



みんながんばれ～！（P8をご覧ください）

やすらぎ

題字：高橋ノブさん筆（特養住民）

No. 64

2014 夏号

平成26年6月25日発行

主な内容

ぶなの園さなぶり祭り	P 2
沢内小学校運動会応援	P 3
新しい顔ご紹介	P 4
平成25年度収支決算の報告	P 5
デイサービス利用者作品紹介	P 6



小中学校の運動会応援は、ぶなの園やかたくりの園の皆さんの春の楽しみの一つです。町内の田植えもいよいよ終わりに近づいてきた5月31日、沢内小学校の大運動会に行っていました。

走ったり踊ったり競ったり、そして応援合戦も大迫力。まだ入学したばかりの1年生は初々しさも見えましたが、6年生は体格も落ち着きもやはり違いました。

小学校の運動会は学年ごとに成長していく過程を感じると同時に、楽しみもあります。孫やひ孫が頑張っている姿を応援する利用者もおり、お昼近くまでゆつくりと観覧して帰りました。

沢内っ子に大声援!!



応援団もすごい迫力だなあ～



位置について、ヨーイ…

沢内小学校運動会

ぶなの園のような施設で生活されている方も、在宅の方と同じように、施設のケアマネージャーが個別に作成したケアプランに基づいて施設サービスを利用されています。

ケアプランの作成で重要なことは、ご本人や家族の希望をできるだけ取り入れ、その実現をめざしていくことです。ぶなの園では毎年「ケアプラン学習会」を開催し、介護職員全員で利用者の自己実現に向けたプランの作り方を学んでいます。ご本人が私たちに希望や夢を伝えてくださるのが一番ですが、しっかり伝えることがで

ケアプラン学習会

きない方がほとんど。日々のかかわりの中からそれをどう引き出していけるかをポイントに演習形式で実施しました。利用者の皆さんの心の声をしっかりと受け止められる施設をめざし、今後も努力してまいります。



西和賀町消防演習観覧

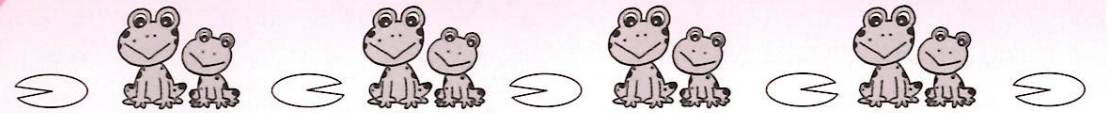
5月11日に行なわれた平成26年度西和賀町消防演習では、分列行進のあと蛭山橋河川敷で放水訓練が行なわれ、特養住民や在宅サービス利用者の皆さんも見学に出かけました。消防団の各部で制作した標語が入った箱めがけ、着色された水を放水する恒例の訓練。これ以上ない晴天の下、大迫力の美しい光景が広がり住民の方々も大興奮でした。



今年もいっぱい採ればいいなあ～♪



ぶなの園さなぶり祭り



田植え踊りで豊作祈願

今年も無事田植えを終えることが出来たことを神様に感謝しながら宴を催す、それが「さなぶり」です。ぶなの園住民の皆さんは、若いころ何日もかけて自分の手で田植えをした方々、きつと当時は盛大にさなぶりを行なっていたことと思います。その雰囲気も少しでも思い出してもらおうと、6月11日にぶなの園でさなぶり祭りを開催しました。午前中は川舟保育所の子どもたちも元気に田植え踊りや歌を披露していただきました。衣装も振り付けもバッチリ決まっています。素晴らしい一言。一人ずつ自己紹介をしてもらったあとは、ゆつくりと握手をしながら触れ合いました。ぶなの園からのプレゼントとしてお菓子と住民手作りの折り鶴を用意していたのですが、子どもたちからもかわいい絵のついたハンガーとタオルをいただき、ほのぼのとしたプレゼント交換となりました。お昼のさなぶり定食もおいしくて、お腹と心が満たされたさなぶり祭りでした。

『さなぶり祭り、どうでしたか?』



「元気な子どもたちに会えてうれしかった。あんまりかわいくて泣いちゃった」

赤石 ミヨさん

「田植え踊り上手だったなあ。私が折ったツルをプレゼントできてよかった」



南川 トミさん



子どもたちにささやかなプレゼント

うなぎの効果・効能
 豊富なたんぱく質とビタミンAは粘膜を強化、視覚を正常に保つ働きがあり、胃腸病や風邪を予防します。ビタミンB1は疲労回復、ビタミンB2は細胞の再生と成長に関係し、ビタミンDはカルシウムの吸収を約20倍にも増やして骨粗鬆症を防ぎます。ビタミンEには老化防止と高い抗酸化作用があり、カルシウム、鉄分と体に必要な栄養素がこれでもかというほど含まれている優秀な食品です。古くは「万葉集」の時代から強壯食品として夏の盛り、土用の丑の日等に食べられてきました。EPC、DHAはコレステロールを抑えて血流を良くするなど、その健康効果は申し分がありません。近年では、皮の周囲に含まれるコラーゲンへの注目度が高まっています。コラーゲンは細胞と細胞をつなぐ役割を果たしており、肌の張りはもちろん、血管を柔軟にし、がん予防にも効果があると考えられています。

吉田栄養士の

なるほどまめ知識

9

今回の注目食材…『うなぎ』

うなぎの効果・効能

おすすめレシピ

うなぎのかば焼き

【材料】

- うなぎ
- 酒
- しょうゆ
- みりん
- 砂糖
- 山椒

【作り方】

- 1、うなぎをお好みの大きさにカットする。
- 2、市販のタレにしょうゆ、みりん、砂糖を混ぜる。
- 3、アルミホイルにうなぎを置き、酒を振りかけて包む。
- 4、オーブントースターで5分焼き、ホイルを開けて2のタレを少量かけ、ホイルを開けたまま1分焼く。(タレは残しておく)
- 5、器にご飯を盛り残りのタレをかける。その上にうなぎをのせ、山椒をかけて出来上がり。

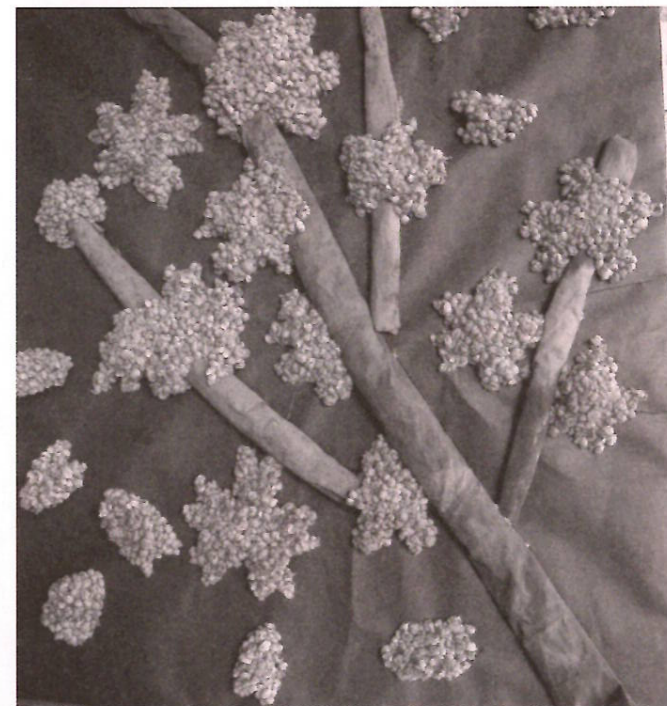
とびだせ芸術! 『ステキな作品見てほしい』のコーナー

デイサービスかたくりの園利用者の作品紹介

制作のようす



作品名『桜』



沢内の遅い春を待ちわびるように、かたくりの園では4月から桜の花の制作を行いました。生活支援サポーターの高橋セツさんにも協力をしていただき、ピンクの花紙を水で湿らせた手で丸める地道な作業。「簡単なようでむずかしいなあ〜」「どんな桜ができあがるべな〜」との声がありましたが、出来上がりの評判は上々! 手作りの桜の花を見て、一足早いお花見となりました。

あしあと

法人の主な動き

【3月】

- 2日 課長会議
- おひなさまメニュー
- 5日 臨時職員採用試験
- 7日 全職員会議
- 10日 食堂照明器具交換
- 17日 課長会議
- 18日 ホーム喫茶
- 19日 春の彼岸法要
- 20日 評議員会
- 24日 感染症予防対策委員会
- 25日 理事会
- 全職員会議
- 28日 職員親睦会総会

【4月】

- 1日 辞令交付式
- 開園記念弁当

【5月】

- 1日 課長会議
- 3日 特養家族懇談会
- 家族会総会
- 5日 こいのぼりメニュー
- 11日 町消防演習観覧
- 12日 出張理容
- 14日 決算内部監査
- 在宅集団指導会
- 16日 課長会議
- 特養集団指導会
- 19日 出張理容
- 20日 評議員会
- 23日 理事会
- 25日 錦秋湖マラソン応援
- 26日 職員健康診断
- 消防署立入検査
- 27日 ホーム喫茶
- 27日 感染症予防対策委員会
- 31日 沢内小運動会応援

和賀川



施設長 平川 縫子

■左膝の疾患で足がつけなくなつて2カ月余り経つ。車いすと装具、松葉杖の生活で施設の住民と間違われ、それらの使い方が上手だと褒められることも多くなつてきた

■快方に向かっているという診断だが、この状態を受け入れるまでには様々な葛藤があった。気持ちには焦つても身体が思い通りに動かない。ストレスがたまり、鬱ではないかと思える時が続いた。しかし、出来ないことを悔やんでばかりいられない。工夫すれば出来ることもあると気持ちを切り替えてみたら、少しずつ楽になった。何より周りの人達に支えられている自分を改めて感じる事が出来た

■障害があつても出来ないことを問題とするのではなく、楽しみや得意なことを一つでも取り入れた生活を住民の皆さんと一緒に作っていくければ最高なのではないかと考える。

□特別養護老人ホーム ぶなの園

□デイサービスセンター ぶなの園

□ホームヘルプステーション ぶなの園

□西和賀介護相談室

西和賀町沢内字太田2地割135番地

電話 0197-85-2322

FAX 0197-85-2317

Eメール bunanosono@swc-yasuragikai.or.jp

□高齢者生活福祉センターかたくりの園

西和賀町沢内字大野17地割140番地1

電話 0197-85-3388

FAX 0197-85-3389

(発行・編集)

社会福祉法人やすらぎ会

広報委員会

平成26年3月11日～6月10日

【ご寄付】

・皆方勇様

【ご寄贈】

・佐々木保弘様

【ボランティア等】

- ・どれみの会様
- ・おはなしきらきら様
- ・佐々木エリ子様
- ・照井悦子様
- ・高橋セツ様
- ・高橋昭士様
- ・高橋和子様
- ・小野寺百合子様
- ・西和賀高校福祉コースの皆様



あたたかい善意を頂戴し
厚くお礼申しあげます

表紙の写真

錦秋湖マラソン当日はいつも晴天に恵まれているような気がします。今年もやはり五月晴れ、ぶなの園住民の皆さんは30kmの折り返し地点手前でランナーに声援を送りました。ものすごいスピードで通り過ぎる人、一步一步ゆっくりと踏みしめている人、ゴールをめざす強い気持ちはみんな一緒です。勇気と感動をいっぱいいただきました。



職員募集しています

社会福祉法人やすらぎ会では、高齢者の方々の生活を共に支えてくださる職員を募集しています。勤務時間等は相談に応じます。

少しでも関心がある方、お気軽にご連絡ください。

連絡先 やすらぎ会総務課 0197-85-2322

編集後記

それにしてもジメジメしますね。冬は感染症予防のため、施設内の湿度を少しでも上げようと加湿、加湿の毎日。ようやく加湿器が必要なくなったと思うと、湿度計の数値はどんどん高くなりそのうち東北も梅雨入りの発表。なんだか気持ちまでどんよりしますが、困るのはいつこうに乾かない洗濯物です。季節によって暑い寒いばかりありませんが、湿度だけは1年を通して快適な範囲を保つてもらえると非常にありがたい。そんなことを考えてしまうこの頃です。

W・T