がより美味しく食事を摂れるように、やわらかい食事の工夫も私たちの大切な仕事です。



☆テキストを参考に☆



ミキサーを使ったり
試行錯誤



訪問先にて・・・

ご利用者さんのご家族の声

ヘルパーの皆さんにお世話になり、元気な母になりました。
以前の母に比べたら、考えられない程身体も丈夫になり、自分の身の回りの事が出来る様になりました事を感謝致します。 Hさんのご家族より



とても嬉しいお言葉をいただきありがとうございます。ヘルパー一同、これからも頑張っていきたいと思います。

職員同士の勉強会

今回は、シーツ交換の勉強会を行いました。職員をご利用者さんに見立て、よりスムーズにお互いに、負担の少ない介護を実践出来るように基本に戻り勉強しました。

褥瘡の原因の一つとして、寝具のシワやヨレが上げられるので注意してサービスを提供したいと思います。



7月31日*夏まつり

今年は、2歳児が作った花火模様のお神輿を担ぎ、「わっしょい！わっしょい！」と元気に練り歩きました。また、今年は、子供たち全員で腰みのを着け、しまじろうで流れる「ハッピージャムジャム」を踊りました。腰をフリフリ振りながら、とても可愛らしい様子でした。



やまゆり

☆野菜の収穫をしました☆

皆が収穫した
野菜だよ♪



小さいですが、中庭に畑を作り野菜を育てました。ピーマン・トマト・きゅうり・オクラ…などなど、大きく育った野菜たち。きゅうりのとげに触って「痛い！」と言ったり、大きくなっている野菜を見つけて感動したりと、収穫を味わっていました。採った野菜は、調理し給食で美味しく頂きました。



自分の手で、一つひとつ収穫した野菜の味は格別！子供たちの中には、苦手だった野菜を克服した子もいました。



楽しい水遊び♪



子供たちの大好きな水遊びの時期がきました。今年は、9月を過ぎても暑さが続いたため、水遊びは子供たちに大変好評。水鉄砲やペットボトルを使って遊んだり、洗濯ごっこをしたりとそれぞれ楽しんでいました。



保育所

その頃、別のお部屋では・・・

製作をしたり、お友達とたくさん体を動かしたり。また、小学生のお兄さんお姉さんたちが保育所に来てくれ一緒に遊んだりもしました。



今回、当所では新しい保育室が出来上がりました。さくらんぼ組の子供たちが遊ぶスペースとして活用しています。眠っている子供たちとは別の部屋で遊べるので、のびのびと遊べ、またおやすみしている子供たちもぐっすり眠れます。



ボランティアの活動状況

(平成 22 年 5 月 1 日から平成 22 年 7 月 31 日まで)

月 日	個人・団体名	人数	内 容	月 日	個人・団体名	人数	内 容
5 月 4 日	赤坂神楽団様	12	踊り披露	7 月 26 日	花井美容室様	1	髪の手カット
5 月 4 日	はなづか太鼓様	8	太鼓演奏	7 月 28 日	更生保護女性会様	5	手芸クラブ手伝い
5 月 9 日	浦住克宏様	1	中庭掃除	7 月 29 日	小樽45歳サマーショールボランティアスクール様	12	ふれあい
5 月 9 日	堀内流民謡飯館同好会様	13	歌・踊り披露	7 月 31 日	押口商店様	1	夏まつり手伝い
5 月 29 日	浦住克宏様	1	窓拭き	7 月 31 日	西原由美子様	1	夏まつり手伝い
5 月 31 日	花井美容室様	1	髪の手カット	7 月 31 日	あかね福祉様	1	夏まつり手伝い
6 月 6 日	民生員 OB 会様	13	草刈り・繕い物	7 月 31 日	うぐいす会様	4	夏まつり手伝い
6 月 7 日	飯樋小学校 2 年生様	26	交流	7 月 31 日	あぶくま信用金庫様	5	夏まつり手伝い
6 月 9 日	草野幼稚園 年長組様	35	ふれあい	7 月 31 日	ファミリーケア様	1	夏まつり手伝い
6 月 20 日	一葉会様	15	踊り披露	7 月 31 日	高橋利彦様	1	夏まつり手伝い
6 月 20 日	井上千枝様	1	絵の交換	7 月 31 日	ハッピーケア様	1	夏まつり手伝い
6 月 23 日	飯樋小学校 5 年生様	20	合唱・合奏披露	7 月 31 日	菅野望様	1	夏まつり手伝い
7 月 7 日	飯館フラクラブ様	6	フラクラブ手伝い	7 月 31 日	庄司武実様	1	唄披露
7 月 10 日	井上千枝様	1	絵の交換	7 月 31 日	はなづか太鼓様	15	太鼓演奏
7 月 14 日	更生保護女性会様	1	手芸クラブ手伝い	7 月 31 日	澄美会様	15	踊り披露
7 月 18 日	浦住克宏様	1	ワックス掛け手伝い	7 月 31 日	飯館フラクラブ様	18	ダンス披露
7 月 20 日	長正サツキ様	1	書道クラブ手伝い	合 計		239 名	

※ボランティアをされた方で、もし漏れていた方がありましたら、ご容赦願います。



～みなさまのあたたかい善意に感謝します～

(平成 22 年 5 月 1 日から平成 22 年 7 月 31 日まで)

※ 真壁 信男 様 (蕨 平)

※ 庄司 喜一 様 (長 泥)

みなさまから頂いた善意は、いいたて福祉会の運営に役立たせていただきます。ありがとうございます。

いいたて福祉会理事・監事が選任されました

いいたて福祉会理事・監事の任期が満了になり、平成 22 年 8 月 1 日より新たに選任されました。2 年間、お世話になります。

(任期 平成 22 年 8 月 1 日～平成 24 年 7 月 31 日)

＜新任理事＞

※ 西 尾 豊 様

(二 枚 橋)

※ 佐 藤 長 平 様

(長 泥)

＜再任理事＞

※ 菅 野 典 雄 様

(佐 須)

※ 嘉 藤 京 子 様

(白 石)

※ 佐 藤 眞 弘 様

(二 枚 橋)

※ 今 野 百 合 様

(飯 樋 町)

※ 三 瓶 政 美 様

(大久保・外内)

＜再任監事＞

※ 山 田 義 忠 様

(八木沢・芦原)

※ 林 絹 子 様

(白 石)



発行 社会福祉法人いいたて福祉会
〒 960-1803
福島県相馬郡飯館村伊丹沢字伊丹沢 571
TEL 0244-42-1700
FAX 0244-42-1710
E-mail : iitatehm@iitate-home.jp
http://www.iitate-home.jp

猛暑が続いていまし
たが、急激に寒さが到
来。夜は、毛布が欠か
せない程の冷え込みにな
っています。あの暑
さは、どこへ行ってし
まったのでしょうか…
さて、美味しいもの
が沢山出てくる季節に
なってきました！食べ
すぎに運動不足で、メ
タボまっしぐらになん
て事にならないよう
に、気をつけましょう。

編集後記