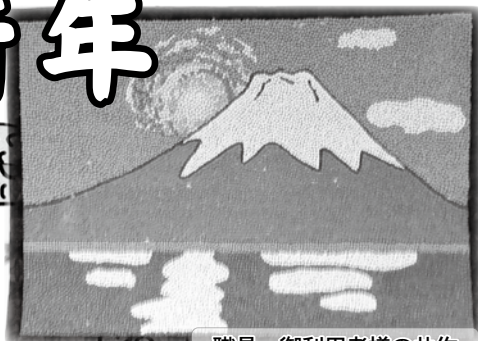


高寿会だより

謹賀新年



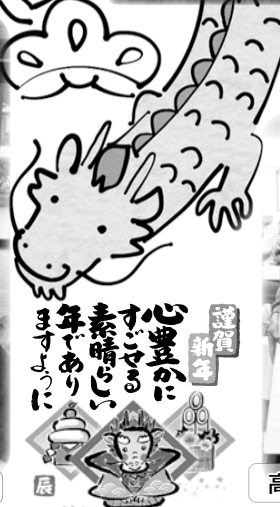
高寿園 新年会



職員・御利用者様の共作



手芸クラブで干支（辰）のマスコットを製作しました♪



高寿園デイサービス 福笑い

新年明けまして、おめでとうございます。皆様方におかれましては、穏やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年は、コロナウイルス感染症がインフルエンザと同様の取り扱いとなりました。しかし、一時休業をせざるを得ない在宅の事業所もあり、大変なご迷惑をおかけしました。施設では、各種行事も中止や施設内だけでの実施、面会も窓越対応など、大切なご家族とのふれあいができなく、本当に申し訳ございません。いまだ予断を許さない状況にあり、ご利用の皆様が健やかに過ごされる事を最優先とした対応について、ご理解をお願いします。

さて、今年は「辰年」。「大きな成長」の年と言われています。私たちは、これまで培ってきた介護技能をより高めるための取組みを行い「地域と歩む高寿会」として、一層の信頼を得られるよう努力をしております。

本年もこれまでと同様に皆様のご支援とご協力を心よりお願いします。

(2024 年 年頭挨拶) 社会福祉法人高寿会 理事長 菅野道弘

2023 年10月～12月号
第177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

各グループ上手に制作作りもしました。
クリスマスがテーマです!!



クリスマス・忘年会を
行いました。皆さんの元に
プレゼントとごちそうが届きました(^.^)
干支「辰」のマスコットも利用者さん方と
作りました。(手芸クラブ)

高寿園別館

お楽しみ



ホットケーキを作りました。
バナナ切るの真剣よ!



来年の干支ぬいぐるみ
作りました!



プレゼント
ありがとう



手芸クラブでは辰のぬいぐるみを作り年末に向け準備万端です!
12月のクリスマス会ではサンタさんが来て皆さんにプレゼントを渡してくれました。
皆さんとても喜ばれ、歌を歌いケーキを食べ楽しめました。

はまなす

～食からの発信～



本年も、よろしくお願いいたします。

画像は、クリスマス忘年会の献立です。

今回も、嗜好調査で、ご希望の多かった献立をおだししています。

握りずし（いなり寿司、卵焼き、いそっこ、穴子、海老）、味噌汁、卵豆腐、あんかけ、おひたし、米崎りんごのコンポート、地元老舗菓子店のクリスマスケーキ、ぶどう液、ジュース、みかん。

ふわふわのショートケーキに、よろこばれて涙される方もいらっしゃいました。その姿から、介護員さんから、また「ショートケーキ」をだしてほしいと、リクエストをいただきました。叶えますので、ご期待ください。



元旦の
メッセージカード

みずき



医務室だより

☆ 高 血 圧 ☆

「血管病の最大リスク要因」

血管病の最大リスクは高血圧です。日本高血圧学会の治療方針では、上の血圧が140mmHg以上。また下の血圧が90mmHg以上。もしくは、両方に該当する場合は高血圧とする。と言われています。

血圧は血液量と流で決まるため、心臓からたくさんの血液が送り出されると血管の負担が大きく血圧は高くなります。

何らかの原因で血管の抵抗が大きくなった場合も血液が流れにくく高血圧になります。

上記の状態が続くと脳や心臓、腎臓に血管病を引き起こします。

日々の食事や生活習慣で改善や予防を行うことができるので日頃から気をつけて生活していきましょう。



高寿園デイサービスセンター

12月に開催したクリスマス忘年会では、御利用者様、職員ともに歌や踊りで盛り上がり、たくさんの笑顔が溢れました(^^)今回はその様子をご紹介します！



東部デイサービスセンター

「何か手仕事をしたい」というご利用者様からのリクエストにお答えし、「朝日のあたる家」様の御協力をいただいて、椿茶に使用する椿の葉の一次加工作業に取り組んでいます。ご利用者様からは「運動するより、これの方が良い」と、とても正直なお言葉をいただいています。12月後半、クリスマス忘年会を開催しました。ご利用者様、職員とかくし芸を披露し、時間が来ても閉会を告げられずオタオタする職員を尻目に、踊りは続きました。



椿茶の加工作業を行っています



お馴染みの「おいっこ」を披露

高田デイサービスセンター

風邪引きやんすなよお!

季節はすっかり冬になり、皆さん外に出るのが億劫になってきているかもしれません。市内外でも風邪やインフルエンザも流行しています。体調を崩されないように室内の温度・湿度調整に力をいれて対応しています。写真はセンターで行っているしクリエーションの様子です。季節感を取り入れながら屋内で行い、運動不足の解消を図っています。



在宅に笑顔もとどけます!

昨年中は大変お世話になりました。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

さて、新年に食べる料理として「お雑煮」があります。各家庭や地域によって具材や味付けが様々なお雑煮。地域ごとの代表的なものを挙げると、北海道の「鶏ガラだし雑煮」、岩手県の「宮古くるみ雑煮」、東京都の「東京江戸雑煮」、愛知県の「名古屋雑煮」、京都府の「白味噌雑煮」、鳥取県の「小豆雑煮」、香川県の「白味噌あん餅雑煮」、福岡県の「博多のブリ雑煮」などがあるそうです。皆様のご家庭のお雑煮は、どんな具材、どんな味付けでしょうか? 元々、年神様へのお供え物には霊力が宿るとされ、年神様へのお供え物で作ったお雑煮を食べることで、お腹を満たすだけではなく年神様の力を頂くことができると信じられていたようです。

今年も食に感謝し、元気に過ごして参りましょう。
皆様にとって素敵な1年となります様に…。



●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

○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。

●高寿園配食サービス

※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ご相談ください。

○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まで

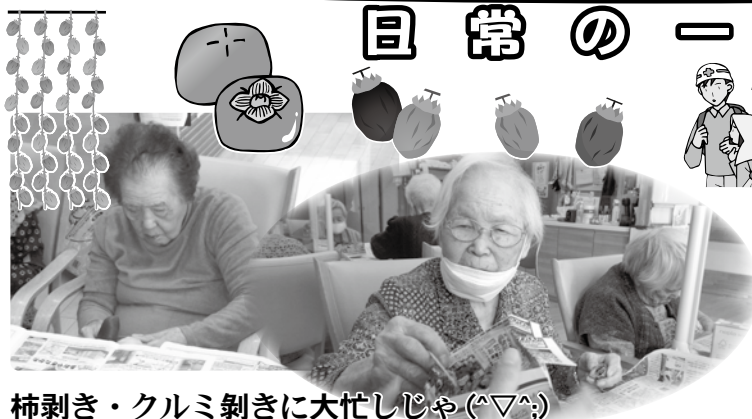
●高寿園移送サービス



☎ 54-4777 Fax 54-2955

なごみの家小規模多機能型居宅介護事業所

日常のーこま



柿剥き・クルミ剥きに大忙しじゃ(^▽^)



避難訓練

日頃の訓練が大事(^o^)/



トンチアン一座の皆さん楽しい時間を
ありがとうございました。(*▽*)



Merry Xmas

(^_-)-☆

皆さんのところにも
サンタさん来ましたか？



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。》



クリスマス・忘年会♡楽しんでいただけたようです。サンタさんからプレゼントも(´▽`)！

＜高齢者にとって冬は危険な季節です＞ 寒さによる低体温・手足の冷え、乾燥で各種ウィルスの飛散しやすくなることによる感染症への感染等があります。室温・湿度の管理、体を温め血行を良くする、適度に日光を浴びて自律神経を整える、栄養のある食事をとり熱の産生量を上げる・免疫力を高める、運動をして体を温めることなどが重要です。意外なところで、冬場になると発症する冬季うつがあります。気分の落ち込み・不安感に加え、炭水化物・甘い物ばかり食べたくなる、寝足りずに過眠傾向になるなどに気を着けましょう。

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-Mail: koujukai@cocoa.ocn.ne.jp

居宅介護支援事業所・在宅介護支援センター



共生社会に思う事



2024年1月1日に認知症基本法が施行されました。本人が尊厳や希望を持って暮らせる共生社会実現を目的としています。本人や家族・医療・福祉関係の意見を反映し、政府が「基本計画」を策定し、国民も認知症の理解を深めることに努めると明記されています。

認知症の人は25年には高齢者の5人に1人と見込まれていますが、東日本大震災やコロナ禍の影響もあり都市部ばかりでなく、地方でも近所との交流が希薄になっています。そんな今こそ「お互い様」や「暖かな見守り、声掛け」が大切になっています。

昔農村や漁村では〈結い〉があり、お互いに力を貸し、支え合う共生社会が当たり前の社会だったのではないのでしょうか。

認知症になっても大丈夫という雰囲気が陸前高田市に広がり、安心して和やかに暮らせるように皆様と一緒に取り組んでいきたいと思ひます。

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ス付き高齢者向け住宅ほっこり家

10月から12月には豆つかみ大会や折り紙会、クリスマス会などを開催し、入居者様相互と職員との交流、親睦を深めながら楽しいひと時を過ごすことができました。



さすがは〇〇の功です、小さな豆でもしっかり挟んで離しません！

《豆つかみ大会》

R5.10.19 入居者様と「豆つかみ大会」を開催。カップに入った小さな大豆を箸で挟んで隣のカップに移す時間を競いました。最初は転がる豆に苦労しながら、慣れると職員よりも素早い入居者様もあり、流石は〇〇の功と感心しました。

《クリスマス忘年会》

R5.12.21 入居者様とほっこり家クリスマス会を開催。最初の「ビンゴ大会」では、「リーチ」「ビンゴ」と盛り上がりながら、豪華景品？をゲットして頂きました。夕食にはチラシ寿司やケーキなどを堪能して頂きました。



豪華？景品めざして、クリスマスビンゴ大会。

《折り紙会》

R5.11.20 チラシを使って「ゴミ箱」作りをしました。最初は職員に教わりながらも、次第に一人で作れる方もおり、自分で作る楽しさを感じておりました。



「折って、開いて、また折って」チラシを使ってゴミ箱作り。

ほっこり家お庭に「イルミネーション」を点灯しほっこりしながら、ゆく年に感謝し、新しい年を迎えていただきました。



イルミネーションを眺めながらほっこりした気持ちで新年を。

ライオンズクラブ会員様に今年も草刈り作業をしていただきました。ありがとうございました。



今年も草刈り作業をして頂いたライオンズクラブの皆様。

ほっこり家空室状況 R6.1.1 現在

居室数	東棟 10 室	西棟 10 室
空き室	2 室	2 室

入居者募集中！



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10月・11月・12月分

御 寄 附

菅野悦雄様・小金山忍様・熊谷幸子様・三浦正克様・浄土寺様・淵元成子様・松坂岩男様・
広田町中央祭り組小松敬一様・石川みとせ様・村上千江様・花を贈る会遠藤栄子様・
石川信也様・ボンマックス様・熊谷好弘様・喜多祭組実行委員会委員長村上富也様・
SUMITA チェーンソーアート 杉遊会 松田英明様・菅野千鶴子様御家族様・佐々木チヤ子様
・佐々木のり子様・松野豊様・熊谷政之様・広田町女性会様・石川智美様

ボランティア・御協力

(株)遠藤石材様・菊池榮一様・
村上千江様・
陸前高田ライオンズクラブ様・
トンチャー座様・
高寿園家族会様



高寿園家族会の皆様
高寿園清掃の御奉仕を頂きました。
ありがとうございました。



SUMITA チェーンソーアート
杉遊会 松田英明様
今年も立派なチェーンソーアート
(干支の「辰」)をありがとうございます。

実習・体験学習・視察

社会福祉法人ファミリー様
(厨房見学)



「職員動向」

(退職) なし
(就職) 吉田孝子介護員・高橋サユリ調理員
松田哲介護員兼生活相談員補助員

「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 Tel55-3700
ホームページでも検索できます。 まで御連絡下さい。



「出産おめでとう」

木村帆乃果介護員
長男 羽来 (はく) くん
母より「元気に生まれて
来てくれてありがとう!」



編集後記

能登半島地震により被災された方々に、心よりお見舞い申し上げます。
新年の華やかさと裏腹に、テレビには心痛む映像が映し出されました。

「微力ではあるが、無力ではない」東日本大震災時に、ボランティアの方が語った言葉です。物資だけでなく、心に寄り添っていただいたあのたくさんの感謝の経験を生かし、それぞれができる事はなにかを考えていければと思います。

(能登半島地震の被災地へ、高寿会職員互助会よりお見舞金を送金しております。)

☆☆☆☆☆☆☆☆
いつも高寿会だよりを御覧いただきありがとうございます。
令和6年がスタートしました。地域に根差した高寿会として職員一同頑張って参ります。
皆様にとりまして、笑顔咲く一年でありますように。(JK)

