

# まとばだより

これからもお客様ひとりひとりの笑顔のために

私たちの場会は努めてまいります

平成25年 秋号

No.47

平成7年10月創刊(年4回発行)



『まとばだより 秋号』は、平成25年8月下旬から10月の行事を通して、ご利用者様の生活の様子や地域の皆様との交流を紹介しております。

10月20日には **心をひとつに深めよう絆!!** をテーマに、いきいき交流会を開催しました。当日、雨天の為屋内で行いましたが、たくさんの方にご参加していただき、楽しい時間を過ごすことができました。交流会開催に際しまして、多数の地域の皆様のご協力をいただき、ありがとうございました。今後も地域の皆様のお役に立てますよう、職員一同努力して参りますのでよろしくお願い致します。

的場会 広報委員会



〒725-0024 広島県竹原市港町四丁目5番1号

TEL 0846-22-8017 (代表)

FAX 0846-22-8188

(相談電話)0846-22-9670

【的場会ホームページ】 <http://www.matobakai.or.jp/>

8/25

## まちづくりふれあい交流会



竹原市第一地区社協様が来園され、『まちづくりふれあい交流会』がありました。歌あり、踊りあり、水戸黄門の演劇ありと、ご利用者様もたくさん参加され、楽しい時間を過ごしました。またのご来園を心よりお待ちしております。

8/28

## 春日八郎を偲ぶ会



今年も春日九郎様が来園され、春日八郎の懐かしい歌を皆様と一緒に歌って頂きました。皆様との再会を楽しまれ、ご利用者様も喜ばれました。



## 合同行事予定

12月…餅つき会、門松作り、クリスマス会・忘年会

1月…新年互礼会

2月…神明祭

※予定が変更する場合があります。

9/17

# 敬老会

練習の成果を見て★

竹原小学校の皆様



地域招待客の皆様



ありがとう♪



下原秀次郎様の演奏



おめでとうございます★

敬老会では竹原小学校4年生の皆さんの合唱や職員によるダンス、歌の披露を行い、とても楽しい敬老会となりました。

9/28

# 合同火災避難訓練

もしもの時に備えて消火器の使い方を覚えます



非常食炊き出し訓練の様子



非常階段設置訓練の様子



皆の命は私が守る！

災害はいつ起きるかわかりません。東広島消防局竹原消防署のご協力により、的場会全体で合同火災避難訓練を行いました。また、今年も近所の皆様に参加して頂き、災害時にご協力頂けるよう一緒に訓練をし、誘導の確認を行って頂きました。

# 第32回いきいき交流会

～心をひとつに深めよう絆～

準備体操  
1・2～♪



準備体操



職員組体操



とあだ～！！



玉入れ



それ、それ  
入れ～！



竹原中学校  
フラスバンド部  
演奏会

# 絆

やった～  
パン  
ゲットー！



パン食い



園長さんも仮装して  
会を盛り上げてくれました

あいにくの雨に見舞われ、屋内での実施となりましたが、皆様のご協力により元気に・楽しく実施する事が出来ました。本当にありがとうございました。

平成 25 年 10 月 20 日



居宅介護支援事業所 まとは  
在宅介護支援センター せとうち



住まい  
施設

住宅改修

介護保険

権利擁護

認知症

介護予防教室



### 在宅介護支援センターの総合相談



生活全般での困り事や、介護相談など、  
何でもお気軽にご相談下さい。  
フリーダイヤルができました。  
先ずはご一報下さい。  
訪問もさせていただきます。

フリーダイヤル 0800-200-9670  
相談電話 0846-22-9670

担当：向田(むかいだ) 渡川(おりかわ)



## 100歳のお祝い



くすだま割り！  
せーの！パカッ！



小坂市長様の挨拶



ご家族様も来園されました。  
おめでとうございます♪♪



今年、100歳を迎えられた實藤フミコ様に、内閣総理大臣よりお祝いを頂きました。  
竹原市小坂市長様が来園され、お祝いの言葉と記念品(表彰状と銀杯)を頂きました。  
『次の目標は？』『120歳！』と、實藤様は力強く答えられていました。  
これからも末長くお元気でいらして下さい。

# 短期入所生活介護事業所 まとば



1泊2日からご利用を頂けますので、  
お気軽にご相談ください。  
行事も瀬戸内園の方々と一緒に  
ご参加頂けます。



### 今後の行事予定

12月 クリスマス会・忘年会  
1月 新年互礼会  
2月 節分行事

### 【お問い合わせ】

特別養護老人ホーム 瀬戸内園 ・ 短期入所生活介護事業所 まとば  
TEL:0846-24-6113 (担当 増谷・新開) お気軽にご相談下さい。

10月18日

庄原にある備北丘陵公園に  
**150万本のコスモス**を  
 観賞しました！

ご馳走もしっかり  
 堪能したよ～！

大パノラマで  
**コスモス**を  
 満喫したよ！



**お誕生日会**

**おやつ作ろう会**

**老人作品展見学**

8月23日



7・8・9月  
 生まれの方を  
 お祝いしました。

うどんの実演  
 もあったよ！



8月30日



暑い時季に  
 ぴったり！  
**カキ氷**を  
 作ったよ！



9月15日



皆様で作成した  
 作品を出品！  
 すばらしい出来  
 栄えに感激！



入居者募集中  
 『コーポまとは』に興味をもたれた方、お気軽にご相談ください。  
 TEL 0846-24-6112 (直通) 生活相談員 森木 まで

# 敬老会

9/14・16に敬老会を行いました。ボランティアの方々にもご協力を頂き、皆様とても楽しい時間を過ごすことができました。また昼食やおやつも大変満足されていました♪

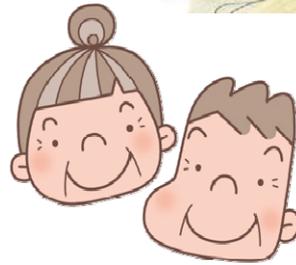
14日



水戸黄門の寸劇に、大爆笑♪  
素敵な歌声にも、手拍子を  
されながら大盛り上がりでした。



小夜子会様：歌・寸劇



16日



大正琴のきれいな音色に  
皆様うっとりされていました。  
また音に合わせて歌われる  
方もいらっしゃいました。



芙蓉会様：大正琴



# 誕生日会

10/8に9・10月生まれのお客様をお祝いする**誕生日会**を行いました。対象のお客様 10名がいらっしゃいましたが、皆様「**楽しかった**」と素敵な笑顔をされていました。



上手に撮ってね ♪♪



昼食は中華バイキングだったよ！



主役の皆様です！



いい声しとるねえ～



ケーキおいしい ♪♪



歌うぞー！！

# おやつ作ろう会

10/23におやつ作ろう会をおこないました。今回のメニューは【**パンプキンプリン**】。見た目も味も完璧な一品が出来上がりました！！



かぼちゃをコネよります。



おいしいの作るよ ♪♪



かぼちゃのいいにおいがしよるよお ♪♪



パンプキンプリンの完成！！

**デイサービスへ見学に来てみませんか??**

体験利用は**無料**です。

送迎もごさいますので、お気軽にご連絡ください。

電話 0846-24-6114 (直通) 担当 野口

**今後の行事予定**

12月 もちつき・クリスマス会

1月 新年互礼会 誕生日会

2月 節分行事 おやつ作ろう会

いつまでもお元気でお過ごし下さいね

訪問介護ご利用の95歳以上のご長寿の皆様です。

95歳



96歳



101歳



97歳



96歳



95歳



100歳



95歳



95歳



95歳



アンケートにご協力いただき、ありがとうございました

お客様からいろいろなご意見を頂きました。その中から、一部ご紹介致します。

A様のご家族様より

『いつもきれいに掃除をして下さり、身体の事まで気遣って頂きありがとうございます。  
おかげで助かっています。感謝しています。』

これからもより一層レベルアップしたサービスが提供できる様、日々努力して参ります。

土・日・祝日 も営業しております。お気軽にご連絡下さい。

問い合わせ TEL 0846-23-5250

サービス提供責任者:坂井 真理子

水野 恵理

## 季節の入浴剤

たくさんの種類の入浴剤を皆様に使用して頂き喜んで頂きました



### 入浴剤の効果と最適な温度

一般には、ぬるめの湯『冬は40℃前後、夏は37℃前後』に、ゆっくり、少し長めに湯船に浸かると身体的に効果が出ます。熱い湯に短い入浴では、十分な効果が得られません。



## 効果的な入浴方法

### 『筋肉の疲れを取りたい時』

**入浴方法:** 42～43℃の熱めの湯に入ります。血圧や心臓に自信のある人は、一度出て水をかけて、再び入ります。強めのシャワーを当てるのも効果があります。

**効果:** 血行をよくして、疲労物質を早く取り除く効果があります。

### 『安眠したい時』

**入浴方法:** 一般的には、36～38℃ぬるめの湯にゆっくり入ります。

**効果:** 身体の緊張が取れて、本来の疲れがどっと表に出てきます。神経は鎮静化します。



### 『ストレスを解消したい時』

**入浴方法:** 40℃以下のお湯に、ゆっくりと長くつかります。場合によっては、42～43℃の湯にさっと短時間入って、身体をゴシゴシ洗います。但し、血圧や心臓に心配のない人に限ります。

**効果:** 微温湯は副交感神経優位で、心身を鎮静させる効果があります。熱い湯は身体の中の血液が促進されて、頭と神経のイライラをサッパリとさせます。



# 敬老の日



9月16日 **敬老の日**、昼食には **お祝い御膳**をご用意しました。

お赤飯・天ぷら・茶碗蒸しなどのご馳走と紅白饅頭を、皆さんおいしそうに召し上がられ、大変喜ばれました。



# 避難訓練

## 非常食炊き出し訓練

10月、ロータスインまとは 合同火災避難訓練を行いました。火災を起こさない事が一番ですが、万が一起きてしまった時の為に...訓練を行い、避難口・消火器の位置などの確認を行いました。

訓練後、**非常食の紹介・炊出し訓練**を行いました。今回は、カレー味!! 非常食の、お味は...?



おいしく出来るかな??



★ 完成!! ★

非常食は、水・お湯だけでご飯を炊く事が出来ます。水かお湯を入れて15~30分待つだけ! 電気・ガスは不要です!

ロータスインまとはには、五目ごはんやお粥など、合わせて**400食分の非常食と水**を備蓄しています。

出来立ての非常食を皆さんで、試食しました。「釜で炊いた ご飯の方がおいしいけど、非常食も結構おいしい♪」と好評でした!!

# 入居者募集中!

見学・ご相談のみも可能です。お気軽にご連絡ください。

【お問い合わせ】 ロータスインまとは 宝樹

Tel: 0846-22-3655 担当: 水野



## 敬老会を行いました！



おめでとう  
ございます！



アンサンブル祥様による、  
大正琴の演奏

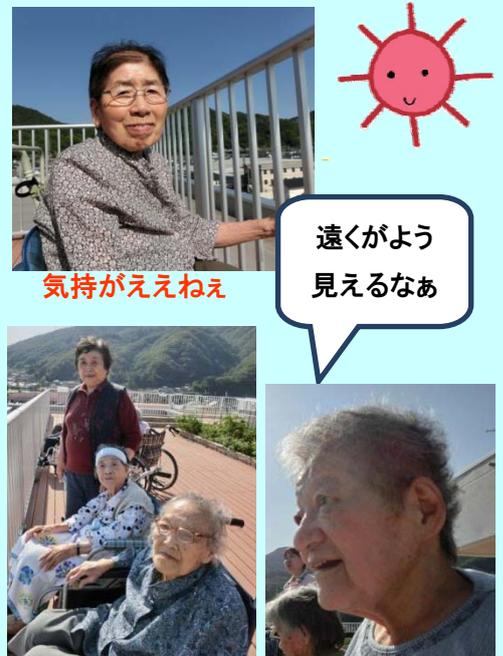
ご利用者様の敬老を祝い、9月16日(月)に敬老会を行いました。  
皆様の笑顔を見ることの出来た、良い一日となりました。

## 皆様の笑顔



カメラを前にしての笑顔。皆様のそんな写真を集めてみました。  
どうですか？どなたのお顔も素敵でしょ!?

## 屋上散策



気持ちがええねえ

遠くがよう  
見えるなあ

秋晴れのある日の午後に、屋上へ  
上がってみました。

【お問い合わせ】

短期入所生活介護事業所 楽受(らくじゅ)

TEL:0846-22-3337 (担当:河原) お気軽にご相談下さい。

**祝 敬老**

明珠では、ささやかではございますが敬老のお祝いをさせていただきました。昼食は日替わりの敬老祝い膳を、お風呂は日本酒風呂を楽しんでいただきました。

敬老祝い膳



日本酒風呂



紅白饅頭



プレゼント



皆様に裏面に名前を入れたバッグハンガーをプレゼントさせていただきました。お出かけ先でお使いいただけたら、という思いを込めています。

**外出行事**

毎月恒例の行事です。曜日の違うお客様同士の交流の機会になっております。

**8月**



**9月**



見学や体験利用(無料)も、お気軽にお問い合わせください。お待ちしております。

通所介護事業所 明珠 (みょうじゅ)

TEL 0846-22-3332(直通) 担当 新原(しんばら)

# ノロウイルスに気をつけましょう！

ノロウイルスとは、乳幼児から高齢者に至る広い年齢層で急性胃腸炎を引き起こす原因となるウイルスを指し、ウイルス性感染症の多くは乾燥の強い冬場に多く発生する特徴をもちます。

そのため、ノロウイルスの集団感染は秋の終わり～冬場(11月～3月)に集中する傾向がみられるので、日頃からきちんと感染予防に努めていきましょう。

## 感染経路

- ①ウイルスに汚染された二枚貝(アサリ・カキ)を十分加熱せずに食べた場合。
- ②ウイルス保有者の糞便から手指を介して汚染された食品を食べた場合。
- ③床などに残った嘔吐物が乾燥してノロウイルスが空中を漂い、これを吸いこんで感染する場合。

①②… **食中毒** (カキの生食、お弁当、餅つき大会などでの集団食中毒)

③ … **感染症** (保育所や病院、介護施設などでの流行)



## 潜伏期間と症状

潜伏期間(感染から発症までの時間)…24～48時間

主な症状…吐き気、嘔吐、下痢、腹痛、発熱(37～38℃くらい)



## 予防法について

### 1. 手洗いをこまめにしましょう。

・外出からの帰宅時、食事前、トイレのあとなどは、特にしっかり洗いましょう。

・右の図は、特にウイルスが潜みやすい場所です。人の手を介しても感染するので、こまめな手洗いを！



### 2. 加熱調理はしっかり行いましょう！(85℃、1分以上)

### 3. 健康管理に気をつけ、症状がある時は、調理などは控えましょう。

## 対処方法について

### 1. 免疫力の低い乳幼児や高齢者の方は脱水症状を引き起こしやすいので、こまめな水分補給と栄養補給を行いましょう。

### 2. 発症者の嘔吐物などは、二次感染の原因となるため、マスクや

手袋を着用して処理をしましょう。

### 3. 消毒は、塩素系漂白剤を薄めて行いましょう。

ウイルスを排出させるため、下痢止めの薬は使用しないでください。また、症状がひどい場合には、早めに病院に受診し、専門の医師に相談するなどの対応をしていきましょう。



# 認知症ケア研修

9月25日、講師に 本郷中央病院 健康管理室 室長 四郎丸 里子先生をお招きし、認知症ケア研修を受けました。

## 四郎丸先生とハグを体験



- ①『認知症の気づき方・接し方』
- ②『笑いとハグー楽しく、明るくー』
- ③ ビデオ鑑賞『“笑顔”の医療革命』

笑いやハグといったスキンシップを行うことで、高齢者の方にとって心の癒しにもなる。日本人はハグには抵抗がある方も多いため、まずは握手から取り組んでいきます！

わあ〜。ハグ・はぐ！  
はずかしい〜……  
ハグはご利用者様を  
理解していく第一歩



# エコ活動運動

の場合では、ペットボトルのキャップとアルミ缶、プルタブの回収推進運動に取り組んでいます。回収ボックスは、コーポまとは玄関に設置していますので、ぜひ、皆様も来園の際は回収にご協力ください。よろしくお願い致します。

※ キャップとアルミ缶の回収にご協力いただく際は、一度、水で洗ってご持参下さるようお願い致します。



## ご協力ありがとうございます。

【ご報告】

平成22年1月1日～平成25年10月13日までの回収状況についての報告です。

～エコキャップ～(800個集めると、一人分のポリオワクチンになります)

【第1回目】～【第24回目】

累計 約247,428個 (519.6.1kg)約309人分相当

キャップ300人分突破ー!!

# 編集後記!



例年になく暑い夏が終わったかと思いきや、なかなか涼しくならずあつ〜い秋。暦の上ではもう、晩秋ですが、まだまだ的場周辺の木々の色は変わってないようです..。急に寒くなり体調を崩さないよう、気をつけていきたいと思ます。

いきいき交流会を前に職員による草刈りをしました。お疲れ様でした。実施前・後 気持ちいいですね〜。