

# ほほえみ 通信

## 敬老会

今年には敬老の日に行いました。  
当日は、祝日だった事もあり、  
例年以上に沢山のご家族様にご来園  
頂き、楽しいひと時となりました。



今年のテーマ  
皆様に沢山の福が訪れます  
ようにとの願いが込められ  
ました。



ご家族様も加わってのお食事は  
大変和やかで、皆様の笑顔も  
いつも以上に輝いていましたね！



今年の司会はデイ 古川&特養 大槻

社会福祉法人起生会  
特別養護老人ホーム  
ほほえみの園  
〒563-0053  
池田市建石町 8-10  
TEL 072-751-9494  
平成 26年 11月 1日  
第 68号

職員による出し物で今年も会場は盛り上がりました

事務所・ヘルプサービス・  
ケアハウス 二人羽織



仲良しコンビは息ピッタリ♡

特養 ウクレレ演奏



会場皆で 乾杯 を大合唱♪

お知らせ

ほほえみ喫茶  
11月 8日(土)  
12月 お休み  
1月 10日(土)  
14:00~16:00



デイサービス 組体操



一致団結を見せてくれました！

ほほえみ敬老会は例年にも増して  
賑やかに、楽しく、あたたかい雰囲気  
の中で行われました。ひとえにご利用  
者の皆様方がご健康で暮らして頂け  
ていること、そして見守るご家族の皆  
様方もお元気でいて下さること、そし  
て、我々職員も元気に働かせて頂いて  
いるからこそと心から感謝していま  
す。『ほほえみの園』の名に恥じない  
ように、皆様とほほえみを仲立ちとし  
て、池田の町全体をもほほえみに包み  
こんでいくことが出来れば・・・と願  
い一つ一人でも多くの方が長寿を全  
うされますように、これからもお手伝  
いさせて頂きたいです。皆様誠にお  
めめでありがとうございました。

施設長 吉井順子

## 特養

朝夕の寒気が身にしみる頃となりました。秋の深まりと共にほほえみの園でも『食欲・芸術・スポーツ』三味の三カ月でした。微笑ましいご様子をどうぞご覧下さい。

### 敬老会



来る九月十五(祝) 旧敬老の日に合わせて開催することができました。毎年、ご家族様の参加率の高い大イベントでもありテーマの『福』にちなみ『笑う門には福来る』の言葉通り、笑あり・福ありの賑やかな会となりました。

これからもご利用者様が長年培ってこられた『経験・知識や知恵』をお借りし皆様がやすらぐ暮らしづくり役立て、日々努力していきたいと思えます。



### プチ外出



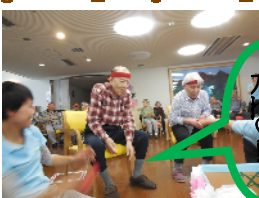
爽やかな秋晴れの中、秋の行楽シーズンにちなんだプチ遠足を行いました。行先は『五月山動物園』でした。九十六歳&百歳ペアで羊のえさやりに夢中になりました。



### ほほえんピック



今年の種目は前年行ったカーリングと玉入れの二種目でした。昨年のリベンジともありご利用者様の意気込みとスタッフの声援はひときわ大きいものとなりました。結果はどうあれ、それまでの練習で職員、ご利用者様で培ったチームワークが発揮できた事に喜びを感じました。



### ほほえみサロン



最近では足元の心配もあり、ノンアルコールビールが主流となったほほえみサロンですが、雰囲気酔ってか、顔が赤らみ気持ちも高揚する場面も！サロンマジックにかかって食欲改善につながっていまーす☆

美味しい♡

ハイチーズ☆

照れっわ♡



### ちよこつと加世さん番外編!

グループプリハビリの一場面：「皆さん秋と言えば何の秋でしょうか？」との問いかけに「芸術の秋」「読書の秋」「食欲の秋」とそれぞれ答えが返ってきました。「りんごが食べたい」「柿がええ」と♪そこで柿を目の前に出すと「嬉しい♡」と笑顔♪皆さんで美味しく頂きました!





## デイサービス

五月山の木々も紅葉が美しい季節になりました。デイサービスも秋を感じるお食事や運動・壁画作りに皆様、精を出しておられます。

八月～十月のお元気デイサービスをご紹介します。

### 敬老会

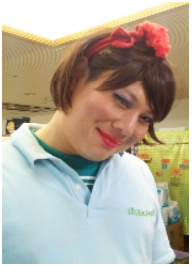
九月十五日行われました。



テーマは『福』  
福がいっぱい詰ま  
ったちらし寿し…  
デイサービスでは  
何十年ぶり？かの  
組体操！みんな  
頑張りました。



デイのイケメンズ♪



## 日々のレクリエーション

**輪投げ** 得点を暗算：計算多めに  
間違わないでよ（笑）



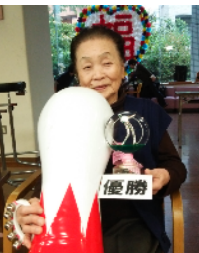
### ほほえみ場所

カ士選びも慎重！



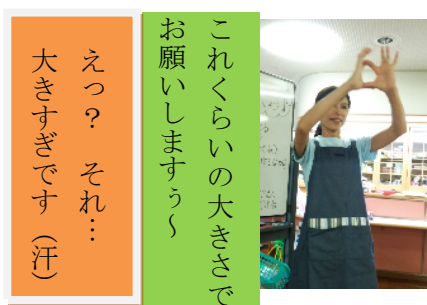
### ボーリング

1ピン倒せば1点、ゴールドピンは10点、ストライク・スペアもあります♪ジャンボピンはボーナス点  
であれば逆転の可能性♪ハマります。



## 抹茶どら焼き作り 豆腐も入ってヘルシ

♪あんは栗入りで絶品♪  
おいしくいただきました。



これくらいの大さきで  
お願いしますうう  
えっ？ それ…  
大きすぎです（汗）

は〜い♪これくらいね(笑)



### 新人紹介

8月より特養から異動です

古川 裕紀



一からのスタートの  
つもりで頑張ります。  
よろしく願います。



西井 美月

ご利用者さんの笑顔の  
ために寄り添うケアを  
続けていきます。  
よろしく願います。



## ケアハウス五月園

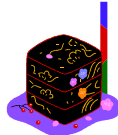


朝晩めつきり寒くなりました。五月山の木々も少しづつ紅葉していく姿が見受けられます。

さて、この度毎年恒例の敬老会が開催されました。長寿発表では、寺倉様（卒寿）前田様、平野様（米寿）が祝って頂きました。皆さんも祝い膳等美味しく頂き、楽しいひと時を過ごしました。これからも健康に注意し、いつまでもお元気で過ごして下さい。



### 敬老会



### 茶話会



今年も施設長のお孫さんの珠ちゃんが出来園！ゲームやピアノ演奏をして下さり、若いエキスを存分に頂きました。来年も来て下さるといいですね。



### そうめん流し



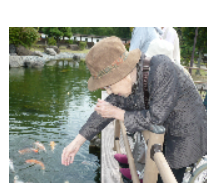
毎年恒例のそうめん流しを開催しました。今年は新調した竹を使用し、冷たいそうめん美味しく頂きました。



## 城跡公園散策



お天気に恵まれ清々しい空気の中、城跡公園にお散歩に行ってきました。鯉のエサまきをしたり・・・公園の木々にも少しずつ紅葉の気配を感じました。



### 新入居者様の紹介

この度ケアハウス五月園に新しくご入居された皆さまです。どうぞよろしくお願いたします。

木村 里乃様  
富張キヨ子様  
西村 育三様



## ケアプランセンター

### 新スタッフ紹介

10月よりほほえみの園ケアプランセンターでお仕事させて頂いています。渡邊 敦子（わたなべ あつこ）と申します。どうぞ宜しくお願い致します。

趣味はドライブ・京都散策です。家ではセキセイインコ・さざなみインコを飼っています。（さざなみインコは人に懐きやすく専用のベッドで寝ます。とても穏やかな鳥です）日々インコたちに癒されています。

ケアマネの経験はまだまだ浅く、ご迷惑をお掛けするかと思いますが、どうぞご指導の程宜しくお願い致します。

### お知らせ

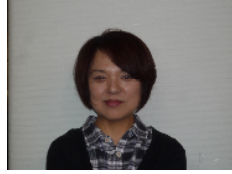
認知症家族会の第2回目「認知症と薬」と題して、勉強会を予定しています。

日時 平成26年11月18日（火）

14時～15時

場所 ほほえみの園 4階 食堂

興味のある方はどなたでも参加できます。当日、直接お越しください。



## 厨房

今年も残すところわずかとなり、寒くなるにつれて風邪などの体調不良が心配になる季節となりました。そんな季節にピッタリの、免疫力をアップさせる秘訣をご紹介します。

### 「孫は優しい」は体にも優しい

ま 豆類  
ご ゴマ  
は わかめ  
や 野菜  
さ 魚  
し しいたけ（きのこ）  
い いも（さつまいも・里芋）

これらの食品は食物繊維が豊富で、腸内環境を整えます。免疫の70%は腸内細菌によって左右されると言われており、腸内環境を整えることは免疫のバランスを整える事に繋がります。

今月からお食事の内容もぐつと冬らしくなっています。皆様が元気に冬を越せるよう、美味しいお食事をお届けします。



## 事務所

ほほえみでは、毎月第3木曜日に、福祉施設に於いて業務上必要な知識や技術の習得を目的とした勉強会を開催しています。

10月には、池田消防署 藤本隊員を講師にお迎えし「救急・応急処置対応について」をテーマに職員が緊急時に冷静に対応できるよう実技も交えながら学習しました。

過去の勉強会で学んできた胸骨を圧迫する救急蘇生の方法も、これまで言われてきた胸に置く手の位置等の細かい決まりを見直し、慣れない人でも行えるように簡素化された内容になっており、これからも継続して新しい知識を吸収していかなければならないと感じました。

また、施設のAEDの設置場所、耐用年数、使用方法、設置場所から使用する場所まで掛かる時間、取り扱う際の注意事項についても確認しました。

万が一に備え、職員が躊躇することなく対応できるように、日々がんばっております。





## 静 養 室



朝夕すっかり涼しくなってきました。ご入居者並びにご家族の皆様はお元氣にお過ごしでしょうか。ほほえみの園のご入居者の皆様に今年もインフルエンザ、肺炎球菌ワクチンの予防接種の季節がやってきました。管理医の松本医師により今年も接種して頂く予定です。

成人用肺炎球菌ワクチンの定期接種は、今年度から平成三十年までの間に一人一回、対象となる年度



においてのみ、定期接種としての公費助成が受けられます。

このワクチンは、肺炎球菌による肺炎などの感染症を予防し、また重症化を防ぎます。インフルエンザワクチンとは異なり、再接種には、約五年以上の十分な間隔を空ける必要があります。

この公費助成は今までこのワクチンを接種したことがない方が対象です。詳しくは静養室看護師にお尋ねください。



## ヘルプサービス

すぐそこまで、冬が忍び寄って来ました。体調管理も難しい時期です。在宅生活を見守る中で、病気にかからないかと心配が増えて参ります。帰宅時のうがい手洗いも大切です。就寝前の歯磨き、うがいも欠かせません。朝、起きた時も先にうがいをしてから、水分を取る工夫も大切かと思えます。口腔内の雑菌に負けない工夫のひとつです。

また、家で安全に暮らす知恵として、昔から言われていることは、「旬の物を食べましょう」という事です。

秋には旬の食材が増えます。特に「きのこ類」は、風邪の予防につながる免疫力を増やす働きがあります。

冬になれば、ビタミンCが豊富なみかんなどの「柑橘類」もたくさん出回ります。

先人の知恵をお借りして、普段の食事で、無理せず健康になりましょう。そして、来る寒さに

打ち勝って、楽しいお正月をお迎え頂きたいと思えます。



## ボランテイアコーナー



ほほえみの園では2カ月に1回位、1階のオープンスペースに美しい女性コーラスのハーモニーが響きます。過去には様々な場所からコーラスに来て下さっていました。最近では2つのグループから工夫の凝らされたプログラムを持って歌いに来てくださいます。メンバーの皆様は池田市内にとどまらず大阪市内、兵庫市内と遠くから足を運んで下さり日頃の練習の成果をご披露され、ご利用者の皆様からいつもアンコール、アンコールの大きな拍手が起ります。

グループの名前はプレジールとコーレルセリア。双方とも代表は小川様です。お一人お一人が美声の持ち主でソロの部分もあり、一時間があつという間に過ぎゆきます。秋は音楽と芸術のシーズン。益々楽しみが増え有難いことです。

### 編集後記

五月山もすっかり紅葉し、一年はあつという間だなあ…と例年通りに驚く今日この頃です。今年には各部署それぞれに新しい取り組みが沢山あり、改革の一年だったように思います。新しい一年に向けて職員一同ラストスパートで頑張ります☆