



# ほほえみ 通信



ご長寿お祝い

米寿(満88歳)	S3 1.20生
小林みゆ子様	S2 10 5生
藤野すみ子様	S2 10 24生
松野香子様	S3 9 5生
福家美代子様	S3 9 5生
卒寿(満90歳)	T14 11 1生
幸前やす美様	T14 11 1生
白寿(満99歳)	T6 4 19生
高砂ゆかり様	T6 9 12生
山口美津子様	T6 9 12生
百寿(満100歳)	T5 2 22生
岩田八重子様	T5 2 22生
百歳以上	T3 9 11生 102歳
辻和子様	T3 5 12生
中島イ子様	T3 5 12生
藤沢アヘ様	T3 2 2生
村上止美様	M43



五月園では個性豊かな方々へ『人生の大先輩へ 金メダル!』と私の五月園への思いをポスターにしました。料理やお寿司を堪能し、出し物ではベリーダンスを踊りながらバルーンアートを披露し入居者様も

今回の敬老会を皮切りにスタートし、今回は全体で敬老会をするのではなく各部署で楽しみました。私、山田は贅沢にもすべての敬老会に出席できる特権をいただき、特養では厨房からバイキング形式でたくさん美味しい料理を味わいました。そこで印象的なシーンが、『これおばあちゃん好きやから取ってあげよ』等々、その光景がアットホームすぎて！美味しい料理を目の前にするだけではなく好きなものを知る、ご家族が取り分けに入る姿にスタッフ共々感慨深く見守りました。

ほほえみの園を彩るお庭の草花が紅葉を迎える季節がゆっくりと近づいてきましたね、暑さ寒さも彼岸までという言葉の通りに季節は移りゆくのですね。今年の敬老会では『新』という言葉がテーマでしたが、各部署では新たな取り組みに励みました。特養の敬老会を皮切りにスタートし、今回は全体で敬老会をするのではなく各部署で楽しみました。私、山田は贅沢にもすべての敬老会に出席できる特権をいただき、特養では厨房からバイキング形式でたくさん美味しい料理を味わいました。そこで印象的なシーンが、『これおばあちゃん好きやから取ってあげよ』等々、その光景がアットホームすぎて！美味しい料理を目の前にするだけではなく好きなものを知る、ご家族が取り分けに入る姿にスタッフ共々感慨深く見守りました。

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 28年 11月 1日  
第 76号

お知らせ  
ほほえみ喫茶開店日  
11月 12日 (土)  
1月 14日 (土)  
12月はお休みです。  
14:00~16:00



十一月の喫茶では、ほほえみカフェ(認知症カフェ)オレンジが一年を迎えます。地域の方々に向けて情報交換や認知症になっても住み慣れた地域で暮らすため互いに協力し、認知症や介護サービスを身近に知る機会として、ほほえみ昭和館のレトロな雰囲気懐かしみながら続けてこれました。町内会長はじめ、町内会やボランティアの皆さんのおかげです。感謝です！  
今後も継続して地域の中のほほえみの園として日々努力と精進を続けていきたいです。

大喜び！ケアハウスのスタッフにも金メダルを贈りたいですね！  
デイサービスは2日間に分けて開催して各曜日の利用者さんが満足いく時間を作りました。デイ利用のご家族や他事業所のケアマネも招きほほえみらしさを見て頂き、ボランティアの方々との演奏やスタッフのほほえみ園歌で花を添えることが出来ました。楽しい時間はあっという間ですね。

施設長 山田直輝



## 特養



日増しに冷気が加わり、落ち葉の季節となつてまいりました。皆様、お健やかにお過ごしでいらつしやいますか。特養では衣替え・冬布団の交換等、冬へ向けて着々と準備を行っているところです。

行事は、十一月は、五月山動物園へ外出、十二月はクリスマス会を予定しています。寒さに負けずにこの冬も楽しい時間を過ごせて頂けたらと思います。最近 は、めつきり冷え込むようになりました。皆様お風邪などひかれませぬように…

## プチ外出



石橋近辺に縁のある利用者さんとお出かけしてきました。村井さんは住んでいた自宅前まで訪問、瓜原さんは小雨が降ってきたため自宅まで行けませんでしたがアパートの写真を収めることが出来、三葉亭でデザートを食べました！



## 敬老会

今年の特養だけで敬老のお祝いをさせていただきますました！総勢一三〇名の利用者様、ご家族様にお集まりいただき、ご協力に感謝致します。

お食事は初のバイキング形式。ついつい食べ過ぎてしまう方もおられました。が、デザートもあり思い思いに取っておられました。

スタッフの出し物は二人羽織☆メリケン粉で顔を真っ白になったり、口紅べつとりで口裂け女になったり・・(笑) 一笑して頂けたら幸いです。

今年も百歳以上がなんと五名！来年仲間入りされる方もおられます。ご家族同士が顔を合わせる機会も年に数回しかないのが貴重な一日となったのではないのでしょうか。ご長寿お祝い申し上げます！



## おやつ作り

毎月、ボランティアさんの協力の下おやつ作りを開催しています。七月・八月はかき氷。⑦さん特製氷で作るとふわふわで味も美味しく、抹茶や練乳で頂きました！九月は月見団子★豆腐入り白玉団子をあんどくるむ作業もみなさん上手にこなしていました♪手作りおやつは皆さん食べっぷりが違います(笑)



## ボランティア紹介

### 梅原敬子さん



9月より入浴後ドライヤーで髪の毛を乾かして下さるボランティアさんに来て頂いています！以前ほほえみを利用して頂いたご家族が居られたことが縁で来てくださいました。どうぞ宜しくお願い致します！



## デイサービス



朝夕の冷え込みも増し、五月山の紅葉も秋の青空との美しいコントラストを魅せてくれています。まずは9月におこなわれた敬老会をご紹介します。



今年も趣向を少し変えて、より一層温かな雰囲気の皆様をお祝いできるようデイサービスだけの和やか敬老会を企画。フロアの飾り付け、御祝膳のお品書きや箸袋を作りながら皆様とご家族様の喜んでくださる笑顔の思い浮かべました。午後の宴は、ボランティアの方々のプロフェッショナルな催しに加え、山田施設長率いるデイスタッフによるほほえみ園歌の楽器演奏を披露させていただきました。めでたく長寿の節目を迎えられた利用者様をはじめ、皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げます。



## カップケーキ作り (おやつレク)

豆乳とサラダ油を使ってヘルシーなカップケーキを作りました。オーブンの中でふくらむケーキに皆様興味津々・ほかほかのカップケーキにフルーツを添えて「おいしい♥」と喜ばれていました。



## ほほえんピック

年に一度のほほえみの運動会。今年こそは優勝奪還を目指して挑みました。

お馴染みのカーリングでは練習の成果を発揮し玉入れやスタッフによる飴食い競争も大いに盛り上がりました。結果は惜しくも優勝は逃しましたが準優勝と三位を獲得しました。来年こそは優勝するぞ！



## デイサービスボランテア

デイサービスには「日本唱歌」をととても美しい歌声とピアノ演奏して下さるお二人のボランテアさんがいます。

一度その歌声を聴くと心がとても清められていきます。もっと歌声を聴きたいと思っていいたらあつという間に楽しいひとは時は次回のお楽しみに・・・

これからも透き通る歌声とピアノ演奏宜しくお願い致します。



カットボランテアに来て頂いている奥西様は来て下さるようになって7年になります。いつもご利用者様にやさしいまなざしでお声かけて下さり私達も見習わないと...と頭が下がります。これからもカット希望されるご利用者様のために宜しくお願い致します。

秋も深まり、日々寒さが厳しくなります。美味しいものが出回る季節を満喫し、冬に備えましょう。責任者 弾 直子

## ケアハウス五月園

朝晩めっきり寒くなりました。  
五月山の木々も少しずつ紅葉が進んできました。

### そうめん流し



今年も恒例のそうめん流しに理事長のお孫様の山岸美月さんと珠子さん、スタッフの娘の喜多陽奈子さん達のスレッシュな力をかりて賑やかに開催されました。竹を流れるそうめんに皆さんも歓声を上げながら召し上がっておられました。



## 敬老会

今年の敬老会も家族様をお招きして開催されました。4階にて会食、2部の長寿発表では平野様が（卒寿）、池様（米寿）を祝って頂き楽しいひと時を過ごしました。



## ほほえんピック

今年はスタッフも参加して皆さんと一緒に頑張りました。応援にも力が入ります！結果は、残念、敗退・・・（泣）



来年は、優勝めざして  
頑張ろう！！



## タオル体操

希望者に参加して頂きスタッフの古田氏が講師になり月に一度、タオルを使って体操を行っています。ナチュラルな無理のない体操です。皆様の参加お待ちしております。



## 新入居者様紹介

山本 勉様

氏弘 あい子様



## 新スタッフ紹介

祝二十周年式典より、入社致しました、麻生美代子です。よろしくお願ひ致します。



## ケアプランセンター

○安心して過ごせる浴室づくり  
入浴の際、最も気をつけなければならぬのは転倒の危機です。危険因子をひとつでも減らし、入浴する人の動きに配慮した浴室づくりが大切です。

### 浴槽内イス

浴槽内での姿勢を安定させます。また足腰への負担を軽くし立ち座りをしやすくします。

### 浴槽内手すり

浴槽をまたぐ、浴槽内から立ち上がる時にバランスを保ち、体を支えます。

### 滑り止めマット

滑りにくく、立ち座り時に足に力をかけやすくなります。

### シャワーチェア

洗い場での立ち座りがつらい方に。背なし、背もたれ付き、ひじ掛け付き、回転式などがあります。コンパクトに収納できる折りたたみ式もあります。

### すのこ

洗い場と脱衣所の段差を解消します。また、浴槽縁が高い場合、またぐときの高低差を小さくして足腰への負担を軽減します。

ご相談は担当のケアマネジャーまで。

## 厨房

### 食欲の秋到来！

今年もようやく涼しく過ごしやすい季節になって参りました。皆様お変わりなくお過ごしでしょうか。

当厨房では、ご利用者様に、「食」をより楽しんでいただきたいと考え、「選ぶ」機会を増やす取り組みをしています。また、季節ごとの行事食以外にも、施設内行事に合わせたお食事で、ご利用者様の気分を盛り上げたいと奮闘しています。

これからも様々な企画を立てて「食」に付随するわくわく感を楽しんでいただきたいと思えます。



特養敬老会にて初めての  
のバイキング！！



デイ・ケアハウス握り寿司御

※十二月にはクリスマスマストラランチにてサンドウィッチ(初お目見え！)の提供を企画しています。お楽しみに！

## 事務所

毎年この時季はご利用者様の健康診断があり、今年度は十月二十七日に行いました。

これまででは、ご利用者様自身に、肌寒以外に出て頂き、ご負担をお掛けしておりました。また、病院で健診していた為、ウイルスに感染する可能性もありました。

今回は、ご利用者様の健康診断を「医療法人 朋愛会 朋愛病院」に外部委託し施設内ですべて健診できるように致しました。これにより、ご負担が少しでも軽減できたのではと感じております。



エビデンス(科学的根拠)に基づく

健康豆知識

◆間違っていないませんか?その看護◆

今回は【予防接種をしたあと】のことについてお伝えします。

《お風呂》昔は風呂場の衛生上の問題で、接種後二十四時間は入らないと言われていました。今は清潔が保たれているので、一時間ほど経過すれば問題ありません。ただし、接種した部分を強くこすらないよう注意しましょう。

《運動》昔と変わりなく、汗をかくような激しい運動、全身を使う水泳などは禁止です。理由は、アレルギー反応が起きやすいためです。軽度の運動なら構いませんが、できるだけ安静に過ごしましょう。

《接種したところが腫れて熱をもつ》これは、体がワクチンに反応して抗体が作り始められたサインで、正常反応です。ただし、腫れが広範囲になったり、高熱になったりするようなら医療機関を受診しましょう。

ご連絡

希望された方の予防接種につきまして、肺炎球菌ワクチンは十月に終了しました。インフルエンザは十一月中に接種する予定です。

ヘルプサービス

秋の気配を感じる今日この頃です。

今、訪問させて頂いているご利用者様のお家について、お知らせしたいと思えます。

夏に軽い熱中症を起こし、その後ほぼ寝たきり生活になってしまわれたお母様の介護をされているご長男様は、「北摂のエジソン」と呼びたい方です。

寝たきりになる前からも、数々の工夫を凝らしておられました。家の中でのようにしたら、楽しくまた便利に暮らせるかの仕組みがいっぱいあります。

車椅子のブレーキ、段差の解消、ベッドからの立ち上がり時に別の部屋でも感知できるようにセンサー。食事テーブルの高さが合わなければ、差し込み式でテーブルを作ったある。トイレの水を流すのにも、後ろを振り向きにくいだろうから…と座ったままで紐を引けば流れる仕組み。等々このスペースには書ききれない工夫が有ります。

それも、器用だからできる。便利だからだ。と言う事だけでなく、お母様を大切に思う温かい気持ちで作らせた発明なんだと感慨深いです。お子様の為にも、長生きしていただきたいです。

徒然に・・・

あるウィークデーの昼下がりに、阪急電車の横に座った親子の会話はよく聞くと日本語ではなかった。お母さんがスマホを2台、真向いに座るお父さんもスマホを手にも外国語。お母さんの中には旅行社がくれる旅程表がしっかりと握られていた。池田駅に電車が着くと小さめのキャリーバッグをもって慌てて3人は下車。そこで彼らはラーメン博物館を目指しているのだとピンときたのだった。

ほほえみの坂道を登ってくると今度はジャンパーを身に羽織った年配のグループがひとかたまりに・・・美術館や記念館が彼らのお目当てであろう。文化の日のスタンプリーではより多くの人たちが散策される。今年も坂道の途中で繰り広げる「ほほえみバザール」が盛況ですように。(J・Y)

編集後記

食欲の秋真つ盛り!美味しい物を食べるに行く事ばかりを楽しむに秋を楽しんでいる今日この頃です。適度な運動を心がけ、家に籠りがちな冬を体重増加無く?乗り切りたいですね☆