

越野荘だより

# 清流



発行／特別養護老人ホーム 越野荘  
越野荘ショートステイ  
越野荘デイサービスセンター  
越野荘在宅介護支援センター

発行責任者／施設長 大島 茂 義

黒部市若栗 2 1 1 1 ☎ (0765) 54-0622

ファックス (0765) 54-3211

発行日／平成 2 2 年 8 月 1 日

ホームページ <http://koshinosou.e-294.net>

平成 2 2 年 8 月号(第 2 7 9 号)



## 各フロア手作りおやつ

6月28日(月)には各フロアにて手作りおやつとして、利用者の皆様と一緒にフルーツポンチを作りました。とても上手に作っておられ、味も美味しくできて、大変喜んでおられました。



## 流しそうめん

7月21日(水)、流しそうめんを団らんホールにて行いました。毎日、暑い日が続き、利用者の皆様もバテ気味でしたが、桶に氷を入れ、流し入れたそうめんをすくって、とても美味しそうにつるつるっと食べておられました。



## 若栗地区敬老会

6月27日(日)、若栗地区敬老会が若草ふれあいセンターで行われ、特養利用者4名参加させていただきました。センターへ着くと「いらっしやい。ゆっくりしてってね。」「来てくれて、うれしいわ。」と地域の方の温かい歓迎を受けました。若栗園児のかわいらしい手遊び歌で笑い、地元歌手の西川かおりさんの迫力ある歌で感動いたしました。





## じんじん祭り

6月24日（木）じんじん祭りに出掛けました。晴天に恵まれ一年ぶりのお祭りでは露店を見ながら東三日市の天神様に向かいお参りをして賑やかな雰囲気を楽しんできました。ベビーカーを一袋ずつ買って食べたことをとても喜んでおられ、来年もぜひ来たいと言っておられました。



## おいしい♡たのしい～栄養士よりのお知らせ

秋はすぐそこ・・・夏の疲れを引きずらず、秋のはじまりに疲れを取りましょう。

### ☆ まず体の中から

・積極的に水分を摂取し、繊維質やビタミンの多い野菜を食べ、老廃物を排出する。その後は、疲労回復のエネルギー源、果糖の多い果物を摂取することも効果的です。

### ☆ 頭の疲れに

・ビタミンB群が効果あり。レバーや卵、牛乳、豚肉や豆、穀類に多く含まれている。野菜ではパセリやブロッコリー、モロヘイヤです。

### ☆ 野菜・果物をたべて疲労回復！

・なす・・・冷房や冷たい物に頼るのではなく、なすを食べて体の中からクールダウン。

・トマト・・・胃腸に良いです。加熱すると吸収が良くなるので効果倍増。

・ぶどう・・・名前の如く、ブドウ糖や果糖が豊富です。点滴等に使われるブドウ糖液は体のなかですばやくエネルギーになるので疲労回復や病後の栄養補給になります。

もう少ししたら、栗・芋・米などの収穫が始まり、本格的な「食欲の秋」の始まり。それまで、疲労した身体を元にもどし、気持ちよく体を動かして、お腹をすかせ、美味しいものをおいしく食したいものです。

## ～フロア・ユニットだより～

### ほのぼのフロア



7月7日（水）に桜井高校生4名、魚津工業高校生1名の若いエネルギッシュな生徒さんが来られ、七夕の会を行いました。

桜井高校の生徒さんが校歌を唄うと、入所者のご家族の方が一緒に口ずさまれ、なごやかな雰囲気で始まりました。ちぎり絵、短冊を皆で書き、最後は全員で握手をして見送り、涙ぐまれる入所者の方もおられ、素敵なひと時でした。

—ボランティアありがとうございました—

滑川昭満、江川昭二、助田明美、若栗ボランティア部会、大布施ボランティア部会、なでしこグループ、有倉功、有倉秀子、野澤文男、辻ひとみ、平田恩、平田寿子、川原幸子、宮沢あきこ、高田陽子、吉本和子、若栗小学校2年生（敬称略）

寄贈ありがとうございました

鍛治進、吉沢工業㈱、山田義三  
佐々木妙瑞（天真寺）（敬称略）

ご冥福をお祈り申し上げます

岡島せきさん 7月19日（87歳）

社会福祉法人緑寿会（越野荘・越之湖）では、H23年度採用職員について、介護職員、看護職員、理学療法士、作業療法士を募集しています。詳しくは越野荘までお問合せください。

## 8月の行事予定

|        |                  |        |
|--------|------------------|--------|
| 1日（日）  | ほのぼの誕生会          | 11:30～ |
| 2日（月）  | 調髪の日             |        |
| 10日（火） | 「清流」の発行          |        |
| 12日（木） | お経を読む会（わかぐりフロア）  | 14:30～ |
| 19日（木） | カレーライス作り（各フロア）   | 11:00～ |
| 20日（金） | さわやか誕生会 フラレア黒部訪問 | 11:00～ |
| 22日（日） | わかぐりお楽しみ会        | 14:30～ |
| 24日（火） | 桜井中 ブラスバンド演奏     | 10:00～ |
| 27日（金） | 平成23年度職員採用試験     | 9:30～  |

## 笑顔でこんにちは



市川 むつ子  
看護職員

「昨日は良くねむれましたか？」「食事はおいしいですか？」など明るく元気に声をかけ、利用者の体調の変化に気を付けています。皆様が家庭的雰囲気の中で生活できるように、たくさん話しかけ、コミュニケーションをとっています。



八村 陽子  
介護職員

（いっぷくユニット）  
利用者さんと接して、温かい言葉・思い・気持ちに触れ、私自身、元気と励みももらっています。皆さんが日々、笑顔になれるよう、そして安心して過ごしていただけるよう、寄り添っていきたいと思っています。



村中 沙織  
介護職員

（さわやかフロア）  
大変な事もありますが、利用者の皆さんの笑顔を見て元気をもらっています。さわやかフロアでは給食委員をしています。皆さんが安心して楽しい食事時間を過ごせる様、今後も努めてまいります。



# デイサービスセンターだより



## 七夕祭り

7月1日（木）～7月7日（水）まで七夕祭りを行いました。先月作成した七夕飾りや願い事を書いた短冊を一人ひとり願いを込めて竹に飾り付けをしました。いつまでも長生きしたいなど・・・思い思いの願いが叶いますように。



## ショッピング（アピタ黒部店）

7月12日（月）～7月17日（土）までアピタ黒部店へショッピングに行っていました。若栗ボランティアの皆様の協力もあり、普段なかなかショッピングに行けない方もお菓子や果物、中には洗濯用洗剤や靴下などの生活用品を買っておられ、とても楽しくショッピングが出来ました。

若栗ボランティアの皆様、ご協力誠にありがとうございました。



## 若栗小学校2年生訪問

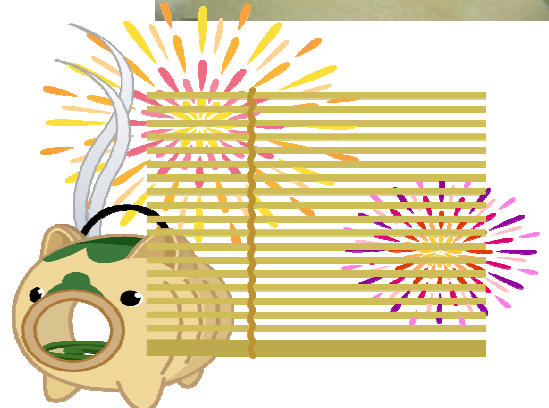
7月15日（木）若栗小学校の2年生の皆さんが訪問に来てくれました。明るくて元気な子供たちが一生懸命、唄や踊りに合奏を披露し、利用者の皆さんも手拍子をして盛り上がりました。

最後には利用者の一人ひとりに握手をし、「長生きしてね」、「いつまでも元気でね」と声をかけてもらいました。和やかなひと時をありがとうございました。



## —8月の予定—

|    |     |     |     |              |
|----|-----|-----|-----|--------------|
| 8月 | 2日  | ～   | 6日  | レクリエーション     |
|    | 9日  | ～   | 14日 | デイサービス納涼祭    |
|    | 16日 | ～   | 21日 | 誕生会・栄養士の話    |
|    | 23日 | ～   | 27日 | レクリエーション     |
|    | 27日 | 昼食時 |     | デイサービス流しそうめん |
|    | 30日 | ～   | 31日 | レクリエーション     |



ちょっと一言:暑い日が続きますね・・・。こまめに水分補給を行いましょう！！