

# 高寿会だより

藤の花と記念写真



## 感謝の季節到来

桜・梅・こぶしの花。どれもきれいですね！



なごみの家の御利用者のみなさんが花見に来園！

今年も高寿園の園庭に様々な花が咲きました。開所当時から多くの植栽を頂き、33年の間にもたくさんの植樹をいたしました。地域の皆様や、震災後から続けて頂いている遠方の御支援の方、植樹や花植え、そして草刈りなどの園庭作業、皆様の御支援のおかげで綺麗な花樹を見る事が出来ていることに感謝申し上げます。職員も御利用者も大変癒されております。これからも宜しくお願いします。

2022年4月～6月号  
第171号

〒029-2205

岩手県陸前高田市高田町字東和野67番地

社会福祉法人 **高寿会**

TEL 0192-55-3700 FAX 0192-55-3701

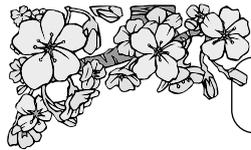
社会福祉法人高寿会ホームページ [rikutaka-koujukai.com/](http://rikutaka-koujukai.com/)

(高寿会だよりのバックナンバーや、求人情報も掲載しておりますご検索下さい)

# 本館

## 高寿園

### (春季) - お茶っこ飲み -



はやぐ花っこ咲くどいいなあ…



こっち向いて～はい！チーズ！



### - お花見 -

園の桜は今年も  
綺麗に咲きましたね！



園庭の  
藤の花の前で  
皆さんと一緒に



### - その他 -



チャレンジデーは皆で  
ラジオ体操に取り組みました



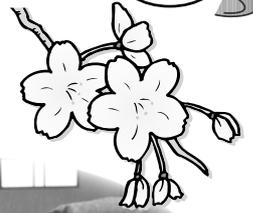
グループワークはぬいぐるみ作りに挑戦！  
皆さん集中して取り組んでいました。

# 別館

## 高寿園

### お花見会

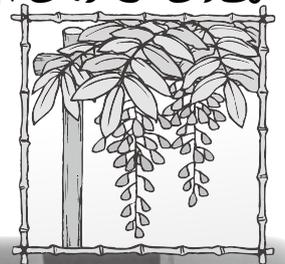
4月



天気も良く、甘い物を食べながらお花見を楽しみました。

### 母の日とお誕生日

5月



プレゼントありがとう!!!

6月

### 父の日



お花と笑顔が素敵ですね。

# 高寿園ショートステイ

《日々の活動、過ごし方をご紹介します。》



なかなか外に出られないので、みんなで作った桜でお花見です。



何ができるかな？



満開のつつじでした(^\_^)☆



季節を取り込んだ  
カレンダー。  
みんな違ってそれぞれ  
いい味出してます。



母の日のカーネーションも  
手作りして。

《楽しく過ごしていただけるよう、職員一同皆さんと一緒に毎日頑張ってます。》

照会先 高寿園指定短期入所生活介護事業所

← 高寿園ショートの正式名称です

TEL (代) 0192-55-3700

FAX 0192-55-3701

Eメール:koujukai@cocoa.ocn.ne.jp

担当 佐々木・伊勢・齋藤

# はまなす

## ～食からの発信～



### <「おついたち」おたのしみの日について>

高寿園の昼食をお召し上がりいただいている皆様は、もうお気づきかもしれませんが、今年4月1日より、毎月の1日の日を「おついたち」という設定で、ご希望の献立をご提供する企画を実施しています。

「食べたい」希望について、嗜好調査の反映は随時させていただきます。その場合、献立表には、<希望>と表示しています。献立は、①栄養価が確保されていて、食材料費以内であること②衛生上安全であること③調理員が可能であることなども配慮をしています。しかしながら、調理作業上、提供が難しい場合も多くあります。HACCP概念による、衛生を実施していますので、食材の加熱温度、時間、盛り付けてから時間等の順守も必要です。

そのなかで、皆さまからの希望を、なんとかしてより多く提供することを目標に、調理員の勤務を工夫して「おついたち」という形で、取り組んでいます。

新しい月を迎えられた喜びと、これからの日々を無事にお過ごしいただけますように、心を込めて一同取り組んで参りますので、おたのしみいただければ幸いです。メッセージカードもつけさせていただきます。

8月のおついたち  
<昼食>  
・冷やしそうめん  
・夏野菜葛煮  
・すいか  
・水ようかん



# みずき



## 医務室だより

### ☆ ペットボトル症候群 ☆

熱中症対策として、水分、塩分補給には経口補水液やスポーツドリンクが手軽と言われています。だからといってスポーツドリンクを摂り過ぎると、ペットボトル症候群 → ソフトドリンクケトosisとも言われます。

\* 血糖値の上昇 → のどが渇くの悪循環を繰り返すことにより、急性の糖尿病の状態になること。(最悪の場合死に至ることもある。)

症状： 多尿・嘔吐・意識混濁・昏睡がある。



スポーツドリンクだけではなく、お茶類や水類も摂るように心がけましょう!!

# 高寿園デイサービスセンター

今年も半年が過ぎました。暑い日が続いていますがいかがお過ごしでしょうか？  
いつも以上に水分補給をして体調管理に気をつけて生活しましょう。

## コミュニケーション



新しい職員と、お互い自己紹介  
しました。

## 藤の花作り



「一つ一つ丁寧に心を込めて」  
作っています。

## 体力測定



カメラ目線で  
「はい、チーズ」  
身長何センチかな？



## 園庭おやつ会



久しぶりに外でおやつを食べて歌ったり  
踊ったりしました。気持ちいいね♪

## 短冊



皆さん、いろいろな願い事を書いて  
いました。かなうといいですね。

## 七夕飾り作り



細かい作業で集中して慎重に  
テープを張っています。

★今月の予定……………七夕会の予定です。

# 東部デイサービスセンター

蒸し暑い日が多くなり夏が近付いてきました。

コロナウイルス感染予防のためマスクの着用もされていますが、  
熱中症や脱水症を起こさないよう、衣類の調節やこまめに水分補給を行い  
体調管理に注意していきましょう。

## タオルでぬいぐるみ作り☆



難しかったけど、頑張って作り  
ましたよ(\*^\_^\*)

## 紙芝居「笑い地蔵」☆



懐かしい紙芝居、最後まで  
皆さん聞き入っていました♡

## 畑仕事「苗植え」☆



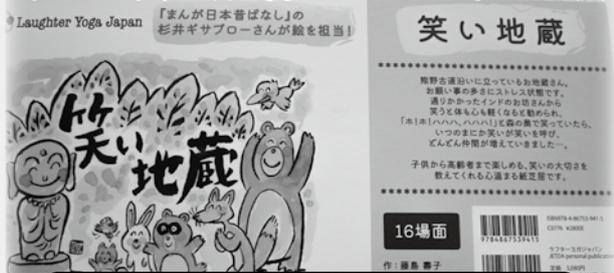
畑仕事は得意です((´▽`\*))  
野菜いっぱいになると良いなあ…

## 短冊に願い事書き☆



願い事、たくさんあるけども…  
もう少し長生きしたいにできるべが(笑)

## NPO法人ラフターヨガジャパン さんから、紙芝居いただきました☆



早速活動で使わせていただきま  
した。とても好評でした♡

## 桜ラインさんよりシャンプー とリンスをいただく☆



利用者様の入浴時に使わせて  
いただきます(\*^\_^\*)

★これからの行事予定

七夕集会 / DVD鑑賞 / 園芸活動 (予定) 等



# 高田デイサービスセンター

## 家庭菜園開園！



徐々に気温も温暖になり、利用者の方々の要望も取り入れつつ、毎年恒例の家庭菜園を開園することになりました。利用者の方々の中には、植える前から収穫を楽しみになさる方、土づくりや耕し方にこだわりを持たれる方などさまざまです。



作業を進めながら、「ここはきゅうりを植えるのにいいんじゃないの」「なすは水やりが大変だから」など農業経験者の方も多く、会話も盛り上がっています。



## ~日常の様子~



### ◆在宅介護お助け情報～園芸療法とは～◆

基本的にご自宅で行う家庭菜園と変わりませんが、植物を育てることによって身体、精神、知能、社会的に良い効果をもたらし、損なわれた機能を回復することを目的として行われます。季節の野菜を植えることで季節感を得たり、センターにおいては同世代の方々と収穫という共通の目的に向かって協力することで、生きがいや役割の創出を図る目的もあります。

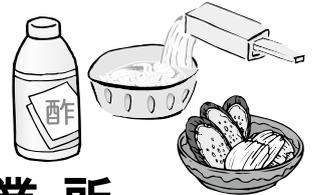
### 新しい職員の紹介！

遠野鮎美 清掃員兼介護員補助  
「みなさんのお力になれるよう頑張ります！」



# 在宅に笑顔をとどけます!

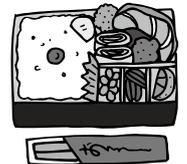
新年度を迎え、早や3ヶ月が過ぎました。梅雨にはいり、今から梅雨明けが待ち遠しい今日この頃。居室の温度、湿度管理が大変な時期を迎えていると思います。また、梅雨時期特有の寝苦しさは、80%を超える湿度の高さが関係しています。快適な睡眠環境を整える為には、気温26度以下(あまり温度を下げ過ぎない様注意必要)、湿度50~60%にすることが大切です。その他、適度な運動で良い汗をかく、休息(リラックスで気分転換に努める)、食事(酢に含まれている酢酸やクエン酸は、疲労回復効果があるだけでなく、食中毒の増殖を抑える働きがあります。)といった事にも気をつけ、今の時期を乗り越えましょう。



## ●高寿園指定訪問介護事業所 ●高寿園指定訪問入浴介護事業所 ☎ 54-4777 Fax 54-2955

○市より委託をうけ利用者様の安否確認も兼ねお弁当を配達しています。

- ① 管理栄養士による栄養バランスを考慮したお弁当です
- ② ご利用希望の方…地域包括支援センターまで  
1食…400円・月曜日から金曜日『夕食』をお届けします。



## ●高寿園配食サービス ☎ 54-4777 Fax 54-2955

※このほか高寿園単独での配食サービスも実施しておりますのでケアマネージャーに御相談下さい。

○市より委託され病院への送迎を行っております。

ご利用希望の方

- ・介護保険を利用中の方……………担当ケアマネージャー  
……………市地域包括支援センター



## ●高寿園移送サービス ☎ 54-4777 Fax 54-2955



「徒然の記・思い出すままに」今回はお休みです。

なごみの家小規模多機能型居宅介護事業所  
**なごみの家の日常のーコマ**

季節のお花見(ω)三(ω)三(ω)見学



(\*~)v 今年もキレイな桜だね(#~#) (~~~♪)



コロナに負けずに楽しむよ!!(~ 呻 ~\*)"



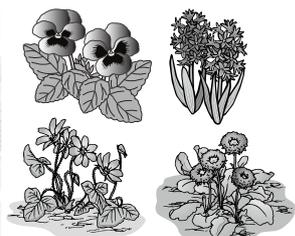
お誕生日おめでとうございます!(~^~)!



毎年恒例の踊りもステキ☆(≧▽≦)

今年は感謝状「毎日元気に過ごされたでしょう」

職員も負けずに踊るよ\(^o^)/"



(\*~\*)和野氷上クラブの皆様、暑い中今年もきれいな✿をありがとうございました。(人▽)

# 居宅介護支援事業所・在宅介護支援センター

## 阿吽の呼吸のぞ夫婦は…素敵???

6月中旬から岩手県も梅雨に入り、不安定なお天気が続いておりますが、皆さまどのようにお過ごしですか？朝晩は冷え込み日中は真夏並みの暑さとジェットコースターのような温度変化に体調不良を訴える方が続出しており、様子を伺うためご自宅を訪問すると…??

先回りをする「良妻」「良い嫁」の多いこと。すべての家庭がという訳ではありませんが気になる事があったので挙げさせてもらいました。『リハビリ』とはデイサービスやジムへ行き器械を使ったり、指導者が居て成り立つものと思込んでいる方が多いようですが、日常生活の中に『リハビリ』があるのです！例えば、膝の痛みが無く正座で食事→太もも前面を伸ばす&足の甲を伸ばす＝立派なリハビリです。椅子で食事される方は背もたれを使わない状態で食べる→腹筋&背筋のリハビリとなります。薬を飲むため水を汲みに行く！これもリハビリなのですが、良妻（良い嫁）と言われる人は「お～い」の一言で「ハイ！お水」「ハイ！お茶」と旦那様を一步も動かさぬように対応してますね、更に「私は今から薬を飲むので水をお願いします」と頭の中で文章を組み立てて大きな声で話し相手に伝える→脳の訓練と飲み込み（嚥下）の訓練となるのですが、目を見ただけで、顔を動かさただけで欲しいものが差し出される状況は訓練するチャンスを潰していることになるのです！難しい用語で言えば「残存機能維持」読んで字の如く、残っている機能をいつまでも保った状態で生活できれば最高ですよ♪前述した良妻（良い嫁）＝鬼 or 悪魔 愚妻（鬼嫁）＝観音様 or 天使 と覚えてください!! なぜなら、良妻＝できることをさせずに廃人になっているため。愚妻＝自分のことは自分でやらねば！どうかこうにか工夫してやってやる！と持っている能力を維持するのは勿論だが向上する可能性も秘めている。このように「いつまでも長生きしてね」と服や下着の着せ替えをしてあげる、座ったら最後一步も動かさない状態で好物を好きなだけ食べさせる。腹話術師のように代弁してあげる。本当に良い介護者と言えるでしょうか？ 極端に書き連ねましたが、皆さんは知識として理解はしているはずですよ。

世間体を気にせず、目指せ！悪妻（又は悪夫というケースも）。  
ウェルカム！鬼嫁（鬼夫）で参りましょう♪

介護についてのご相談は

高寿園指定居宅介護支援事業所 55-3776  
 東部指定居宅介護支援事業所 56-2151

## ひだまりの丘ササビズ付き高齢者向け住宅ほっこり家

### <お花見会> ①

去る4月21日に「お楽しみ夕食・花見会」を開催しました。今回はお花見の雰囲気味わっていただくとう折詰弁当で提供したところ、大変喜んでいただきました。余興では入居者に混じって職員も輪になって炭坑節や高田音頭などを踊り和やかな雰囲気で行われました。

### <みんなで草刈り> ③ ④

今年もまたやってきた草刈りシーズン、敷地が広く雑草とのいちごっこで四苦八苦していますが、みんなで協力しあいスッキリ環境整備が出来ました。

### <編み物だい好き> ②

昔、私も母の手伝いでやっていた懐かしい毛糸巻を仲良しのお二人が楽しそうに巻いていました。Kさん曰く「今度は何を編もうかな～」とのこと。何が出来るのか楽しみです。

### <畑作り> ⑤

園芸好きのYさんがほっこり家の畑で大好きな野菜作りをしています。あれもこれもと欲張っていっぱい植えていました。収穫までに鹿さんたちに食べられませぬように。

ほっこり家入居状況		6/30現在
居室数	東棟10室	西棟10室
空き室	2室	0室
待機者	3人（うち手続き中1名）	

★ほっこり家では、現在も入居者を募集しております。見学や相談などお気軽においで下さい。

お問い合わせは「ほっこり家」☎ 55-1800 まで



# ふれあい・感謝 (皆様にささえられ.....)



令和4年4月・5月・6月分

## 御 寄 附

熊谷幸子様・松本エイ子様・吉田通彦様・上部修一様・NPO 法人ラフターヨガジャパン  
代表田所メアリー様・石川みとせ様・及川兵次様・村上かず江様・熊谷好弘様・竹下多  
美恵様・広田慈恩寺花園女性会様・菅野洋子様・桜ライン様・畠山正様・匿名希望様

## ボランティヤ・御協力

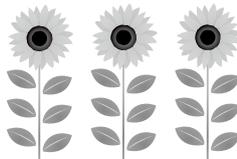
菊池榮一様・匿名希望様・和野氷上クラブ様  
・陸前高田ライオンズクラブ様



陸前高田  
ライオンズ  
クラブ様

## 実習・体験学習・視察

なし



## 法人決算監査

令和3年度決算について、法人決算監査を行いました。  
会計全般の他に、各事業所の業務内容等も監査  
いただきました。



法人決算監査

## 高寿会理事会・評議員会

令和3年度事業報告、会計決算の認定について  
承認されました。  
別紙の通り報告致します。



高寿会  
理事会

## 沿岸ブロック研修会 (WEB 開催)

令和4年6月28日に沿岸ブロック研修会が開催され、施設での新型コロナウイルス感  
染症によるクラスターの発生についての状況や反省等の発表と、意見交換を行いました。  
＜参加者の感想＞

現在の新型コロナウイルスの感染の状態として、いつ、誰が感染してもおかしくない状  
況ではあるが、施設において感染者が発生した場合、クラスターの発生がほぼ確実に起こ  
り得るので、いかに最小限にとどめるかが大切だと思いました。人員不足が伴い、その中  
で対策を取りながらの勤務に苦戦する事となった中で、事業所をまたいだ協力体制が整っ  
ていたと思いました。それぞれの職員が、メンタルを崩してしまいそうな中、「お互  
い様」という気持ちも大切だと感じました。

## 「職員動向」

(退職) 宮川大輔介護員・西條幸介介護員  
(就職) 佐藤未雪介護員・上部晋看護師・佐藤香穂介護員・  
村上稲子介護員・遠野鮎美介護員・泉田駿輝調理員



## 「職員募集」

☆介護員・看護師  
☆介護補助員  
☆ボランティアスタッフ

★高寿会と一緒に  
働いてみませんか。

募集中です。



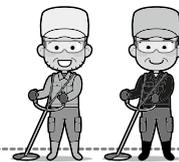
※時間など御相談に応じます。(すきま時間や Wワークなど)  
詳しくは、

高寿会法人本部 Tel.55-3700  
ホームページでも検索できます。 まで御連絡下さい。

## ととぶき祭バザー収益金活用のご報告

令和元年度までの高寿会ととぶき祭のバザーの収益  
金にて、次の備品を購入致しま  
したので御報告申し上げます。

- ・刈払機 3台
- ・芝刈機 1台



## ♡ 編集後記 ♡

暗いニュースが続き、心が後ろ向きになり疲れてい  
ませんか？

就寝前に、小さな出来事で良いので、今日の楽しかつ  
た事、嬉しかった事を思い出してみませんか？

先入観を捨て、見方を明るい方向に変えて自分を褒め  
てみませんか？

ちょっと元気になります！

今月号より、広報委員が新メンバーになりました。  
今年度の目標は、「皆様の心に寄り添えるような広報  
作り」です。頑張ります。 J・K

