

地域密着型特別養護老人ホーム

愛護苑

広報

第31号

2023.12.25

印刷 あべ印刷株式会社

- 発行 社会福祉法人 愛護会 地域密着型特別養護老人ホーム 愛護苑
●住所 〒023-0132 岩手県奥州市水沢羽田町字水無沢491-3
●TEL 0197-51-6835 ●FAX 0197-51-6836 ●URL <https://aigokai.jp/>
●責任者 千葉信男 ●E-mail aigoen@aigokai.jp
●編集 切金唯希 小田島奈未 菊池愛大 伊藤光春 小林琴海 高橋美奈子



「利用者さんと一緒に柿の渋抜きをしました」

年の瀬を迎えて

部長兼生活相談員 川村 幸子

窓から臨む焼石連峰の山々にも雪がつもり、本格的な冬の到来を感じる頃となりました。

愛護苑の利用者様におかれましては、新型コロナウイルス感染症の五類移行を受け、ご家族様との対面での面会や外出の機会も徐々に増えており、明るい表情で過ごされる利用者様が増えました。マスクの着用や時間制限を設けるなど、まだまだ制限つきでの交流となっておりますが、面会時に相談室から聞こえてくる明るい笑い声に、施設全体も明るい雰囲気となり、またご家族様との交流を経て利用者様が笑顔とられる姿を見る度、一日も早く制限なく、ご家族様とふれあえる時間が戻る事を心より願っております。

また、ショートステイの運営においては、共生型の利用が増えており、若年の障がい者や高齢者がふれあう多彩な交流を通して、それぞれがお互いを思いやり、笑顔で過ごされる様子から、共生型サービスは、集う皆さまの生活を豊かにし、活性化を図る効果があると感じています。今後においても、愛護苑を利用される方々が、人との繋がりを感じ、笑顔と幸せになれるサービス提供に職員一同努めて参りたいと思います。

季節は間もなく年の瀬。本年も愛護苑の運営にご協力頂きました皆さまに心より感謝し、来る新年も幸多き一年となりますよう心からお祈り致します。

夏祭り



どれにしようかな



照準を景品に合わせて...



何貰いました?と尋ねたら見せてくれました



昼食は屋台風メニュー



夢中になって食べています



何が当たるかな?



まずは何を狙うか決めるところから



わたあめなんて何年振り、と喜びの声



当たったお菓子をもらってニコリ



待ち時間の間に置いていたアフロを被って



動いた後だから、なおさら美味しいね

夏の盛りりの八月十三日、夏祭りを開催しました。久しぶりに全ユニットが集まっての行事を開催することができました。今年は、的当て・千本くじ・金魚すくい・かき氷・わたあめを屋台風に設営し、利用者さんに各屋台を回っていただきました。

的当てでは置物や靴下等実用的な景品を、千本くじではお菓子を景品とし、それぞれ大切に持ち帰られおやつ時間に召し上がられました。中には持ち帰ってこられたお菓子をすぐに食べてしまわれ、おやつ時間にはもうお菓子がないという方もいらっしゃいました。

かき氷・わたあめの屋台の前では利用者さんがそわそわしながら、準備をする職員をじっと見つめられていました。出来上がったものを受け取ると、さっそく口へ運び、「甘くておいしいね」と喜ばれていました。

昼食は長期ユニットから希望された方にホールへ集まっていたいただき、会食を行いました。

メニューは焼きそば・焼き鳥・お好み焼き・フライドポテトなど夏祭りの屋台のような食事で皆さんどれから食べようか悩んでいました。

ホールで集まってお昼ご飯

敬老会



日頃の感謝とお祝いの言葉を伝えました



ボリューム満点な昼食です



とっても美味しいね



お赤飯美味しい！



どれから食べたらいい？



豪華だね、食べきれるかな



お赤飯が人気でした



美味しい、と噛み締めていました



食事中でもカメラを向けたら視線をくれました

九月十六日、敬老会を開催しました。新型コロナウイルスが感染症法上、五類へと移行されてから初めての敬老会でしたが、八月頃から岩手県内、特に奥州市内での感染者数が多い状態が続く、利用者さんの安全を第一に考え、今年度も縮小開催することとなりました。

今年は米寿を迎えられた利用者さんが一名いらっしゃいました。奥州市と愛護苑それぞれから記念品を贈らせていただき、普段一緒に生活されている同じユニットの利用者さんとともに記念撮影をしました。

昼食には利用者さんの長寿を祝い、日ごろの感謝を伝えるため特別なメニューを提供させていただきました。普段の食事ではなかなかないボリュームのある食事に圧倒されているようでしたが、皆さんおいしそうに召し上がっていました。

来年こそは盛大に敬老会が開催できることを願うばかりです。

誕生日会



バースデーカードは各ユニット職員のアイデアによる手作りです！



今年も無事に誕生日を迎えられた利用者さんを職員と一緒に暮らす利用者さんとお祝いであります。





焼き芋



まずは新聞紙で芋を包みます



外側をアルミホイルで包んで…



とても丁寧に包んでくださっています



芋は真ん中に置いてから…



包んだこれは自分の分！



もしかしてこれが萌え断…？（萌え断面）



焼き上がりをワクワクしながら待ちます



自分の分は自分でコンロへ



いざ実食！美味しく焼けてるね！



皮薄いからそのまま食べるよ！



まだ熱々で持てませんと苦笑



どうですかと尋ねると、「うん」と満足気

十月二十日、焼き芋会を開催しました。テラスにバーベキューコンロを設置し、利用者さんと一緒に焼き芋を行いました。数年にわたるコロナ禍で外出する機会がなかなか作れないこともあり、久しぶりに屋外での活動をされた利用者さんも多く、利用者さんからも楽しかったと大好評でした。焼きあがった焼き芋は利用者さんに召し上がっていただき、おいしかったと喜んでおられました。焼き芋の準備は利用者さんにも協力していただき、無事に開催することが出来ました。

運動会



おっと！風船が目の前に！



ちゃんと前に飛んだ！ まずは狙いを確認します



無事にカステラを獲得し笑顔



意外と重さがあるモルック



身を乗り出して、そら！当たれ！

十一月十五日には運動会を開催しました。開催種目は風船バレー・モルック・パン食い競争の三種目を行いました。第一種目、風船バレーでは丸く並んでいた風船を落とさないようにラリーをつなぎました。職員も輪に入り、百回以上風船を落とさずに打つことが出来ました。第二種目、モルックはフィンドで生まれたスポーツだそうです。利用者さんも職員も初めて行う競技なので、今回は体験を兼ねて競技を行いました。利用者さんも職員も楽しむことができました。最終第三種目はパン食い競争です。パンの代わりに小分けのカステラをぶら下げ、利用者さんそれぞれ、歩く・車椅子を走らせる・職員が後ろから押す等で競争し、利用者さん自身の手でカステラを取っていただきました。利用者さんも職員も真剣になってパン食いや競争を楽しみました。感染症予防の観点から大規模な運動会を開催することはできず、参加できた利用者さん一部に限られてしまいましたが、少しでも季節を感じ、体を動かしていただくことができ良かったと思います。次回開催時には規模の拡大やもっと利用者さんが楽しんでいただける競技の検討をしていきたいと思います。

愛護苑での防災意識

防災

非常用



施設長・補佐がそろって訓練参加です



初参加の職員もしっかり教えて頂きます

今年度の愛護苑では、避難訓練を中心に訓練を実施しています。今年は、初期消火訓練、避難訓練から始まり利用者さんを中心に活動しつつ職員のみでの訓練も行っています。避難訓練では、指定の避難誘導場所への誘導ですが、コロナやインフルエンザ流行に伴い、訓練時の状況に応じて避難誘導場所の変更を事前に行うなどの感染対策も実施しています。避難誘導時ただ、誘導するだけではなく火災想定なら鼻や口元をタオル等で覆い、地震想定時はタオルなどで頭部を守り、危険を回避する想定で行いました。職員の防災訓練では、消火器を使用した実践訓練を中心に行いました。今年に関しては、雨天に伴い水消火器を使用し、火を見立てた置物に当てる訓練でした。今年度も後半に差し掛かり、訓練回数も残りわずかとなっております。災害はいつ起きるかわかりませんが、だからこそ有事に備え利用者さんの安全を守られるよう日々の訓練を徹底していきたいと考えています。

防災委員長 後藤 優太



避難訓練、皆さんホールに集まって頂きます

愛護苑の食卓

寒い冬に美味しく体を温められるのがお味噌汁等の汁物ですが、中でも今回は鮭の粕汁のレシピをご紹介します。

酒粕や大根などの冬野菜には身体を温める働きがあり、酒粕には新陳代謝を高め美肌効果も期待されています。野菜は柔らかく煮ると食べやすくなりたっぷりとすることが出来て、からだも温まる一品です。是非ご家庭でも作ってみてください。

栄養士 菊地 忍

鮭の粕汁（4人分）

●材料

・ 鮭切り身（一口大）	120 g
・ 大根	80 g
・ 人参	40 g
・ つきこんにゃく	40 g
・ ごぼう	15 g
・ ねぎ	40 g
・ 酒粕	40 g
・ みそ	60 g
・ みりん	小さじ2
・ 塩	少々



●作り方

- ①大根、人参はいちょう切り、ごぼうはさがきにする。ねぎは小口に切る。
- ②①の野菜を煮る。少ししたら鮭の切り身を加える。
- ③火が通ったら、酒粕、みそ、みりん、塩を入れて味を整え、ひと煮立ちさせる。

医務からの健康トピック

看護師 千葉 律子

山々に雪景色が見られるようになり、いよいよ冬到来です。今世紀最大の猛暑の中をコロナ禍の為、マスク使用で耐え抜き、やっと涼しい秋を迎えること期待していましたが、一気に朝夕の寒暖差が10℃以上になる日が多く見られるようになり、体調不良に陥る要素が山積するようになり、十一月でした。

寒暖差は、高血圧・心疾患を持っている方は悪化する傾向にあり、冬の寒さは喘息や神経痛、関節リウマチなどが影響を受けやすく、体調不良に陥る危険があります。

「風邪は万病のもと」と昔から言われておりますが、外出後の手洗い・うがいはもちろんのこと、バランスの良い食事、十分な睡眠、規則正しい生活で、寒い冬を乗り切りましょう。

冬を迎えて

十一月下旬頃から最低気温が氷点下を記録する日が見られるようになり、ちょうどその頃から利用者さんも厚手の衣類を着用されるようになり、中にはさらに羽織ものを着られる方もいらつしやう、もうすっかり冬ののだと実感いたします。また、さらに冬を実感するのが、夜明けの時間です。夏場は四時ごろには朝を迎えていたのが、冬の时分には六時でもまだ夜が明けきらないといったような様子です。そんな冬の朝に美しいのが雲海です。小高い山の上に立つ当苑から見える雲海は水沢の街を覆い隠すように一面に広がります。日が昇り始めれば消えてしまつ刹那の風景は格別です。

新任職員挨拶

介護職員 阿部 静香



九月から入職いたしました。阿部静香です。

介護の仕事は未経験で、日々勉強の毎日です。少しでも早く仕事に慣れ、利用者さんが快適な生活を送られるよう、これから努めて参ります。よろしくお願ひします。

編集後記

新型コロナウイルスが五類へと移行され、ようやく流行前に近い生活ができるかと思つたのもつかの間、八月末頃から県内の感染者数の急増、さらにはインフルエンザの流行を受け、制限を設けざるを得ない状況となっており、自由な外出も叶いません。そんな中でも少しでも季節の移り変わりを感じ、楽しい時間を過ごしていただけるよう苑内での催し物を充実させようと試行錯誤を繰り返しております。その様子がよりお伝えできればと思います。

（広報委員一同）