

高寿会だより

笑顔いっぱい



あじさいの花作りです(^.^)



お散歩は気持ち良いです(^.^)



新理事長就任挨拶

社会福祉法人高寿会理事長 菅野道弘

高寿会理事会が6月26日開催され、金野彰前理事長の後任として、新理事長に就任致しました。微力ですが、役員や職員の力を受けて、皆様に愛され続けられている高寿会であるよう業務を遂行いたしたいと思ひます。

高寿会は、平成元年4月に市民の皆さんのご支援により施設が開園して、34年となりました。設立時からの職員の心得である「やさしい心 やさしい言葉 やさしい笑顔」を旨として、会の運営に携わって参りますので、ご指導、ご支援を賜りますよう、宜しくお願い致します。

2023年4月～6月号
第175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-koujyukai.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)

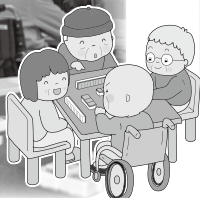
高寿園本館



晴れた日に園庭を散歩しました。今年も
バラの花がきれいに咲きました。



午後は皆さん
思い思いに
過ごしています。
今月は麻雀を
楽しんでいます。



植樹祭の様子をテレビで観ました。

高寿園別館

5月

ドライブ

4月



綺麗な花っこだなあ〜

母



の

日



キレイな
お花を
ありがとう



6月



♪ 素敵な笑顔



♪ 咲いてます!



はまなす

～食からの発信～



<季節の行事食のご紹介>

高寿園の食事の取組み目標に、「地産地消の推進」、「伝承郷土料理を取り入れます」があります。今年上半期だけでも、4月お花見(気仙川の白魚のお吸い物)、5月端午の節句、6月水無月の献立、7月七夕、お天王様、土用の丑の日、8月けんか七夕・うごく七夕の日、おぼん(おふかし、煮しめ)と続きます。その時々のお献立は、普段の入所の方々の会話の中のなつかしい料理、昔食べた料理や旬の食材、この地域で伝えられてきた食事です。食べやすく、安全にお召し上がりいただけるように、調理員が工夫して、提供させていただいています。

7月7日の七夕そうめんの献立では、麺が飲み込みにくくなっている方が多いので、すすまなくても食べられる長さにし、やわらかく茹でています。さらに、めんつゆは別盛りにせずに、深い皿に盛り付けをしてあらかじめ全体に味がしみ込むように配慮しています。とろみがあると、まとまりやすくなりますので、粘りのあるオクラたたき、やわらかい錦糸卵、かにちらしを具材に盛り付けました。介護員とも打合せをし、みなさまに喜んでいただけるように、今後とも取り組んで参ります。



7/7の昼食：七夕そうめん、いなり寿司、炒り鶏、メロン、さくらんぼ、カード

みおき



医務室だより

☆夏のアトピー対策☆

気温が上がり、汗をかきやすい夏は症状が悪化しやすいと言われ、汗や汚れ紫外線が原因とされています。

自宅でできるスキンケアを紹介したいと思います。

①スキンケアを欠かさないこと。

清潔・保湿・冷却が必要とされている

②汗を適切に処理すること

適時シャワーが良いが難しい場合が多いので汗拭きシートなどでしっかり拭き取るようにしましょう。

(アルコールを含むシートは沁みる場合があるためアルコールフリーのものがよい)

③紫外線対策

日焼け対策として日焼け止めの使用をお勧めします。



高寿園デイサービスセンター

体力測定



今年も夏がやって参りました。暑い日が続いておりますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？水分補給が大切ですね。

1枚目の写真は、毎年恒例の「体力測定」の様子です。どの項目も、ご利用者の皆様それぞれ出来る範囲で積極的に取り組んで下さいました。その前向きさに、我々職員も負けずに元気で長生きしたいと感じました。

高田音頭



2枚目の写真は、皆で「高田音頭」を踊っている写真です。高田音頭はご利用者の皆様にとっても人気で、活動の中でたくさん踊っています。皆様とても良い手つきで、笑顔もいっぱいです♪

体を動かすこと、そして笑顔でいることが、元気の秘訣だと感じます。

東部デイサービスセンター

左の写真はいつもの午後の活動の様子で、立位と座位での四肢の運動を行っているところです。写真はテーブルに手をついて、スクワット運動を行っているところです。「いつまでも自分の足で歩くんだ」という意気込みで行っています。

右の写真は7月7日の七夕に向けて飾りを作っている様子です。話しが盛り上がる中、予定より多くの飾りを作り上げるところはさすがです。

みんなで寝たきり予防



七夕にむけて飾りを作っています



高田デイサービスセンター

新年度もお元気に！

令和5年度を迎え、職員も新体制となりましたが、ご利用者の皆様は変わらず元気にお過ごしになっています。今年度も地域の高齢者の方々の一助となれますよう、事業所全体でお手伝いしたいと思います。



写真はそれぞれ仲良しコンビのお二人です。地域の交流の場としての役割も担いつつ、職員を挙げてアクティビティや暮らしのお手伝いを通し、地域でお困りの方々を支えていますので、今年度も高田デイサービスセンターをよろしくお願いします。

在宅に笑顔をもどけます！

●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

いよいよ夏到来！！暑く感じる日が続くようになってきました。暑い毎日が続くこの時期、皆さんの生活においても注意が必要とされるのは…熱中症対策ではないでしょうか？

まず、身体に必要なのは水分と塩分です。一日に必要な水分量は 1,200、～ 1,500ml。一度に多量の水分を取らなくてもいいので、こまめに水分補給を心がけてください。

そして、汗ばむ身体の清潔保持・・・やはりお風呂は最高ですね！ここで改めて訪問入浴の紹介をさせていただきます。看護師・介護職の3名1チームで専用の浴槽を装備した移動入浴車が自宅訪問します。約2畳のスペースがあればベッドや布団の側で入浴が可能です。その日の体調に合わせて、安全で快適な入浴介助をします。利用者・介護者共に満足のいく入浴を提供しています。

●高 寿 園 配 食 サ ー ビ ス

○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 …市地域包括支援センターまで ☎22-8671
1食…400円・月曜日から金曜日『夕食』をお届けします。



※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ジャーにご相談ください。

●高 寿 園 移 送 サ ー ビ ス

○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……担当ケアマネジャーまで



☎ 54-4777 Fax 54-2955

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一コマ

ドライブやレク活動に作品作りと梅雨にも負けず暑さにも負けず(@~)/~



食べんのもつたない(´_ゝ´)



和野・氷上クラブの皆様

花植え・草刈り
奉仕いつもお世
話になっており
ます m(_)_m



シルバー人材の皆様

高寿園ショートステイ

《日々の活動、過ごし方を紹介いたします。》



季節感を大事に。
手作りの花で。



どんどん作るゾ！



母に感謝！

《大切な水分補給》 高齢者の方は体内の水分量が減っているため、水分補給は大切です。脱水は脳梗塞・心筋梗塞の発症につながる危険があります。目安は1.2～1.5リットル。飲む回数を増やして1日を通じてしっかり必要量を摂りましょう。なかなか飲んでくれないと悩む事もあるかと思いますが、「水分を摂りたくない理由」を察してあげましょう。トイレを気にして飲まない事はよくあると思いますが、「すぐ近くにあるからね」など声をかけるだけで抵抗感が軽減されることもあります。

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

担当 三嶋・伊勢・齋藤 TEL (代)0192-55-3700 FAX 0192-55-3701
Eメール:koujukai@cocoa.ocn.ne.jp

居宅介護支援事業所・在宅介護支援センター

終活のススメ

お盆が近づいてまいりました。今回は『終活』についてです。

『終活』とは、人生の最期を意識しながら、これからの人生を自分らしく生きるための準備をし、亡くなった後に備えることであり、①自分らしい人生をデザインし、②自分の情報をまとめ、③人間関係の確認と財産の整理を行うことです。自分にはまだ早い、自分はもっと生きると思っても明日何があるかわかりません。残された家族には悲しみの中いろいろな手続きが待っているのです。若い人から終活の話しは切り出しにくいものです。ご家族により諸々事情はあるかと思いますが、頭がしっかりしている今のうちに自分の最後について家族に伝えていただくことが大切だと思います。

今は『エンディングノート』というものがあり、万が一に備えて家族や友人に伝えておきたい事や自分の希望を書き留めておくことができます。遺言書のような法的な強制力はありませんが、終末期医療や遺産相続等についての希望を気軽に書く事ができます。ノートは書店で購入したりネットで無料ダウンロードできます。

この今流行っている『エンディングノート』を家族から勧められたら、機嫌を悪くしたりせずに、自分の希望を聞いてくれるんだな～くらいの気持ちで受け止め、死のためではなくよりよい人生を過ごし、よりよい死を迎えるためのノートとして書いてみてはいかがでしょうか？
筆者は断舎利を頑張ろうと思っています。

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

ひだまりの丘サービズ付き高齢者向け住宅ほっこり家

新型コロナウイルスの5類移行にともない、一部ではありますが感染対策の緩和をさせていただいております。ご家族様との面会や入居者様の交流で、お元気で過ごし癒えるようお手伝いをさせていただきます。新型コロナウイルスの収束をお祈りしていきたく思います。

☆短冊に願いを込めて☆

6月に「七夕折り紙会」を開催しました。入居者様は「健康で長生きできますように」や「楽しくすごせますように」と短冊に思いの願い事書いておりました。また鶴や七夕飾りの折り紙を職員とともに作った後、笹竹に吊るして食堂内に飾りました。皆様の願いが叶いますように！



ほっこり家空室状況 R5.7.1 現在		
居室数	東棟 10 室	西棟 10 室
空き室	4 室	2 室



見学や入居のご相談などお気軽にご連絡をお願いいたします。

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5年4月・5月・6月分

御 寄 附

熊谷幸子様・松本エイ子様・村上千江様・花を贈る会遠藤栄子様・吉田通彦様・上部修一様・松野豊様・熊谷清九郎様・熊谷サキ子様・陸前高田地区更生保護女性の会の皆様・石川みとせ様・慈恩寺花園女性部様・米澤ゆみ子様・及川満伸様

ボランティア・御協力

和野氷上クラブ様・菊池榮一様・陸前高田ライオンズクラブ様・村上千江様・シルバー人材センター様

実習・体験学習・視察

なし

高寿会評議員選任・解任委員会

評議員の選任について、上部修一評議員が退任され、新たに上部眞裕氏が選任されました。宜しくお願い致します。

高寿会理事・監事の選任について

令和5年度第1回評議員会に於いて役員の選任について議案とし、新理事に上部修一氏と西條一恵氏を選任致しました。退任されました金野彰理事長、石木幹人理事には、長く高寿会に御尽力頂きました。感謝申し上げます。

又、理事長の互選、業務執行理事の選任については、新理事長に菅野道弘氏、業務執行理事に黄川田純一氏を選任いたしました。

金野彰前理事長 退任挨拶

令和4年7月に病没された高橋正昭前理事長の後任を委託され、残任期間の理事長を勤めさせて頂いておりましたが、昨年10月から健康を害し、退任することとなりました。

その間、皆様には大変お世話になり感謝の言葉もございません。

これからは、役職員一体となって一層厳しさの増す働き方改革と業績の向上に取り組み、明るく働き甲斐のある高寿会を築かれることを祈念申し上げ、退任の挨拶と致します。

面会制限解除のお知らせ

日頃より新型コロナウイルス感染症対策への取り組みについてご理解とご協力を頂き感謝申し上げます。

6月26日(月)より直接面会が再開となりました。

新型コロナウイルスへの感染の恐れは残されている為、基本的感染対策は継続し、完全予約制、人数制限、時間制限を設けての再開となります。

ご理解とご了承のほどお願い致します。

感染状況等により、再度制限しなければならない事態があること、ご面会の際は注意事項を遵守くださいますようお願い申し上げます。

(ご家族様には別途郵送済みです。)

職 員 動 向

(退職)

菅野詩音介護員・吉田孝子介護員・遠野鮎美介護員

(就職)

小野田未羽介護員・鈴木廉介護員・大友みゆき介護員・高木睦子介護員・佐々木祥子歯科衛生士・安齋宏暢介護員

職 員 募 集

高寿会で一緒に働いてみませんか。
介護員・介護補助員・看護師・調理員・ボランティアスタッフ募集中です。

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 まで御連絡下さい。

編 集 後 記

《今日号から広報委員が新メンバーになりました》

今年度も皆様の心に届く様な広報を目指して頑張ります。

空には入道雲、畑にはズッキーニやトマト、ナスなどの夏野菜、そしてアサガオ、百日草など、夏本番です。今年はことさら暑さが厳しいのではないのでしょうか。電気代金の高騰も気になるところですが、健康第一です。クーラーなどで温度調整をして暑さを乗り切りましょう。(JK)