ユーアイホームだより

やまぼと

平成22年10月1日
No.8

発行者
社会福祉法人
矢祭福祉会
東白川郡矢祭町
東舘字蔵屋敷122
TEL (0247)46-3385
Fax(0247)46-4400

ユーアイホーム夏祭り

ユーアイホームでは、七月三十一日、毎年恒例の『夏祭り』を開催いたしました。

入所者の皆さん、ご家族の方々、せせらぎ荘の入所者の皆さんや、やまゆりの会の皆さんの参加もあり、盛大に執り行われました。

焼きそば、ソフトクリーム、じゃがバターなどの屋台、テーブルにはお祭り特別メニューのご馳走が並び、よりいっそうお祭りムードが盛り上がりました。

ショータイムでは、『矢祭歌謡クラブ』、『八溝ひょっとこ会』の皆さんによる楽しい歌や踊りが披露され、夏祭り参加者の皆さんは見事な芸を堪能していました。その後、利用者のプロ顔負けの太鼓に合わせ、利用者と職員が共同制作した手作り神輿が会場を練り歩きました。

最後の打ち上げ花火では、祭りの熱気に雨も吹き飛び、沢山の花火が夜空を彩りました。参加者全員、楽しい夏の思い出の一ページになったのではないかと思います。

今年は、例年にない暑い夏でしたが、夏祭りのパワーで入所者、職員共に元気に猛暑を過ごす事ができました。

また、去る九月二十日には敬老会が行なわれ、入所者の皆さんと職員全員で長寿を祝いました。

（次ページ上段：敬老会での一コマ）

祝　敬　老　会

88 歳おめでとうございます!

給食だより

管理栄養士　菊池

入居者のみなさんと一緒に「梅干し」を作りました。矢祭町産の梅を使い、漬け込みから赤じそ漬け、土用干しをして完成しました。全員で食べたら１回でなくなってしまいました。来年はもっとたくさん漬けます。

『下漬け』　今年は５kgの梅を漬けます。

みんなで下ごしらえをして、塩をもみこんで下漬け完成！！

『赤漬け』　下漬けの梅を赤じそと一緒に漬けこみます。

『天日干し』　色よく漬かりました。３日干せば完成です。

『梅干し完成』色よく味良く出来ました。**「ん～しょっぱい！」**

医務室より

熱中症について

記録的な暑さの今夏でしたが、寒暖の差が激しくなるこの時期も体調を崩しやすく、熱中症を容易に引き起こします。**熱中症は体温が上昇することで、体内の水分や塩分が減少し、脳など全身の機能が低下してしまう状態**です。発症は、気温や直射日光だけでなく、湿度が高く風が弱いことで、**体温は上がるが体の熱が逃げにくい状況**になった時に起こりやすくなります。体温調節がしづらくなっている高齢者の方は特に注意が必要です。ユーアイホームでは、

① **水分補給**・・・白湯・茶をこまめにお出しし、飲んでいただく。

② **居室内温度・湿度調整**・・・温度２６～２８℃（秋期は２５℃前後）／湿度５０～６０％で維持。

③ **体温測定**・・・冬季より引き続き毎朝行ない、異常の早期発見をする。

などで、熱中症・脱水症の予防を行なっております。

せせらぎ荘たより

そば打ち試食会 開 催 －

せせらぎ荘では、七月二十七日に施設長の手打ちによる「そば打ち試食会」を実施しました。

十時から会議室において、そば打ちに興味のある入居者を前に、施設長自らが用意したそば粉六キロを、施設長自らの手で、長さと太さがそれは綺麗に揃えられて仕上がっていきます。

最初は距離を置いて眺めていた入居者ですが、だんだんとそば打ちの見事さに引き寄せられるように、いつの間にかそば打ち台を覗き込むようにして見とれていました。

食堂では、そば打ちと同時進行で調理員が天ぷらを揚げ、お湯を沸かし、昼食の用意がされていました。そばゆでと、そばつゆも老舗以上のこだわりを持って仕上げられ、入居者は勿論、職員も舌鼓を打ちながらの大満足の試食会でした。

（写真） そば打ち試食会の様子

＊デイサービスセンター舘山荘＊

八月二十六日、舘山荘とせせらぎ荘との交流会を兼ねた《納涼会》を行いました。初めての合同行事だったので、利用者の皆さんも職員も楽しみに準備して待っていました。

舘山荘利用者の開会宣言で納涼会が始まると、「カキ氷」「ポップコーン」「金魚すくい」などの模擬店でお祭りムードも高まり、テーブルを囲んで話しもはずみ、楽しいひと時に交流も深まっていたようです。金魚は皆さんに二匹ずつおみやげに差し上げて、喜んでいただきました。

スイカ割りでは多くの参加者があり、周りの声に力いっぱい手を振り上げ子供に返ったように楽しんでいました。

ボランティアで歌謡ショーや踊りがあり、最後にフラダンスショーが披露されてハワイアンムードたっぷりの煌びやかな踊りに、皆さんうっとり見入っていました。

今後も機会があれば、またこのような交流会を企画していきたいと思っています。

（写真は交流会の様子）

地域包括支援センターより

◇　地域健康教室開催中！◇　　今年度は「高齢期の栄養」について

年間を通し、町内１８地区を巡回して講習会をおこないます。

知っているようで知らない栄養のこと。毎日の食事を見直し、いつまでも元気に過ごせるように栄養について学びます。

①年齢とともに変化する体について
②減塩について
③健康な食生活をおくるには
④低栄養状態を防ぐには、など

管理栄養士からお話しを聞きます。食事や栄養のことで日頃気になっていることを質問することもできます。また、町の保健師からのお話しもあります。

連絡先　　電話　０２４７－４６－３７７０

地域包括支援センターの場所　ユーアイホーム内

☆ボランティア募集のお知らせ☆

ユーアイホームでボランティアとして活躍してみませんか？ユーアイホームはあなたの力を求めています！

〇踊り　〇歌　〇演芸　〇お話し相手
〇書道　〇絵画　〇絵手紙　〇生け花
〇園芸　〇草刈り　〇窓掃除　〇寝具の交換
などなど

年齢・性別は問わず、どんなことでも結構です。ユーアイホームはボランティア活動を通して地域の皆さまとの交流の輪を広げたいと考えています。ぜひ、ご協力をお願いします！

お問い合わせは・・・℡４６－３３８５　金澤まで

◆今年も夏の使者が来てくれました◆

7月18日、去年に引き続き「天王祭」の山車が施設に立ち寄ってくれました。居ながらにしてお祭り気分が味わえて入居者も職員も大喜びでした。眠っていた血が騒いだのか施設内の夏祭りには手作り神輿が登場し大盛況でした。地域とのつながりをこれからも大切にしていきたいと思います。

編集後記

ひどかった夏の暑さも一段落し、すごしやすい日が続いています。涼しくなってくると夏の疲れも出始めます。こういう時期こそしっかりとした体調管理が大切になります。まずはなんと言っても水分補給！脱水症状は夏に限ったことではありません。夏でも冬でも水分摂取！元気にすごしましょう！

広報委員長