

友愛ホームだより

平成 29 年 7 月 28 日
第 76 号

〒157-8575 東京都世田谷区砧3-9-11
Tel.03(3416)3164
社会福祉法人 友愛十字会 養護老人ホーム 友愛ホーム

発行人 園長 金井 博
友愛ホームだより編集委員会

友愛ホームだよりはホームページでもご覧になれます (<http://www.yuai.or.jp/yuaiho-mu>)



七夕祭



毎年雨や曇りなどが多い七夕の天候ですが、今年は晴天に恵まれる嬉しい一日となりました。

涼しい風も出てきた夕暮れ時に始まった七夕会。手作りお弁当を食べながら、ボランティアのウクレレ演奏グループ「モコモコ」さん達による南国ムード溢れる歌とフラダンスを鑑賞。「とっても素敵だった!」「フラダンスも良かった」との声も多数届きました。

他には男性職員三名による七夕の寸劇や七夕クイズ大会などの催し。寸劇では男性職員の織姫姿や彦星と織姫のラブシーンが見られて利用者さん達も思わず大爆笑! 織姫役を本当の女性と勘違いしていた方達もちらほら。。。

皆様の楽しい笑顔が印象的な七夕会の夕べとなりました。





ミニ運動会



五月二十四日、恒例のミニ運動会を行いました。今年は屋上での開催となりましたが、当日の天気は曇り。暑すぎずちょうど良い気候の中、紅白のチームに分かれて汗を流しました。種目はボール送り、パン食い競争、玉入れの三つです。ボール送りと玉入れはチームワークがものをいう競技。皆さんで声を掛け合い、相手チームに負けまいと頑張っていました。パン食い競争は職員も参加しました。職員が口を大きく開けて顔をゆがめながらパンに食らいつく姿は会場の笑いを誘っていました。また、競技に参加されなかった方たちも大きな声を出して一生懸命応援してください、チームの奮起に大きく貢献されていました。そして、この日の結果は僅差で白組の優勝！勝った白組のみなさんも、負けてしまった紅組の皆さんも大きな拍手とさわやかな笑顔で会を終えることが出来ました。



優勝は白組！



盆踊り

七月十九日、友愛十字会の夏の一大イベントである盆踊りの大会が開催されました。友愛ホームの利用者様も踊り練習の見学や前日の設営や備品の準備など、たくさんの方に関わって頂き、今年も賑やかな盆踊り大会となりました。



友愛ホームからは今年もポップコーンの販売を行いました。毎年とても好評な為、今年は販売開始前に制作を開始しましたが、あっという間に売れてしまい、長い列が出来ていました。

三階ダイルームのペランダから観覧されている方、やぐらの周りでも盆踊りに参加されている方など皆様思い思いに盆踊りを楽しまれたのではないのでしょうか。



マンツーマンサービス

木曾路に行ってきました

利用者の望月さんより、「牛肉が食べたい」とのご希望があり、一緒に用賀の「木曾路」へ行ってきました。翌日が七夕だった為、お店の入口には笹の葉が飾られています。友愛ホームに入所される前は、東京都内で外食にもよく行ったというお話がありました。入所以来、しばらく外食には行っていないとのこと、マンツーマンサービスのお話をさせて頂いたところ、とても喜ばれました。

外食の場所は、施設近隣が良いとのリクエストを受け、牛肉料理が食べられる「木曾路」を選び、当日はすき焼きを注文されました。美味しいお肉を食べながら日頃の生活のお話や、昔のお話を聞かせて頂き、楽しいひと時を共有することが出来ました。望月さんも「とても楽しかった」「またいきたいと思います」と明るい笑顔を見せてくださいました。



熱中症に「」注意を

熱中症予防にはどんな対策を取れば良いのか。第一に気を付ける事は、こまめな水分と塩分の補給です。

塩分補給に関しては、一日三回の食事摂取で塩分は結構摂れている（和食は特に塩分量が多い）。実際に気を付けるのは、意識的に水分を摂ることです。

起床時や就寝前にコップ一杯の水を飲むことや食事やおやつの時などに、一口でも二口でもいいので意識して水を飲むようにすることが大切です。

高齢者にはエアコンが嫌いな人も多く見受けられます。温度計などを活用し、室温が二十八度になったらスイッチを入れるなど、室内温度を意識することで室内での熱中症予防に繋がると思います。体調の変化としては排尿回数の減少、尿の色が濃くなる。また、手の甲をつまみ富士山のように盛り上がった皮膚がなかなか戻らない時は脱水のサインです。スポーツドリンクより糖分が少なく塩分が多く含まれ身体への吸収が速い「経口補水液」を飲むのが良いでしょう（経口補水液は薬局で手軽に購入できます）。

今年はスーパーム暑と予測されています。こまめな水分摂取、バランスの良い食事、質の良い睡眠、適度なストレスの発散などを意識して猛暑を乗り切りましょう。（看護師）

職員紹介



・四月より友愛ホームで勤務させて頂いています磯山 靖(いそやまやすし)と申します。以前は訪問入浴サービスで、ご自身での入浴が困難な方のお手伝いをさせて頂いていました。こちらでは皆様健康に楽しく過ごす事が出来るようにお手伝いが出来ればと思っております。よろしくお願致します。(磯山)

・四月二十四日より友愛ホームに勤務しております柴田 佑子(しばたゆうこ)と申します。老健で介護の仕事をしておりました。生涯現役をモットーに楽しく過ごしていきたいと思えます。よろしくお願致します。(柴田)

・お隣の友愛デイから友愛ホームに移りました於保 恭子(おほきようこ)です。人生の先輩方に可愛がって頂き、お手伝いをさせて頂く毎日を楽しんでいます。(於保)

※3名ともに支援員



★給食連載★

みんな大好き

人気メニュー紹介 其の三十一

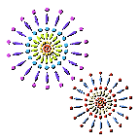


「おやつバイキング」

六月のおやつ時間、「おやつバイキング」を実施しました。毎年利用者の皆様に人気の企画です。今年は七種類のおやつを用意、お一人二品を選択して頂きました。今回の目玉商品は「あんこまき」の実演。皆さんの目の前でホットプレートで薄いクレープのように生地を焼き、あんこを巻きます。「出来立ては美味しい」と、大変好評でした。季節の果物も色彩美しく人気がありました。皆さん、コーヒー・紅茶と共にゆったりとしたおやつ時間を過ごされました。(栄養士)



☆行事予定☆



八月 ◎花火鑑賞会

九月 ◎敬老会

十月 ◎ふれあい祭り

◎一泊旅行

◎合同運動会

編集後記

いつの間にか、梅雨も明け、いよいよ夏本番です。

今年は、全国的に猛暑の予想です。こまめな水分補給など、熱中症対策をしっかりとって、元気にこの夏を乗り切りたいものです。

