

# ともに生きる

No.56

2010年



さびしいよる

こおろぎしんさく

くろいくろい よるの まんなか

つちの つめたさが

あしに しみとおると

なぜか はねが ふるえます

なぜか でんわを かけたくなります

リリリリ だれか いないかい

リリリリ そばに きてくれないかい

くろいくろい よるの まんなか

ひとりより ふたり

ふたりより みんな

のはらうたI  
作者 工藤 直子

より引用

- P1 ◆今年も野球観戦に行ってきました!  
◆敬老会
- P2 ◆車椅子をいただきました  
◆町内会の盆踊りに参加しました  
◆南区家族介護教室

- P3 ◆デイサービスセンターへようこそ!
- P4 ◆情報

も く じ



H22年8月27日(巨人戦)

楽しかった～!  
今日の試合は  
カーブ頑張ったで!



がんばれカーブ!  
しっかり打てよ～!



巨人戦は  
やっぱり大入り満員です。



今日のカーブは強い!  
いいぞ～カーブ!!



今年も夫婦で来ました～。  
良かった。良かった。



# 今年も 野球観戦

## に行ってきました!

H22年8月17日(ヤクルト戦)

感極まって  
しまわれました。  
そんなに喜んで頂けると、  
私たちも嬉しいです。



楽しかったですね!  
また来年もご夫婦で来まじょうね!



現地調達しました。  
新品のユニフォームです。



カーブカーブ!  
カーブ広島!  
広島カーブ  
頑張れ～!



# 敬老会



今年もマリンポリス様に来園頂き、目の前でお寿司を握ってもらいました。皆様、お皿を片手に「どれにしようかねえ」「わしのはワサビを抜いといてね」と、回転寿司を楽しまれました。とびっきりおめかしをして、終始笑顔で過ごされ「また、来年もみんなで敬老の日を祝おうね!!」とおっしゃっていました。





## 車椅子をいただきました

郵政福祉 中国地方本部様より車椅子を2台いただきました。8月10日(火)、広島中央郵便局局長の熊谷昭雄様と広島光郵便局局長三宅倫明様をお迎えし、贈呈式が行われました。入所者をはじめ、職員一同感謝いたしております。ありがとうございました。



## 町内会の盆踊りに 参加しました



8月7日(土)に地元山根町町内会の盆踊り大会に参加しました。

入所者の9人と職員16人でにぎやかに踊りました。はじめて聞く曲は見よう見真似でなかなかうまく踊れず、形になった頃には1曲が終わることもありました。

とても暑い夜でしたが、いい汗をかいた楽しい一夜でした。



## 南区 家族介護教室

元気に老いましょう!! 筋肉づくり・骨づくり

9月11日(土)金屋町デイサービスセンターにおいて、南区家族介護教室が開催されました。岩本喜酒子指導士のもと、100名の参加者が約2時間、頭と身体の体操をしながら、楽しい時間を過ごしました。延田直美ケアマネージャーが介護保険制度の説明皆さんからの質問に分かりやすく答える場面も、また、普段動かさない筋肉を刺激する事で、いかに運動が大事か、改めて思い知らされました!筋肉と骨の関係は、とっても重要!皆さんも、【生涯現役】でいつまでも若く!







# デイサービスセンターへようこそ!



## 山根町デイサービスセンター

### 「畑日記」

とある穏やかな暖かい春の日、  
畑サークルは始まりました。  
さつまいも・トマト・きゅうりの  
苗を植え、その後スクスクと成長。



夏野菜の他に、たまねぎも収穫を  
終え、今は秋に採れるさつまいもの  
成長を見守っています♪

## 金屋町デイサービスセンター

### 「みんなで力を合わせて作っています!! 壁紙サークル」

朝来られると、直ぐに作品作りが始まります。  
誕生日のお祝いボード、行事の案内、季節の飾り、ガラス窓の飾りなどなど、皆様  
で思い思いを語り、それから各自分担作業です。  
色づけをする人、並べて楽しみながら「ああでもない! こうでもない!」とテーブ  
ルにハナが咲きます。完成した作品を見る時の皆様は最高の笑顔!  
日本一の笑顔です。





# 情報

## 介護用品のご紹介



### ★クッションあれこれ★

床ずれ防止の  
体位変換クッションです。



使い方は  
このようにします。



こちらは長いタイプ。

こちらは円座です。



▲ただの座布団のよう  
に見えますが座ってビツ  
クリ!!お尻にピッタリ  
フィットします。座つ  
た姿勢を保ちます。

こちらもただの座布団  
のようですが、少し重  
いのですがまるで肌  
にふれているかのように  
優しく包み込みます。



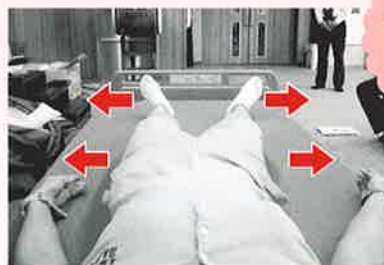
## 勉強会

そんな姿勢のまま  
すごしていいの?

ポジショニングについて  
勉強会より報告

毎日繰り返し行う体位変換・車椅子  
上での姿勢保持。本当に「除圧」で  
きていますか?拘縮の予防にちゃん  
となっていますか?「みんなそうし  
てるし…」「いつもこうだから…」  
と何気なくクッションを挟んでいま  
せんか?

正しい知識と確かな技術を身につけ  
ましょう。



横になると体は外方向へ手足がひらき  
ます。まず、体の自然な動きを理解しま  
しょう。

頭の高さ、  
円背に応じて  
中に小さい  
クッション  
いれましょう。



頭と両肩をふんわり保持するととても  
気持ちが良いです。試してみる価値あり!

ちなみにケープ  
クッション、  
定価13,000円です。  
ふわふわで  
最高です。



長〜いクッションの使い方。頭・肩・腰・  
膝と1本でとても楽な姿勢保持がで  
きます。



なんの変哲もないただのバスタオル。  
でも使いかた次第で立派なポジ  
ショニングができる!



# ホームヘルパー 訪問日記

S様の玄関前。「ピンポン」チャイムを押し、暫らく待っていると、カチカチと杖の音。今日も元気でいて下さったと安心します。

「おはようございます。今日も宜しくお願いします。」と挨拶し、一緒に手をつないで居室へ。ヘルパーの名前はしっかり覚えておられ、いつも名前と時間をご自分のカレンダーに記入されます。以前、書記の仕事をされていたそうで、94歳とは思えない力強くて迫力のある字を書かれます。

最近、訪問リハを利用し、頭の体操で漢字の読みをされており、私達に「この字読める？」と聞いてこられますが、全く読めません。

超難問な漢字の読みもS様は知っておられ、得意げな顔で、私達に教えて下さいます。全く読めない私達は驚くやら恥ずかしいやら、教えて下さるお顔を見ながら見習いたいな、と思う日々です。

又、歌番組が大好きで、好きな歌手は、秋川雅史と氷川きよし。二人の話をされる時のS様の表情はまるで恋人のことを話す少女のように輝き、私達を和ませてくれます。

生活スタイルが違い、ご利用者それぞれ持病をかかえておられますが、訪問すると待っていて下さり、私達ヘルパーにパワーと元気と笑顔を与えて下さいます。

## 4コママンガ ~もったいない~

「もったいないばあさん」  
真珠まりこ作 - 講談社 - より



●**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 **市内電車** 広島駅下車徒歩25分  
**市内バス** **郊外線バス** 広島駅下車徒歩25分

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 **市内バス** 稲荷町下車徒歩3分  
**市内電車** 稲荷町下車徒歩2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](mailto:jurou-en@giga.ocn.ne.jp) です。