

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 1 0 月 1 日

ホームページ <http://koshinosou.e-294.net>

平成 2 2 年 1 0 月号(第 2 8 1 号)

## 敬老お楽しみ会



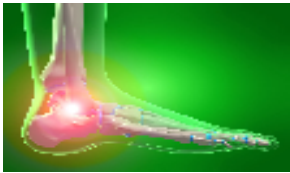
敬老の日に臨み、各フロアにて敬老お楽しみ会が行われました。トランペットやピアノの演奏を堪能していただいたり、職員と一緒におやつを作って食べたりと、フロアごとに楽しい催し物が開催されました。



おやつ作りでは、男性の利用者さんも積極的に参加してくださり、皆さんで美味しいおやつを頂くことが出来ました。いつまでもお元気で・・・

毎日を笑顔で送っていただけるよう、私たちも関わらせて頂きたいと思っております。





## 元気に「いち、にっ！」

～ 機能訓練指導員よりお知らせ ～

～寝たきりにならないためにはまず「座る」こと～

寝たきりを防ぐ最も大切なリハビリは「座る」ことです。

◎ 要介護5でもほとんどの人が座れます

◎ 座ることの効能として

- |                           |                        |
|---------------------------|------------------------|
| 1. 意識の改善・・・表情が良くなる（意欲の向上） | 5. 便秘の軽減・・・ケアの軽減       |
| 2. 嚥下の改善・・・誤嚥性肺炎の予防       | 6. 拘縮の軽減・・・尖足の予防       |
| 3. 血圧調整力の改善・・・起立性低血圧の予防   | 7. バランスの改善・・・立つ、歩くに繋がる |
| 4. 褥瘡（床ずれ）の予防・・・ケアの軽減     |                        |



## ～そよかぜユニットより～



そよかぜユニットのホールには電子ピアノが置いてあります。利用者の中にはピアノを弾かれる方も多く午後の静かな時間等にピアノを弾いておられる事があります。よく弾かれるのは「日の丸の歌」や懐かしい童謡が多く、演奏が始まると近くにいた職員や利用者が自然に歌い始め、にぎやかな演奏会になる事もあります。



面会に来られた際はピアノの音色が聞こえてくるか耳を澄まして見てください。又、一緒にピアノを演奏してみてくださいね。

—ボランティアありがとうございました—

森田芳枝、フラレア黒部、金森京子、佐々木惇子、滑川昭満、江川昭二、助田明美、中村富子、有倉秀子、吉本和子、平田恩、平田寿子、上田洋一、

(敬称略)

寄付・寄贈ありがとうございました  
鍛冶進、吉沢工業樹、山田義三、橋本タツ子、  
松倉すい、広長徳夫 (敬称略)

ご冥福をお祈り申し上げます

谷口たかさん 9月7日(90歳)

※今月も、楽しい行事がたくさんあります。ふれあい喫茶など一緒に楽しみ、お手伝いいただけませんか？ 誕生会にはぜひご家族様のご参加をお待ちしております。

## 10月の行事予定

4日(月)	やすらぎ誕生会	14:30~
4日(月)、5日(火)	展示会用作品作り(習字クラブ)	14:30~
7日(木)~15日(金)	作品展示用パネルの設置	16:00~
8日(金)	生け花クラブ(フラワーアレンジメント)	14:30~
9日(土)	ふれあい喫茶	13:30~15:30
	ひまわり民舞会 訪問	15:00~15:30
10日(金)	「清流」の発行	
11日(月)	調髪の日	9:00~
12日(火)	さわやか誕生会	11:00~
17日(日)	秋の祭礼(中村地区獅子舞保存会 訪問)	15:00~
19日(火)	お楽しみ会(わかぐり)	14:30~
22日(金)	紅葉狩り	
27日(水)	ほのぼの誕生会	11:30~
29日(金)	防火訓練(日中想定)	10:30~

### ※お知らせ

#### 1、インフルエンザ予防接種について

11月に予防接種を予定しています。後日改めてお知らせします。

#### 2、衣類交換をお願いします。

寒さに向います。衣類交換の節には、記名を忘れないでください。現在お持ちの物も記名確認をお願いします。薄れているものが見受けられます。

## 笑顔でこんにちは



前田 富美子  
介護支援専門員  
(支援センター)



白又 奈緒美  
介護職員  
(さわやかフロア)

日本は人類が経験したことのない少子高齢化社会を迎えています。“一億総介護”という言葉もあります。主介護者が1人で抱え込まずに、要介護者に縁のある“全て”の人々が少しずつでも、何かで関わってゆく姿勢が大切だと思います。話を聞く、顔を拭いてあげる、肩をもむ、買い物に誘う、一緒にアルバムを見る等、家に閉じこもりがちな身近な誰かと、ちょっとしたひと時を持ちませんか？

支援センターは皆さんと一緒に介護について悩み、考える場です。どうぞお気軽にお訪ね下さい。

日々皆様の笑顔に癒されていますが、家族の方が来所された時の表情は特に素敵です。又、面会者から聞く私達の知らない利用者の一面を聞かせていただくことができ、“昔から手が器用だったんだな”“昔はこうやってお話しをしておられたんだな”と新たな発見をし、感動しております。

皆様のお越しを利用者様とともに首を長くしてお待ちしております。いつでも気軽にお越し下さい。

# デイサービスセンターだより

## デイサービス敬老会



9月9日から15日までデイサービス敬老会を行いました。10日と15日は「ワイレレ黒部」の皆様によるフラダンスをご披露して頂き、心地よいハワイアン音楽に乗せながら踊られる姿はとても優雅で、利用者の方からは「踊り姿や衣装が美しかった」「なじみの曲もあって楽しかった」と大変喜ばれました。10日は、「金森 京子」様方の踊りや、可愛らしい子供達の踊りなど披露して頂き大盛況でした。11日、13日は「森田 芳枝」様の華やかでしなやかな踊りの披露があり、「素敵な踊りを見せてもらって嬉しかった」と話しておられました。9日、14日は職員による、昔話「ももたろう」をアレンジした劇の鑑賞。



いつもと違う面白おかしい「ももたろう」を見て、利用者の方々からは笑い声がたくさん聞かれました。たくさんのボランティア様のおかげで敬老会が大変盛り上がりました。本当にありがとうございました。



## 秋のドライブ



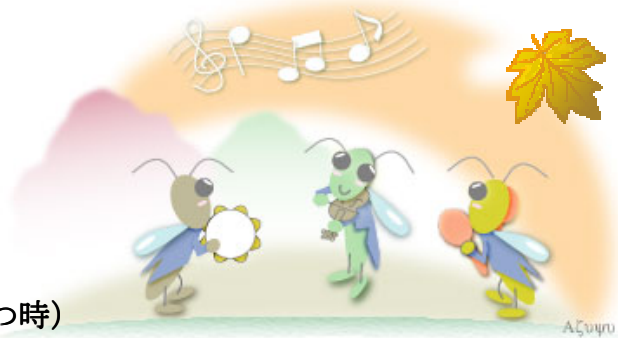
9月16日から30日まで黒部市国際文化センター「コラーレ」へドライブに行きました。コラーレに行ったことがないという方が多く、中に入ると大きな



ホールや展示物に驚いておられました。黒部市を一望できる展望台に上がると、雄大な立山連峰やあたり一面に広がる黒部市内を見て感動される方もおいででした。水曜日利用の方はコラーレが定休日のため、宇奈月温泉街にある黒部川電気記念館までドライブに行きました。記念館では黒部峡谷の歴史、黒部ダムや発電所の仕組みがわかりやすく展示してあり、「作るのにすごく大変やったんやね」と感心しておられました。今度は紅葉の時期にドライブを企画したいと思います。

## —10月の予定—

10月	1日	レクリエーション
	2日 ~ 8日	誕生会・栄養士の話
	12日 ~ 18日	デイサービス運動会
	19日 ~ 30日	レクリエーション
	25日	秋の味覚祭り（おやつ時）



ちょっと一言：稲刈りも終わり、秋も深まってきましたね。寒暖の差にご注意を！！