



あい にち そう えん 愛日荘園 だより

社会福祉法人篤仁会
特別養護老人ホーム愛日荘園
愛日荘園デイサービス指定通所介護センター
愛日荘園指定居宅介護支援センター
愛日荘園短期入所生活介護センター
〒960-0811
福島市大波字熊野山1番地
TEL:024-588-1120 FAX:024-588-1148
URL:http://www.ainichisouen.net/
E-Mail:ainichisouen@air.ocn.ne.jp

平成30年11月
第111号



特養ホーム&デイサービス 合同芋煮会!



10月18日(木)、特養ホーム、デイサービスセンター合同での芋煮会を開催しました!

天候は晴れでしたが、少し風が冷たく感じられたため室内での開催がメインでしたが、デイサービスの利用者様は体調に注意しながら屋外で芋煮会を楽しまれました。

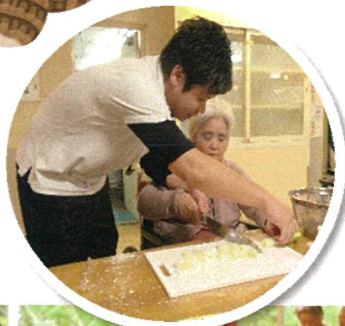
利用者の皆様には野菜を切るなどの仕込から参加いただき、楽しそうに準備をしていました!



晴天の下で食べる芋煮は最高!



【仕込の様子&出来上がった芋煮】



屋外で火を焚いて、芋煮を煮込みました!熱々です!



男性の利用者様も積極的に仕込に参加いただきました!

特養ホーム

彼岸法要



9月20日（木）、秋の彼岸法要を行いました。参加された利用者様の中には熱心に手を合わせておられた方の姿も見受けられ、心落ち着く時間が流れていました。これまで愛日荘園でみまかられた方々のご冥福をお祈りすると共に、利用者様と誠心誠意向き合い、より良いケアに努めていこうと決意させられました。



秋の遠足

10月1日（月）、福島市荒井にあります「四季の里」へ遠足に行ってきました。過ごしやすい気温と綺麗な青空が広がり、まさに遠足日和となりました。まずは水車小屋で販売されているアイスクリームを堪能し、その後公園内をじっくり散策してきました。円形花壇、レストラン前の花壇にはマリーゴールドやベゴニア、サルビアが咲き誇り、色とりどりの美しさに「まあ！きれい！」と感動されていた様子でした。

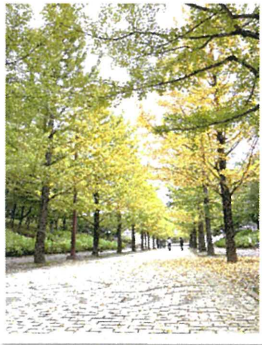




デイサービスセンターの行事



秋の外出（紅葉狩り）



あづま運動公園のイチョウ並木へ行きました。すっかり、福島市の秋の観光スポットとも言える、こちらのイチョウ並木。綺麗な黄色に色付き始めていました。利用者様の中には「初めて来た！」と喜ばれる様子も見られました。



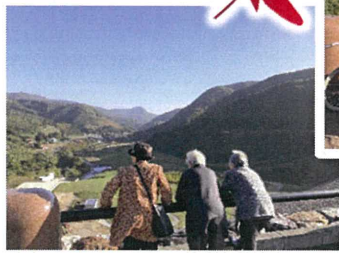
10月23日



イチョウの前で撮影！



10月24日



10月25日



10月24、25日には摺上川ダムへドライブへ行きました。天候にも恵まれ、気持ち良い空気を吸うことが出来ました。利用者様からは「車に乗って皆と話しをする事が出来て良かった」「キレイな景色が観れて嬉しかった」の声も聞かれていました。



さつまいも掘り

今年の5月にボランティア様にご協力をいただいて愛日荘園の中庭に植えた「さつまいも」がすくすくと成長して収穫の時期になりました！！

10月26日（金）に利用者様と職員でさつまいも掘りをしました。大きなさつまいもが収穫できました！



地域のボランティアの方が丁寧に教えてくださいました！



芋煮会



仕込はバッチリ！
そして、お食事タイム！



11月6、7、9日の3日間で利用者様に野菜を切って頂きいも煮を作る事が出来ました。「最近、料理作ってないから包丁使うのがこわい」等話されておりましたが、さすが年の功、手際よく野菜を切ることが出来ていました。



大波住吉神社 「三匹獅子舞ならびに鬼舞」



10月7日（日）、大波地区にある住吉神社の例大祭に合わせ「大波住吉神社の三匹獅子舞ならびに鬼舞」の皆様が愛日荘園に来園されました。

地域の皆様による太鼓、笛の音色に合わせて獅子舞役の子供たちが舞い、それを見ている利用者の皆さまは、どこか懐かしそうな表情で舞を見ていました。

例大祭で忙しい中、当園で伝統の舞を披露いただき大変嬉しく思います。利用者の皆様は見入っていました。本当にありがとうございました



【大波住吉神社の三匹獅子舞ならびに鬼舞】

昭和37年に福島市の「無形民俗文化財」に指定され、その発祥は天保年間とされる長い歴史のあるものです。

獅子舞には五穀豊穡のほか、無病息災、子孫繁栄など地域の方々の大切な思いが込められております。



新そば会



11月18日（日）、大波そば愛好会の皆さまに来園いただき「新そば会」が行われました。

今年も楽しみにしていた行事の一つで、ソバを打つ工程を利用者様の前で披露いただきました。

ソバ打ちには職員も体験させていただき、難しさを実感したようです。

目の前で実演して出来上がったそばを食べるのは格別。「見て、触れて、味わって」、季節を感じる事ができました！



介護者教室の様子



11月18日（日）、大波土屋場集会場にて大波上組3町内会合同の企画として、大波上組介護教室を開催いたしました。

町内会行事の1つとして参加させていただき、地域の方の健康と介護をキーワードとして、講座や体操をおこなわせていただいています。

今回は「低栄養」と「認知症の家族へのかかり方」をテーマとした寸劇を行いました。これからも地域の皆様の役立つような情報やテーマをもって協力していきたいと思っております。



愛日荘園ふれあいギャラリー 第2回 企画展 浪岡泰博 ペルーの風景写真展

10月13日(土)から10月26日(金)まで、平成30年度 愛日荘園ふれあいギャラリー企画展として「浪岡泰博 ペルーの風景写真展」を開催いたしました。

浪岡様が滞在中に撮影したマチュピチュの絶景やペルーの日常の様子などの写真を35点展示。また、浪岡様が現地で購入された衣類や帽子なども展示いたしました。

特養ホーム、デイサービスの利用者の皆様も大変感動した様子でした！



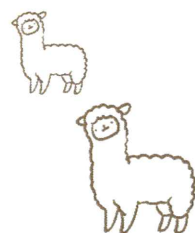
浪岡様、この度は写真などの提供、有難うございました！



【マチュピチュの絶景】

写真からそのスケールの大きさを感じます！

アルパカの毛で作られたぬいぐるみやバスト、色鮮やかなストールなども展示！



後期総合防災訓練

11月5日(日)、今年度後期分となる総合消防訓練を実施いたしました。車椅子を使用する避難誘導訓練、緊急時の非常用電源操作確認、水消火器での消火器の使用方法などを確認しました。

地域の防災協力員、女性防火クラブの皆様にも参加いただき、実際に避難誘導を行いました。

訓練を行うことで、当法人としても防災における課題も出てきますので、より一層、防災意識を高めていけるように努力していきます。



社協からのタオル贈呈



10月17日(水)、もちづり地区老人クラブ様より丹精込めて手作りされたタオル・雑巾をいただきました。頂戴いたしましたタオル・雑巾は早速使わせていただきたいと思います。

またご来園いただいた福島県社協、福島市東部支所の皆様、本当にありがとうございました。

今後とも、よろしく願いいたします。



腰痛予防研修

10月2日(火)、外部からの講師を迎えての腰痛予防研修会を行いました。介護現場では腰に負担がかかる業務が多く、腰痛は悩みでもあります。

腰痛を予防するための運動などを教えていただき、有意義な研修となりました。こうした研修を通して少しでも体の負担を減らすことを目指していきます。



口腔ケア研修



10月12日(金)、口腔ケア研修を行いました。当施設でお世話になっている歯科の先生に講義をしていただき、利用者の皆様が「食」を楽しんでいただけるよう、職員も改めて感じる事ができました。研修で学んだことを日頃のケアに活かしたいと思います。



あいにち 生き生きメモ



低栄養について



みなさんこんにちは。

最近、話題になっている「低栄養」についてお話します。

☆低栄養とは高齢者によく観察される栄養障害で「**食事の量が減る**」ことで身体を動かすために必要なエネルギーやタンパク質、健康維持に必要なビタミン、ミネラルなどの栄養が不足した状態をいいます。

原因として「**胃や腸などの消化機能の低下**」「**噛む力の衰え**」「**食べる事への興味の薄れ**」「**唾液分泌の減少**」など。一人住まいや老夫婦のみの生活、無刺激による閉じこもりなど様々な精神的要因による食欲低下などが関わっています。食事が低下するとさらに脱水をまねき状態を進行させてしまうこともあります。

☆代表的な症状☆

体重の減少、皮膚の炎症と床ずれ、骨折が起こりやすい、運動能力の低下、免疫力の低下、低血糖による意識障害など。これが続くと重症化して死亡の恐れもある。

☆低栄養を防ぐには☆

エネルギーとなる糖質や脂質、血や肉になるタンパク質に加え体の調子を整える**ビタミン、ミネラル、食物繊維**をとる必要があります。

効率的に栄養を摂るには**主食、主菜、副菜**をバランスよく摂ることです。栄養を高めるには「おかず」から食べると良いです。食事のメニューは穀物をはじめ乳製品や卵など高タンパク質で高カロリーのものを中心に一度に様々な栄養が摂れるよう、おかげに「**おかか**」や「**ちりめんじゃこ**」を加え味噌汁には細かく刻んだ「**豆腐**」や「**野菜**」を入れてみて下さい。一度の食事で必要な量を食べられない人は食事の回数を増やすのもいいでしょう。

食事を**5~6回**に分けたり3回の**食事+間食(2~3回)**をするのもいいですね!!

間食では、ビタミンの多い果物やカルシウムの豊富な乳製品などもお勧めです。水分補給ゼリーや栄養バランスの良い飲みものが市販されているので試してみてください。

【感染症予防に伴う面会制限のお知らせ】

インフルエンザ、ノロウイルスなどの感染が流行する時期を迎えます。つきましては、**12月1日から3月31日**までご家族の面会を制限させていただきますのでご理解ご協力の程、よろしくお願いいたします。

【編集後記】

今年の秋は昨年よりも紅葉の色付きが濃く感じられました。愛日荘園の利用者の皆様も紅葉狩りに外出し、秋を感じていただけたのではないかと思います。

これから寒くなりますが、体調管理を十分にしておいて良い年末年始を迎えましょう!