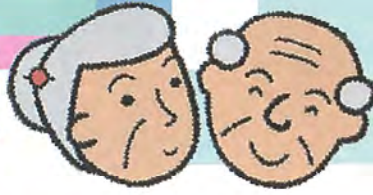


# 笑 えみ

志貴野長生寮機関紙



## 第 33 号

笑 (えみ) 第 33 号

平成 31 年 1 月 5 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

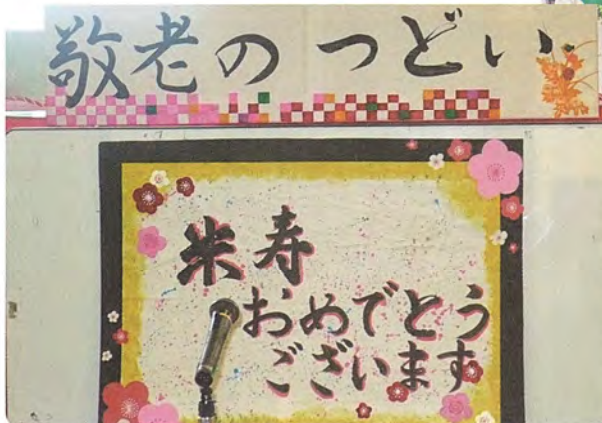
TEL : 0766-36-8181 FAX : 0766-36-8177

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

Mail : shikinochouseiryo@view.ocn.ne.jp

### 敬老のつどい 9月15日

職員によるコーラス、踊り(ヤングマン)、和太鼓ユニット龍花さんによる演奏など、どれも見ごたえがあり、皆さん楽しんで鑑賞されていました。



## おやつ作り

8月14日

おやつ作りでフルーツヨーグルトを作りました。包丁を上手に使い果物を切ったり、ちぎったりと皆さん活躍されました。出来上がったフルーツヨーグルトも好評で、「美味しい」とおかわりを希望される方がたくさんいました。



## かかし祭り

9月23日

今年話題になった有名人やスポーツ選手のかかしがたくさん展示してありました。なかには迫力のある大河ドラマのシーンのかかしがあり、「これはすごい」「上手にできとるね」と感心されていました。日差しが強く暑い日でしたが、美味しい物もたくさん食べ、楽しい時間を過ごされました。



## 獅子舞訪問

10月7日

今年も中田の獅子舞が来て下さいました。迫力ある演舞に、皆さん真剣な表情で見っていました。



## 保育園交流

10月11日

般若野保育園に招待され、園児の前で歌を披露しました。園児達も歌や踊りを披露し、可愛い姿に利用者さんも笑顔で眺めていました。



# 文化祭

10月23日

今年はカラオケ発表で2組の方が歌われました。綺麗にお化粧をされ、生き生きとした表情で上手に歌われていました。平成最後の文化祭という事で、舞台発表や作品を鑑賞し楽しい時間を過ごされました。



# 中田文化祭見学

11月3日

中田コミュニティーセンターで開催された文化祭を見学してきました。中田地区の皆さんが作られた作品や生花を見て、「綺麗やね」「どれも素敵やわ」と感心し、利用者さんがクラブ活動で作成した作品を見て、「ここに飾ってあるわ」と嬉しい思いで鑑賞されていました。最後にお茶席で抹茶と生菓子を美味しくいただきました。



# アルビスショッピング



## 施設内研修

所内研修(口腔ケア研修)



研修報告会



## リハビリのつぼ

### 年老いて・・・

人は皆、老いていきます。誰もが辿る道です。その中で、様々な経験をし、人それぞれ人格や価値観、人生観などが築かれ、日々生きています。

人は、何か目指す物(夢、身近なところでは目標)や生きがいがあれば、それを糧として前向きに生きていくことが出来ると思います。また、自分自身を認めてくれる、受け入れてくれる人がいると安心できると思います。



年をとると、共に同じ道を歩んできた伴侶を失ったり、仲の良かった友人が居なくなったり、自分自身の仕事が出来なくなるだけでなく身の回りのことも出来なくなることで、人の役にも立てないばかりか逆に迷惑を掛けてしまったり…、など生きていく上で大事なもの(自分と親密な関係にあった人との繋がり、社会や家族への貢献、自分自身に対するの自信など)を喪失していきます。体は確かに衰えて動きにくくもなり、頭の回転も遅くなることで誰かに言われても直ぐに行動出来なくなりますし、忘れっぽくもなります。

しかし、人それぞれ長い時間を掛けて積み上げてきた経験や知恵があります。昔の話をする目を輝かせて生き生きとされる方、一緒に仕事を行ない終わった後に『助かった。ありがとう。』などと感謝されるととても喜ばれる方、少しの時間でも良いので寄り添い、足並みを揃えて、同じ道を歩むことが出来ると思って生きていて良かったと感じられるのではないかと思います。相手と同じ時間を共有するなかで、安心できる居場所、充実した時間と感じられるように関わっていけるとよいのではないかと思います。

## 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

厚生労働省ホームページ 平成29年「国民健康・栄養調査」の結果、引きこもりがちで週に1度も外出しない65歳以上の男性は、外へ出ている人と比較して低栄養に陥りやすい傾向にあることが分かったと報告されています。

65歳以上の高齢者で、一般的に低栄養とされるBMI(体格指数)が20以下の人は男性が12.5%、女性が19.6%。年齢階級別にみると、80歳以上では男女とも約2割が低栄養の外出と低栄養の関係性をみると、「週に1度は外出する」と答えた男性の低栄養の割合は11.5%。「外出しない」と答えた男性は28.6%で、17.1ポイントの大きな差がありました。女性の場合、両者のパーセンテージの差は0.9ポイントにとどまっています。

こうした性差について厚生労働省の担当者は、「男性は外出の有無が運動や社会参加の有無に直結しており、それが栄養状態に関わっている可能性がある」と指摘。「一方、女性はあまり外出していても家事などで体を動かしていることが多く、それがいい影響をもたらすのではないかとみているとのことです。

年齢に関係なく外出していろんな人と関わったり、体を動かすことを意識的に行うことが大切ですね。

# 志貴野長生寮サービスセンターだより

連絡先 (0766)36-8850

## 創作活動

### <書道>



### <壁面創作>

菊人形 - かぐや姫  
利用者の皆さんに作っていただいた菊を身にまとい、おすましをしているかぐや姫です。立札も書道の得意な利用者さんに書いていただきました。



「どう？私綺麗でしょう？」

## 個別活動

### <貼り絵>

「美味しそうに見えるかしら…」



「富士山にはやっぱり日の出ね～」

## 頭の体操



### <季節の歌>

毎月第1週目には、季節に合わせた歌を、手拍子や足踏みなどの簡単な動作を付けて歌うことで、認知症予防に取り組んでいます。

## 体操

### <みんなの体操>



元気よく、「イチ、二、サーン！」

## お誕生日祝い



お誕生日の利用者さんには、職員が協力して手作りのプレゼントを贈り、利用者さん、職員皆で、「お誕生日のうた」を歌ってお祝いしています。

「お誕生日おめでとうございます。皆で作ったティッシュカバーです。お使いくださいね。」

## レクリエーション



### <輪投げ>

毎月、種目を変えて、色々なレクリエーションを行なっています。「よーくねらって、がんばれ～」

## ボランティア紹介

(平成30年8月～平成30年11月)

- 前田 順一 さん(理容)
- 田中 康麿 さん(理容)
- A・Y・A高岡(美容)
- 増田 羊子 さん(音楽療法)
- 中田赤十字奉仕団(文化祭)
- 中田婦人会(文化祭)
- 助け合い組織萌えぎの会(文化祭)
- 中田地区福祉活動員(文化祭)
- トミキライフケア(文化祭)
- 般若野保育園園児の皆さん(文化祭)
- 城峰会(文化祭)
- 豊之会(文化祭)
- 和太鼓ユニット RYU-KA - 龍花 - (敬老のつどい・文化祭)
- その他個人の有志の方々

### 【今後の行事予定】

2月 節分

3月 ひな祭り

### 編集後記

月日が経つのは早いもので、今年も残り僅かとなりました。昨年は記録的な大雪に見舞われ、除雪作業が大変でした。今冬は暖冬とのことですが、降雪に備えしっかりと準備をしておきたいものです。

## INFORMATION

### オリジナルリストバンド作りませんか？

- お求め易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)からとお求め易い価格です。  
(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：