

# ほほえみ 通信

セミの鳴き声が夏本番を告げている中、皆様いかがお過ごしでしょうか？脱水や夏風邪には充分にお気を付けてください。

ほほえみの園では、8月1日23回目の創立記念を迎えています。ほほえみケア構築と地域に根付いた施設づくりを一心に皆様に寄添い続けられるように、これからも精進してまいります。

先日、老人福祉施設研究協議会主催での滋賀大会が開催されました。

滋賀大会の「スローガン」は地域と共に歩む、これからの老人福祉施設「みんなで考える地域共生ケア」大阪老人福祉施設研究大会の地域貢献部門で栄えある優秀賞を獲得し滋賀大会への出場となり地域に根差した施設となれるように取り組んできたことが報われた思いでした。

発表内容は、今年で6年目となる池田市の中学校での認知症の理解を深める活動として認知症サポーター出前講座、地域に開かれた空間、昭和の癒し空間の昭和館、地域住民の集いの場として認知症カフェ、

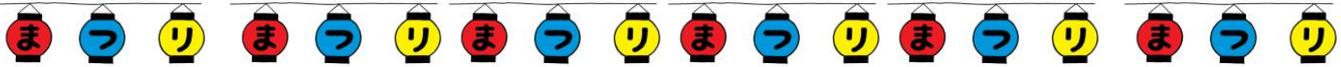
社会福祉法人起生会  
特別養護老人ホーム  
ほほえみの園  
〒563-0053  
池田市建石町 8-10  
TEL 072-751-9494  
令和元年 8月 1日  
第 87号

お知らせ  
ほほえみ喫茶開店日  
9月14日(土)  
10月12日(土)  
11月9日(土)  
14:00~16:00



お年寄りとふれあう子どもの居場所として子ども食堂、池田市の男性シニアに向けた大切な人を助ける支度として男の介護教室、たくさんの活動を支えるボランティアの方々の協力や池田市社会福祉協議会、行政などの支援機関との連携や協働し、時間をかけて進める大切さを伝えました。

これからも皆様のご理解とご支援を賜り突き進みたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願ひ致します。(施設長 山田直輝)  
「同志社大学社会学部永田教授より地域共生する施設として賞賛頂戴しました」



今年も 夏祭 開催されました。

曇り空をふき飛ばすかの様な爽やかな開会宣言と盆踊りで幕を開けました。世月予会様は二十年近く毎年ほほえみの園の夏祭を盛り上げて下さっています。

入居者様、利用者様が踊りの輪に加わり大変盛り上がりました。多数のボランティア様、地域の皆様のご協力、ご参加ありがとうございました。



## 特 養

夏の陽射しが眩しいこの頃、皆様いかがお過ごしでしょうか？ほほえみでの一大イベント、夏まつりも無事終える事が出来ほっと一息ついていきます。ご理解とご協力頂きまして感謝しております☆9月には敬老会が控えており、また着々と準備中です。ぜひお誘い合わせの上敬老会も盛り上げて頂きたいと思っております！！

### たこ焼き外出

利用者U様が慣れ親しんだ池田駅周辺の散策を兼ねて池田栄町商店街へ。たこ焼きも食べよう！と仲良しのK様と一緒に、「【、神】へ。ソースやトッピングも自分で選ばれ、熱々のたこ焼きをベンチでフーフーしながら食べました。商店街を散策すると「この店は昔からあるな」と懐かしそうに記憶をたどっておられました



## 誕生日会

特養でのお誕生日会の様子をご紹介します☆  
誕生日当日は、お昼にメッセージカードと共にケーキをお出ししてお祝い☆誕生日会は毎月第4日曜日に開催しており、担当スタッフからのプレゼントと共にお誕生日の方を皆様にご紹介させて頂いています。



米寿や卒寿などの節目節目の御祝い事には、色紙で寄せ書、特別にお寿司を出前、ホールケーキを買って皆様でお祝い、好きなおかずをテイクアウトして担当と二人でこっそり食べたり・（笑）居室担当が気持ちを込めてお祝いさせて頂いています☆

大好きな餃子の王将♡嬉しくて涙が出ちゃう



105歳のお祝いをフロアのみなさまと

## 夏祭り

オープニングの世月予会の皆様の盆踊りから盛り上がり、皆様のテンションも上がりましたね！ほぼ全員の方に浴衣や甚平を着て頂き夏を感じて頂けたでしょうか？入所者の皆様、ご家族様、地域の方々の楽しそうな笑顔に夏祭りを作り上げてきたスタッフもほっと一安心でした。

### 新スタッフ紹介

川畑 真智子さん



以前ケアハウスで働いていましたが、火曜日に特養に入浴パートとして勤務しています！どうぞよろしくお願ひします。



## デイサービス

### おやつ作り

お好み焼きを作りま  
した。「キャベツはもつ  
と細かく刻んだほうが  
いい」「こうやって切るんや」「まだ裏返す  
のは早い」(笑)などあちこちで  
いろいろなことを

言いながら作業は  
進みました。女性  
陣に負けず男性陣  
も生地を混ぜたり  
焼けたものを返し  
たり、奮闘してまし  
た。



「お好み焼きなん  
てなかなか自宅で  
焼いて食べること  
がないから美味し  
いわ(00)」と仰  
つて食べられま  
した。次回の  
おやつ作りは何  
でしょう？期待  
していて下さい。

池田城跡公園へ散歩に出かけました

ちようど咲きだし  
たユリの花びらがき  
れいに真つ白でした  
。梅雨の合間にお花  
をみて華やかな気分  
になりました。



園内は白い城壁で囲まれた日本庭園が  
あり展望舎や茶室があります。近くにこ  
んなに素敵な公園があり幸せです。



今年もほほえみ梅を収穫できました。  
皆さんに協力してもらい梅シロップを作  
りました。美味しかったです。

はじめまして

ふるしま すみひさ  
古島 純久と申します。7月1日より



ほほえみの園デイサービスの相談員とし  
てお世話になります。趣味は宝塚歌劇と  
筋トレです。川西のコナミスポーツで筋  
トレしていますので見かけられましたら  
声をかけて下さい。豊能町からバイクで  
通勤しています。まだまだ相談員業務は  
慣れていないのでご迷惑をおかけするかも  
しれません。早く一人前になってデイサ  
ービスを盛り上げていきたいと思ってい  
ますのでどうぞよろしくお願ひします。

ボランティアの皆様



レクリエーションやドライヤーなどた  
くさんのボランティアの皆様のおかげで  
デイサービスの運営をスムーズに行う事  
が出来ております。これからもボランテ  
ィア皆様の力をお借りしながら思いやり  
と楽しさいっぱいデイサービスを目指  
していきたいと思っております。引き続き  
宜しくお願い致します。

# ケアハウス 五月園

## 夏祭り



毎年恒例の夏祭り！  
盆踊りの音頭に合わせて、皆様手拍子を  
され、気分も盛り上がっている様子で  
す。



屋台にも並ばれ、美味しくいただき  
楽しい時間を過ごされました。

## 金魚すくい



何年ぶりかな？と仰いながら、皆様  
童心に帰り楽しんでおられました。金魚を  
追うその眼差しは真剣で、△匹すくったよ  
と、笑顔で教えてくださいました。



## 笑いヨガ

「笑いヨガ」の津守美紀先生が来て下  
さり、初めて体験した皆様でしたが  
「ワッハッハー」と笑顔満開でした。



## ミニ石庭づくり

理事長コレクションの  
石で個々に創作。  
とても素晴らしい作品が  
完成しました。

## 脳トレ



小峠先生に来て頂きました。プリント  
以外にも木製立体パズルに取り組みま  
した。お一人で出来ない時は、周りの方  
に相談されたり、和気あいあいと楽しん  
で挑戦されていらつしやいました。



## お口の勉強会

7月中旬、歯科衛生士の早矢仕先生に  
「お口のケアの大切さ」の講演をして頂き  
ました。最後のひと口までおいしく食べる  
ためのお話には、入居者様は興味を持って参  
加されていました。多くの方が先生に質問  
をされ、関心の高さがうかがえる大盛況の  
勉強会となりました。



## 新入居者様紹介



高見 孝 様  
5月16日に入居されま  
した。  
いつも笑顔で押し絵が  
お得意です。

## 新入職員紹介



淵上敦子です。  
入居者様に安心して過  
ごしていただけるよ  
う、心を込めて努めて  
参ります。

## ケアプランセンター

梅雨も明けて夏も本番です。熱中症に気をつけつつも、活動的に毎日を過ごしたいですね。さて、お散歩に出かけて帰り道がわからなくなってしまう高齢者の方を対象に池田市が行っているサービスを紹介します。

### ☆徘徊高齢者探索システム事業

徘徊高齢者に端末装置等を貸与して、認知症高齢者が徘徊した場合、その家族等の通報に基づき、委託業者がGPS位置情報システムを使用する事により、居場所を早期に特定し家族等に知らせるサービス。初期費用を市が負担してくれま

### ☆徘徊高齢者等SOSネットワーク事業

在宅の認知症高齢者が徘徊行動等により行方不明になることが予想される場合、家族等が事前に本人の情報を市に登録する事により実際に行方不明となった時に各協力機関（民生委員 地域包括支援センター 市内介護事業所）へ情報を提供し、捜査協力を依頼するものです。

市販品もいろいろありますので、ケアマネージャーにご相談ください。

## 厨房



いよいよ夏本番、連日の暑さにすでに夏バテ気味という方もいらっしゃるのではないのでしょうか。毎年この季節には夏バテ予防・熱中症予防について書かせていただいています。今年も自律神経の乱れを防いで体調を整えるためのポイントをご紹介します。

### 一、規則正しい生活リズムを整える

（睡眠不足は体調不良を引き起こします）

### 一、ビタミン・ミネラルをたっぷりとる

（口当たりの良いそうめんやうどんそばだけで食事を済ませていませんか？野菜や肉などのおかずもしっかりと食べましょう）

### 一、新陳代謝を高める

（冷房に慣れてしまった身体は、冷えによる体調不良を起こしやすいためです。ピリ辛の料理やショウガ・ニンニク・シソ・コショウ等のスパイスで血行促進・食欲増進・消化促進！ 汁もの等の温かい料理も取り入れましょう）

※食欲がなくなると必要な栄養素を十分に摂りにくくなります。しんどい時でも作れる・食べられるメニューをレパートリーに加えていきたいですね！

## 男の介護教室

令和元年7月27日、池田版「男の介護教室」が開催されました。

今年度からは、池田版として池田市で活躍されている方々のご協力を頂き、3回コースで開催させて頂く予定です。

今回の内容は、始めに調理実習としていけだ地域栄養士会「葉菜の会」の方が講師となり「ちらし寿司」「山いもとオクラの和えもの」「鶏団子と夏野菜の味噌スープ」の三品を調理しました。皆さん、普段から調理をしているのか、とても手際よくやっておられました。その後調理した料理を皆さんでお話ししながら食べていると、富田市長が激励にお越し下さいました。

午後からは、座学として歯科衛生士の早矢仕先生に「災害時にも役立つ口腔ケアを伝授」の講演をして頂きました。

多くの方が先生に質問をされ、皆さん真剣に聞いておられました。口腔ケアの必要性が皆さんに伝わったのではないかと思います。とても和気藹々とした介護教室でした。



## 静 養 室



短めの梅雨も明け、いよいよ暑い夏がそこまで来ているようです。ご高齢者様には体調を崩ししやすい季節が参ります。

呼吸器疾患の既往歴が無い方でも、咳や鼻声になったり、体温の上昇や全身倦怠感（身体がだるい）を伴う脱水症状を訴える方が急増致します。食事や水分摂取の減退は命に直結し、重篤になってしまふ事もあります。

体調管理をしていく上で、空調や食事管理はもちろんですが、ご利用者様のお好きなものや喉ごしのよいもの等をご家族様にお問い合わせする事もあるかと思えます。ご協力よろしくお願い致します。

8月21日（水）年に一度の入居者様対象の健康診断を予定しています。

今年も猛暑が予測されます。皆様におかれましても体調管理をしていく上で、水分摂取や規則正しい食事や睡眠、室温の調整などに留意し、「暑い夏」を乗り切っていくかれますようお願い致します。

水遊びや花火、盆踊りにかき氷…夏には楽しい行事が盛り沢山です。

「ほほえみの園」でも何か皆様を夏を味わって頂けるよう模索中です。お楽しみに♪



## ヘルプサービス

この度、大阪府下では、初めての世界遺産が認定されました。

「百舌鳥・古市古墳群」です。

私事ですが、学生時代は考古学を専攻していました。主に、3世紀から5世紀の古墳に興味を持ち、その当時は発掘調査や現地へ赴き、書物を読みあさり、日本書紀や続日本紀に翻弄されていました。

その当時、まさか「古墳」が世界遺産になることなど、全く想像もしていませんでした。

単なる、昔の偉い方のお墓だったのですから。

ましてや、宮内庁の管轄下であり、調査をすることもはばまれていて、内部の事など何もわからないまま時間が過ぎて行っていました。

地域の住民の努力が実って世界遺産に認定されたことは、大阪人として大変嬉しく思います。

池田からは少し遠い場所ですが、機会を見ては再度訪れてみたいと思います。

あんなに大きな古墳ではありませんが、池田市内にも古墳はあります。機会があれば、見物してみてください。

## 徒然なるままに

私たち日本人には小さい頃から夏になると口ずさむ「海」の歌がある。

日本は周囲を海に取り囲まれた島国。

（しかし、国土の七割は山！）幼い頃住んでいた家から子ども足の足で歩いても十五分位でもうそこは海辺であった。水もきれいで澄んでいた。真夏でも水は冷たく最初に水に入る時には勇気が必要だった。色とりどりの小石が足に触り時には牡蠣等の貝で指を切ったりしたものだ。「海は広いな大きいな」の歌は、太平洋岸や日本海岸で泳いだ時に実感したものだ。

そして「行ってみたいな よその国」の歌詞は自分の気持ちが一番盛り上がる個所であった。十七歳の夏、憧れは実現し、大きな外国船に乗って約二週間の航海の末アメリカ大陸へ。その後世界のあちこちで見たり泳いだりした海。世界はひとつに繋がっていると実感。地球のかけがえのない宝物

「海」を大切にしたいものだ。（JY）

【編集後記】

暑中お見舞い申し上げます。皆様お身体ご自愛ください。来年の今頃は東京オリンピックです。楽しみですね。