



# ほまれ

之うご  
書ひり  
やぶ



H30.10.2 運動会パン食い競争の様子。

社会福祉法人 日野友愛会

〒529-1634 滋賀県蒲生郡日野町深山口524番地  
TEL.0748-53-0261 FAX.0748-53-0611  
<http://www.homare.or.jp>

特別養護老人ホーム 誉の松

デイサービスセンター 誉の松

ケアハウス ひの

第56号

2018年秋号

## 特集

# 誉の松運動会



台風24号が通り抜け、一気に秋の訪れを感じる10月2日㈬。ななめ向かいの南比都佐小学校の1・2・3年生をお招きし、合同三三運動会を開催しました。七夕やわらわつき、季節を感じる行事ごとに子どもたちと達ともに行なうことが多い、この日もとても良いお天気に恵まれましたが、利用者の体調も考え食堂での開催です。食堂には万国旗が飾られ、赤白の鉢巻きを頭に巻いた利用者さん達はやる気満々。準備運動のラジオ体操はそこそこに、まずは運動会といえれば「レ！玉入れです。子供たちは通常通りの玉入れを。利用者さん達

についで、「名前合わせレース」。これからは、スタートした子どもさんが、利用者さんの名前が書かれた札をめくります。名札をつけた利用者さんは待機していると、これまで名前を呼んで探してもらいます。無事にみつけたら一緒に「ホールー」「漢字が読めない」と困る子どもさんや恥ずかしくて大きな声が出せない子ども。それでも子どもたちが迎えに来ると利用者さんたちはうれしくて笑顔になります。

そして年の差バアのパン食い競争。毎年、本当に盛り上がるんです。子どもたちは口でくわえる、利用者さんは手でつかむ、一緒にキャッチでもつたりしてます。



午前中のほんのひと時の出来事でしたが、子ども達と触れあえたこと。それは利用者さん達をとても元気にしてくれます。一緒に競い、一緒に笑う。ただそれだけのことなのですが、見えない力に変えられるのです。南比都佐小学校の皆さんにも少しでもうらうらの学校生活の思い出として記憶に残っていただけるといつれども思ひます。今度はいつ会えるかよ。次の行事まで、利用者さんも職員

は子どもさん達に手伝つてもらひながら職員の背負う力で投げられます。時間内に赤も白もカゴつぱりになり、数えるのもあきらめます。

最後には、子どもたちが先日の学校の運動会で披露されたダンスをみんなの前で踊つてくれました。赤・青・黄色のポンポンを持つて、続けて3曲も踊つてくれて、短期間で練習大変だったでしょ。利用者さんも手拍子打つて感心しておられました。



今年の夏の暑さは大変なものでした。そんな暑い日を何度も乗り越え、ショートステイにお越しいただきありがとうございました。9月に入り日増しにさわやかな好季節となりました。

先日、当施設の裏山で採取した良質のはちみつをたっぷり使い、手作り・焼き立ての「ドーナツ」を利用者さん達に食べさせていただきました。

「焼きたてのこのいい匂い」「ふな焼」と違つてふつくり美味しいわ」「うまいなあ」皆で同じ物を食べることは何もの持ちを知ることができました。

「焼きたてのこのいい匂い」「ふな焼」と違つてふつくり美味しいわ」「うまいなあ」皆で同じ物を食べることは何ものにも代えがたい喜びと感じました。樂しいひと時を過ごしていただきました。

「食」とは人を良くすると書くように、食べることは生きる大切なものです。これから健康と笑顔を持って帰つていただけるよう、いろんなサービスを計画し、皆様に提供していきました。



## ショートステイ

## ディサービス

前回、食事レクリエーション(以下、レク)について紹介させて頂きましたが、今回はもう一つのレクである個別・集団レクを紹介しようと思います。



入浴以外の午前中の時間で行っているレクです。個人の趣味や興味に応じて、貼り絵・塗り絵・計算やナンプレ・雑談など、思い思いの時間を過ごして下さっています。



塗り絵は、誰でも取り組みやすく、重ね塗りをすることにより深みが増す面白さがあります。陰影をつけた高度な塗り絵をして下さる方もいらっしゃいます。普段取り組まれない方が、実は個性的で綺麗な作品を仕上げて下さったりして、職員もしばしば驚かされています。



貼り絵は、塗り絵のような画材に色紙をはさみで切って貼っていくのですが、それだけのこととと思うこと無かれ!! 細かい場所に合うように細かく切り、爪楊枝を駆使して器用に貼つて下さっています。さらに、スジをつけたり、グラデーションにしてみたり、光沢のある色紙を使ってみたり…出来上がった作品はどれも個性あふれる庄巻の一作となっています。



午後から行っているレクです。文字通り集団で行います。人気があるのは、風船バレーです。体を大きく使い、グッと体や手足を伸ばして夢中でボールを打ち返して下さっています。また、協力して作るちぎり絵や工作も人気で、職員も一緒に楽しんで楽しく作っています。

紹介したレクは一部ですが、これからも利用者様の楽しいと思うことができるレクを日々行っています。



## ケアハウス

9月15日(土)敬老祝賀会を行いました。

アトラクションとしまして、素人



福永つしさん



木下はる子さん



花原美智子さん

入居者様への記念品贈呈では、ケアハウスを代表して木下はる子さんには施設からのプレゼントとして、マグカップとティーセットを受け取っていただきました。またケアハウスでは95歳以上の方がお一人おられますが。そこで、お一人(花原美智子さん95歳、福永つしさん97歳)に長寿の秘訣は?とインタビューしてみました。なかなか間近で聞く機会の少ない落語に「おもしろかったわあ」と喜んでいただけました。また、「コーラスでは最後に秋の歌のメドレーでは手の動きや、ダンスを交えて披露していただき、とても心癒されるひとときとなりました。

花原さんは、薬の名前を覚える!テレビを見るだけではなく、「テレビに出てきた場所を世界地図で探す!毎日欠かさずビタミン剤を飲む」と言っていたしました。福永さんは、毎朝、廊下を歩いています。野菜をよく食べる。ぬりえ、うた等に積極的に参加されています。

お一人とも意識的に身体や頭を動かすようにされており、日々の努力の賜物であると感じました。ケアハウスの入居者様、また自分自身も元気に楽しく、刺激のある日々を送っていました。


**医務だより**

## 寒い冬がやってきます。 インフルエンザが流行する時期です。



インフルエンザは、毎年11月頃から次年3月頃まで流行します。感染成立後、1~3日間の潜伏期間を経て、急な発熱、関節痛、咽頭痛等の症状がでます。

65歳以上の方や喘息等の慢性疾患にかかっている方、妊婦の方等は重症化しやすいと言われています。特に高齢者の方は、インフルエンザにかかると免疫機能の低下や痰が出しがちで肺炎を合併して、生命を脅かす事態になります。

ワクチンの多くは任意接種で自費になっていますが、かかってしまうと重症化する可能性が高い高齢者の方は予防接種に対して、公費助成があります。なるべく接種することをお勧めします。助成に関しては市町村の保健所、保健センターに問い合わせみてください。



### ・・・インフルエンザの感染経路・・・

- ①咳やくしゃみで空気中に拡散されたウイルスを鼻腔や気管など気道に吸入する飛沫感染。
- ②ドアノブ等の環境表面に付着したウイルスへの接触感染。

感染経路を踏まえて、こまめな手洗い・うがいは大事です。また、室内環境も関係してきます。細菌やウイルスの活性化は湿度と大きな関係があり、空気が乾燥する冬場は喉や鼻の防衛機能が低下するので、感染率が高くなります。室内湿度は40~60%に調整するのが良いと言われています。

以上の内容を踏まえ

- 予防接種はなるべく受ける。 •湿度調整する。
- 規則正しい生活を心がける。 •手洗い・うがいを心掛ける。

それでもインフルエンザにかかったなと思ったら、早めに医療機関を受診しましょう。

## ほまれの里 グループホーム

今年の夏は猛暑となり、とても暑い日が続きました。そんな中

でも皆様、体調を崩すことなく、夏の暑さを乗り切りました!室内での生活が中心となり、お寿司好きの皆様としては、そろそろ水口のはま寿司が恋しくなる頃です。

8月末にはおはぎ作りと8月生まれの誕生日会を開催しました。

阿吽の呼吸で入居者様とスタッフで仕上げたおはぎは天下一品です!

きなことあんこまみれになりながら、美味し

**誕生日祝い**

**おはぎ作り**



**敬老祝賀会**



敬老会にて余興、囃まわしの様子。

### 編集後記

今年の夏は猛暑が続きましたが、9月半ばからは朝晩肌寒くなり、秋を感じる季節となりましたね。今回の広報では、スポーツの秋、食欲の秋、芸術の秋を感じられる各部署の内容となりました。私は食欲の秋!となりそうですが、みなさんも自分なりの秋を見つけて楽しくお過ごし下さい。