

ともに生きる

2005年

No.36

12月号

12月1日発行



《 も く じ 》

P1

秋の恵みを
いただきました

P2

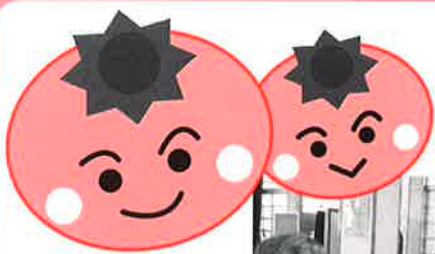
はじめまして
「レークサイド土師」の皆さんと、
俳句交流会を行いました

P3

金屋町デイサービスセンター
「お好み焼き」をつくりました
ワンポイント介護

P4

こんなこともあったんよ 第7回
手話講座 第5回



「あま〜い!」柿の贈呈式



鳥取県の東側、ほとんど兵庫県に近い八頭町から、西条柿の寄贈をしていただきました。贈呈式には八頭町長、八頭町の三つの西条柿生産組合を代表して部長、そして寄贈の橋渡しをしてくださった、アルパーク天満屋の課長が、わざわざご出席くださいました。町長は「柿は医者知らずといわれ、健康の元です」とお話くださいましたが、確かに「柿の葉茶」がビタミンCを補給する漢方薬として売られている事を思うと、なるほどなあとな納得しました。西条柿はその60%が八頭町で生産されているとのこと、柿の中で一番、甘みも強くとてもおいしいとのこと。いただいた柿は、早速利用者の皆様の食卓に出され、お言葉どおりの甘い味覚とともに、秋のふるさとを思い出すように、ゆっくりと味わっておられました。

秋の恵みをいただきました

「ホクホク!」さつま芋掘り

デイサービスと養護のご利用者様が、6月に寿老園の畑に植えたさつま芋を掘りに行きました。皆様、とても楽しんでおられ、中には「初めて芋掘りをした」との声もありました。大・小と大きさはいろいろありましたが、たくさん収穫できました。

今年は、掘ったさつま芋を石焼き芋にしました。皆様、できたての石焼き芋に大満足のご様子でした。



寮母の和田千登恵さんが、 瑞宝単光章を受賞

この度秋の叙勲で、寿老園養護老人ホームの和田千登恵寮母が、瑞宝単光章を受賞いたしました。「ありがとう」の気持ちで27年間勤めてこられたことが、この度の受賞につながりました。



はじめまして

「レークサイド土師」の皆さんと、俳句交流会を行いました

11月16日、安芸高田市八千代町の特別養護老人ホーム「レークサイド土師」にて、俳句の交流会が行われました。吉村馬洗先生のご指導のもと、俳句の活動に励んでいる寿老園の寿俳句会のメンバーと、レークサイド土師のメンバーが、作品を通してだけでなく、実際に顔を合わせてクラブ活動をすることで交流を図り、今後の創作活動の励みにしていただこうと企画したものです。皆様はじめは緊張しておられましたが、和やかな雰囲気の中、「お友達ができた」と喜ばれる声も聞こえました。また、吉村先生の熱心なご指導に、皆様がとても真剣に聞き入っておら



れる姿も印象的でした。ちょうど土師ダムは紅葉が見ごろで、俳句の題材を見つけて帰られた方もたくさんおられたようです。

当日の力作を紹介します

秋陽濃し
写経の墨の
直ぐ乾き
高森 順子

鉄手に
しばし眺めて
松手入れ
堰楽 金郎

洋館の
出窓を隠す
蔦紅葉
桧上 正三

すずなりの
山柿風に
身をまかせ
笠間 吉子

「何かいつもと変わったことはないか」「楽しんでいただけることはないか」という発想から、食欲の秋ということもあり、金屋町デイサービスセンターでミニお好み焼きづくりを行いました



た。午後のレクリエーションの時間を使って、ホームパーティ感覚で、利用者様、スタッフが共に料理をし、焼き立てを召し上がっていただきました。

利用者様からは、「私は大きいのがいい」「あなたの丸くないじゃない」「ソースをたくさんかけたい」など、楽しそうな声があちこちで聞かれ、大変盛り上がりました。お帰りの際にも、「たまにはこういう変わったことも楽しいね」と素敵な笑顔でおっしゃる利用者様もおられました。普段は拝見できない積極的な姿も拝見することが出来、意外な一面を知ることもできました。そして何より、お好み焼きパーティーを通じて会話も弾み、「楽しいおやつの時間」になったのではないのでしょうか…。

これからも、時には、ご利用者様と一緒におやつ作りをしていけたらと思います。

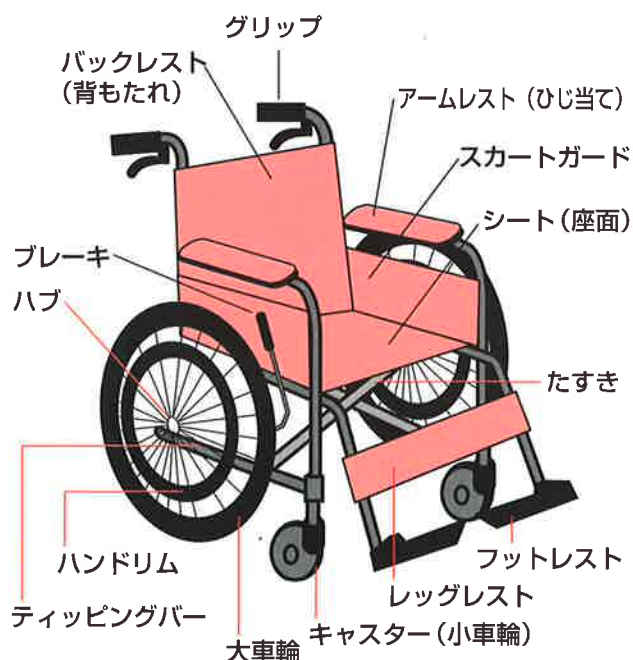


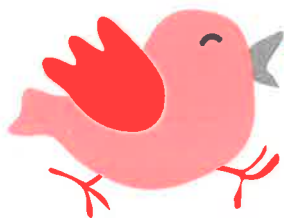
ワンポイント介護

車いすの使い方

- ① 介護者は足を左右、または前後に開き、基底面(支える基盤となる面)を広くして、身体全体で車いすを操作します。
- ② 声かけなどをして、利用者とのコミュニケーションを図り、利用者の気持ちを協力的にするように心掛けます。
- ③ 屋外では直射日光が当たらないようにし、脱水に気をつけます。
- ④ 段差や溝などでキャスターを上げるときは、利用者に声をかけ、アームレストにつかまり、背もたれによりかかるなどの準備をうながします。
- ⑤ 先の見通しがきかない場所では、不用意に車いすを先行させると危険です。

【車いすの各部の名称】





こんなこともあったんよ!!

第7回

約40年前の元寮母で、現在寿老園に入所しておられる京田様に、寿老園創設当時のお話をお聞きしました。今回も、京田様と一緒に寿老園で寮母をされていた入所者の東垣様にも加わっていただきました。



左) 京田 邦江様 右) 東垣 ハルミ様

今回は暖房についてお話ししていただきました。

京田様 昔はねえ、居室は8畳の四人部屋じゃったから、各部屋に1つずつホームでたつがあって、四方から足を入れて暖まったものよ。

東垣様 そうよねえ、それで夜は、一人ひとりがアンカの中に炭の粉を丸く固めた豆炭を入れて使うとった。

京田様 豆炭に火をつけるのが寮母の仕事で、七輪にご飯の時使った割り箸を入れて火をつけて、豆炭を順に入れて火をおこしたんよ。

東垣様 3時ごろに放送すると、お年寄りさんがア

ンカを持ってずらっと並んで、豆炭をもらうんよね。中には手伝ってくれるお年寄りさんもあって…

京田様 豆炭一つで朝まで暖こうて、火事の心配もなかったしよかったよねえ。

当時は湯沸かし器はなくて、広間には大きなやかんをかけた練炭火鉢が置いてあって、いつも湯が沸いていたそうです。それでも今と比べるとずっと雪が多くて寒く、冷暖房完備の今の生活が極楽のようだったのお話でした。

手話講座

第5回

大好評

「寒い」(寒いですね)

両手でこぶしをつくって、ブルブル震えるしぐさをする。寒そうな表情で。「冬」も同じ手話。

「おめでとう」

両手をパッと開きながら、上に上げる。この時、祝っている明るい表情をする。

「暑い」(暑いですね)

手でうちわや扇子などを持ってあおぐしぐさをする。暑そうな表情で。「夏」も同じ手話。

「今日誰が来ましたか？」

両手を下向きにして、体の前に水平におき、少し下に下げる。「今」と同じ手話。

「来る」

右手の人差し指を伸ばして、手の甲を前に向け、遠くから手前に持ってくる。

「誰？」

右手の指を軽く曲げ、手の指の背を右のほおに当てて、前後に動かす。



作ってみよう簡単料理

オムレツの寒天トマトソース

【作り方】

<寒天トマトソース>

鍋にトマトジュース(有塩) 200ccを入れ、粉寒天1gを加え、さっと煮溶かし、器に流し冷蔵庫で冷やす。

<オムレツ>

1. しめじ、しいたけはみじん切りにしておく。
2. 卵2個は割りほぐしておく。
3. 卵、しいたけ、しめじを混ぜ、塩コショウで味をつけ、フライパンでオムレツを焼く。
4. 出来上がったオムレツを皿に盛り、トマトの寒天ソースを添える。つけ合わせとして、茹でたブロッコリーや、人参などをあしらう。

【お料理メモ】

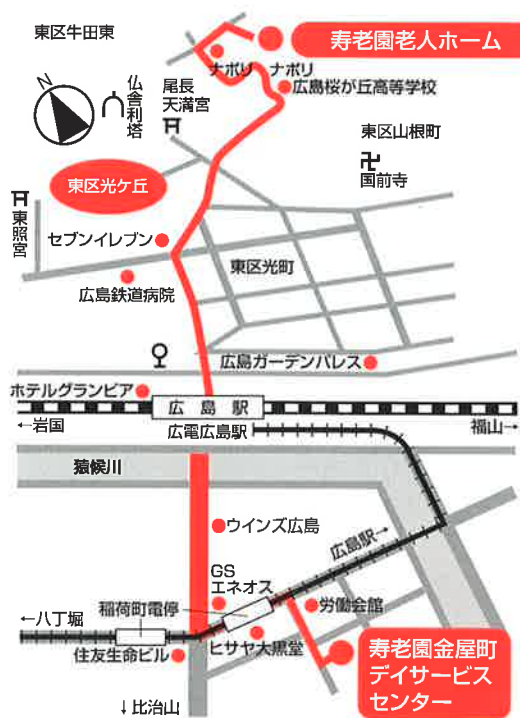
話題の寒天を一工夫で

最近寒天がもてはやされています。寒天に含まれている食物繊維が生活習慣病の予防やダイエットに効果があるとされているところからです。プームになった時だけでなく、少しずつ毎日取り入れることが大切です。



月日のたつのは早いものです。今年も残すところわずかとなりました。

これから、ますます寒くなってきます。インフルエンザも増えてくる時期ですので、「手洗い」「うがい」を習慣づけ、予防していきましょう。



●寿老園老人ホーム

〒732-0048 広島市東区山根町38-23

TEL (082) 263-3841 FAX (082) 263-3849

交通アクセス

JR 鉄道 広島駅(新幹線口)下車徒歩20分

郊外線バス 広島駅下車徒歩25分

市内電車 広島駅下車徒歩25分

市内バス

広電府中線新幹線北口バス停下車徒歩20分

広電戸坂東浄線新幹線北口バス停下車徒歩20分

広島バス寺分線新幹線北口バス停下車徒歩20分

●寿老園金屋町デイサービスセンター

〒732-0825 広島市南区金屋町4-17

TEL (082) 568-2200 FAX (082) 568-2066

交通アクセス

徒歩 広島駅(南口)より徒歩10分

市内電車 稲荷町下車徒歩2分

市内バス 稲荷町下車徒歩3分

寿老園のホームページアドレスは

<http://www7.ocn.ne.jp/~jurouen>です。

※「」の入力方法は **sift** + **へ** を押さえてください。

寿老園のメールアドレスは

jurou-en@giga.ocn.ne.jpです。

発行所：社会福祉法人 寿老園老人ホーム

広島市東区山根町38-23 発行責任者 武村浩司 電話 (082) 263-3841 1999年(平成11年)4月1日創刊