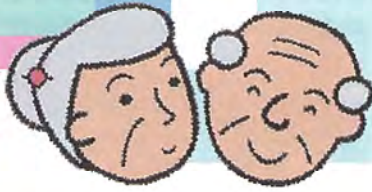




志貴野長生寮機関紙



笑(えみ) 第 32 号

平成 30 年 9 月 10 日発行

特別養護老人ホーム 志貴野長生寮

〒 939-1254 富山県高岡市滝新 21 番地 1

TEL : 0766-36-8181 FAX : 0766-36-8177

URL : <http://www.shikino.or.jp/>

Mail : shikinochoseiry@view.ocn.ne.jp



保育園交流

6月28日

般若野保育園の園児を招き、歌や手遊びを披露していただきました。それを見て利用者さんは満面の笑みで大変喜んでいました。園児と利用者さんで「ふれあい遊び」をしました。園児の手や顔に触れ、いつもとは違うとても楽しそうな表情から、子どもの力は偉大だと感じました。歌や踊りを披露してくれた園児達に絵本をプレゼントしました。



花見

4月5日～11日

施設周辺に咲いている桜を見に行きました。季節を感じながら綺麗な桜の中の散歩を楽しみました。多くの利用者さんが参加でき、桜を見る事で癒され、「満開や、きれいやね～」と笑顔で話し喜んでいる姿を多く見る事ができました。



日帰り旅行

5月22日

富山県立美術館へ行き、美術品を鑑賞し屋上の公園を散策してきました。天気も良く屋上から環水公園も見渡せ、皆で楽しみました。昼食はお寿司をお腹いっぱいになるまで堪能しました。



園芸活動

5月31日

太陽が燦々と照り輝く晴天の日にテラスで花や野菜を植えました。「伸び伸びと大きく育て！」



おやつ作り

6月14日

おやつ作りでクレープを作りました。利用者さんには生地作りと形作りを手伝ってもらいました。皆さんクレープ作りは初めての事で、興味深く作業に取り組まれていました。出来上がったクレープを食べて「おいしい」とたくさんの笑顔がみられました。



運動会 6月6日

運動会では玉入れ、満水レースやパン食い競争をしました。満水レースでは、1階と2階の対抗試合だったため、相手に負けじと頑張っていました。化粧レースでは、普段あまり笑わない利用者さんも、職員の白い顔を見て大笑いをしていました。



ドライブ

6月23日

太閤山ランドへあじさいを見に行きました。曇りの日でしたが、あじさいが綺麗で天気は気になりませんでした。まだ咲いている所がまばらでしたが、「いろんな色の花があるんやね」と笑顔がみられました。



七夕飾り

7月25日

前もって書いてあった短冊を飾りながら「色々な願い事が書いてあって、叶うと良いね。」と笑顔で笹竹につけていました。出来上がった七夕をみて「綺麗やね」と嬉しそうでした。



夏まつり

7月28日

民謡やフラダンスを楽しんで鑑賞されていました。ヨーヨー釣りや射的・輪投げなど、昔ながらのゲームに真剣に取り組み楽しみました。家族の参加もあり多くの笑顔が見られました。



アルビスショッピング



ケアマネジャーだより（居宅介護支援事業所）

連絡先 (0766)36-1153

「終活」という言葉を聞いたことはありますか？終活は、死と向き合い、最後まで自分らしい人生を送るための準備のことです。

●終活の目的は人生の最終調整

年齢を重ねれば、健康状態だけでなく「死」と向き合う機会が増えますが、終活を行うことで、自分の置かれている状況を客観的に把握できます。例えば、「これまでの人生を振り返る」「残される家族のことを考える」「友人、知人、今までお世話になった人たちへの思いをつづる」「やり残したことや叶わなかった夢などを書き出す」などを行うことで、余生を通してできること・できないことの整理につながります。

「終」という字を使うものの、「生きる」に焦点を当てるのが終活の目的です。終活でやるべきことの1つ目として、エンディングノートを書いてみてはどうでしょうか。

●エンディングノートとは

エンディングノートを書く目的は、主に「自分の死後、家族にかかる負担を減らすこと」です。高岡市は、人生の最期まで自分らしくいきいきと暮らせるための準備に使う終活支援ノート「人生いきいきノート」を作製しました。ノートには、自分自身の基本情報、病気の告知や延命治療、終末期医療などへの本人の希望、葬儀、墓、遺言書、財産、大切な人へのメッセージなどの情報を記入できます。また、在宅医療と介護、同市内の認知症の相談機関一覧などの情報も盛り込んでいます。ノートは、高岡市役所高齢介護課、地域包括支援センター、居宅介護支援事業所で希望者に配布しています。大切な人へのメッセージとして活用してみてはどうでしょうか。

志貴野長生寮ニイサービスセンターだより

連絡先 (0766)36-8850

創作活動

<書道>

夏の言葉を書いてもらいました。

「長いこと書いてないわあ」と話された方も、筆を持つと慣れた手つきで書いておられました。



<壁面創作> 朝顔と花火

うちわに色とりどりの紙で貼り絵をしました。壁いっぱいに「朝顔と花火」が咲き乱れました。

皆さん「私の花火はあれかしら?」「どれも綺麗やねー」と会話を交わしながら見上げて、夏の風物詩を楽しんでおられます。



<壁面創作> さつま芋

まだまだ暑いですが、涼しい秋が来るのを心待ちにしてさつま芋畑を作っています。新聞をひねったり、色を塗ったり、ハサミで切ったりと、みなさん出来る作業を行なっています。



「本物みたいな色になったねー」



個別活動

<手縫い-足マット作り>

「糸だって自分で通せますよ」



<貼り絵>

「綺麗なバラになるかしら♪」



頭の体操

<無い物さがし>

最初に見た絵との違いを一生懸命思い出して答えてくれています。



口腔ケア

長寿社会の中、いかに健康な生活を送るか、「口腔ケア」の重要性が見直されています。口の中を清潔に保てないと、菌の繁殖により全身に様々な影響を及ぼします。

【歯周病の怖さ】

- 誤嚥性肺炎：口の中の菌が付いた食べ物を、うまく飲み込めず気管から肺に入ってしまう肺炎を起こす。
 - 心疾患：血管内に入り込んで血栓を作ったり、心臓の弁に感染することがある。
 - 糖尿病：第6番目の合併症といわれ、糖尿病を悪化させる。
- 他にも肥満・癌などのリスクを高めたり、骨粗鬆症を重症化させたりなど、様々なリスクが報告されています。



食べることで健康が保たれ、食べたり会話することによって脳を刺激したり顔の表情が豊かになります。口の中をいつも清潔に保ち、健康な毎日を過ごしましょう。

ボランティア紹介 (2018.4～2018.7)

- | | | | |
|---------------|--------|--------------------------|-------|
| ● 前田 順一 さん | (理容) | ● トミキライフケア | (夏祭り) |
| ● 田中 康磨 さん | (理容) | ● アステラス ファーマ テック(株) 高岡工場 | (夏祭り) |
| ● A・Y・A 高岡 | (美容) | ● 豊之会 | (夏祭り) |
| ● 増田 羊子 さん | (音楽療法) | ● 高岡城峰会 | (夏祭り) |
| ● 中田赤十字奉仕団 | (夏祭り) | ● フィ ケアオアロハ サヨ フラ スクール | (夏祭り) |
| ● 中田婦人会 | (夏祭り) | ● 富山県立氷見高等学校 | (夏祭り) |
| ● 中田地区福祉活動員 | (夏祭り) | ● 富山短期大学 | (夏祭り) |
| ● 助け合い組織萌えぎの会 | (夏祭り) | ● その他個人の有志の方々 | |

【今後の行事予定】 9月 敬老の集い、かかし祭り
10月 保育園交流・文化祭

敬老のつどい (お知らせ)

平成30年度 敬老のつどいを9月15日(土) 14:40～開催を予定しております。皆様のご参加をお待ちしております。

編集後記

今年は例年になく暑い夏でしたが、熱中症にならずに元気に過ごす事ができました。この勢いで、秋・冬を元気に楽しく笑顔で乗り切りたいものです。

INFORMATION

オリジナルリストバンド作りませんか?

- お求めやすい価格でしかも高品質
 - 少ない数でもご相談下さい
- 400円(1個)からとお求めやすい価格です。
(数量、デザインにより価格が変わります。)

印刷のことならお任せください!!

- 広報誌・記念誌・冊誌類
- 伝票・シール
- 名刺・ハガキ・封筒
- パンフレット・チラシ



社会就労センター

志貴野苑

TEL 0766-36-1200
FAX 0766-36-1203
Email shikinoen@mail.goo.ne.jp

様の最近のご様子...

担当生活介護員：