

アクティブライフさかど

あたたかく もっとあたたかく



【CONTENTS】

デイ利用者俳句集
訪問介護のご紹介
特養スナップショット
など

1

平成 17 年 3 月 25 日 発行
発行者：社会福祉法人 豊心の会
編集者：広報委員会
電話番号：029-248-5511

今日も元気に！ディサービス



「俳句・短歌・川柳」作品紹介

「春めいて 桜の花に なりにけり」

直江

「雛祭り 今日の楽しい 思い出を

刺み包んで 心の奥に」

くら

「朱の字に成りて 馬鹿さを 納得し

今は楽しい デイのお世話に」

くら

「リハビリに 笑顔を交わす 梅日和」

照子

「施設に通う 友の顔頰 梅開く」

照子

「初孫の 端午に 貰う 兜かな」

キヨ

「水浴びの 鳥に割りやる 薄氷」

キヨ

「メール打つ ドキドキ感つて 悲かしく」

夢子

「人生は 悲しきことのみ 多かりき

光子

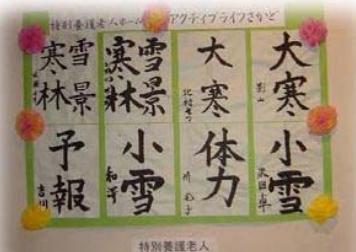
春一番吹いて 幸せもつて」

「我が家の庭に ひつそりと 顔を出したら
ふきのとう ああ春近い」

光子



新春歌謡ショー＆フラダンス



ディサービス書道クラブ

はつらつ文化祭に出展

二月に県福祉会館の一
階ロビーにてはつらつ文
化祭が開催されました。

ディサービス利用の皆様
の力強い筆さばきの作品
の数々を出展させて頂きました。
デイサービス利用の皆様
の力強い筆さばきの作品
の数々を出展させて頂きました。



一月二十六日みかみきくえ様による歌とフオ
ーアロハの皆様によるフラダンスを披露して頂
きました。南国のリズムに合わせ踊る方、美空ひ
ばりの物まねに感激する方午後のひと時を楽し
く過ごしました。

10月 運動会



11月 料理教室



12月 クリスマス会



1月 初詣



2月 節分祭



←「渡る世間は鬼ばかり??」
鬼のカツラかぶってハイチーズ！
余りの衝撃に肝心の豆まきシーンの写真を撮り忘れてしまいました。

↑10月のある日、施設の近くに栃木県の特別養護老人ホーム蓬莱荘の皆様が飛ばしたガス風船が飛来しました！こんなことがあるんですねえ～！（笑）早速お返事しておきました。



↑2月のある早朝、カーテンを開けてビックリ！一面の雪景色でした。
「すごい！真っ白だねえ～」



新職員です

大声いづみ（介護職員）

三月から特別養護老人ホームで勤務させて頂く事になりました。ご利用者の笑顔を見て、私も嬉しくなり頑張ろうという気持ちになります。どうぞ宜しくお願ひします。

小沼智子（訪問職員）

はじめまして！皆様の優しい笑顔に出会い、すっかり打ち解けてしまつた私です。いつも初心を忘れず！元気な挨拶、温かい心を持ち続けたいと思います。どうぞ宜しくお願ひ致します。

横田ひろ子（看護職員）

大好きな桜の花、白いこぶしの花を朝夕眺めながら車で通勤しています。そして、日中は入所者の皆様といろいろなお話をし、触れ合い、笑い、楽しい毎日を過ごしております。どうぞ宜しくお願ひ致します。

高橋あき子（訪問職員）

三月より訪問事業所に勤務することになりました。利用者の方から「ありがとうございます！」また来てね。」その声が疲れを忘れさせてくれます。今日もアクティブスマイルで訪問しますので宜しくお願ひ致します。

小路口富子（看護職員）

久しぶりの職場復帰で不安と緊張の毎日です。早く慣れて入所の方々の健康管理に努めたいと思います。出身地は鹿児島県。趣味はガーデニング、特技はバレー、ボルです。宜しくお願ひします。

スタッフ勉強会

今回は、救急法の講習会ということで、日頃からお世話になっている、住吉救急隊の隊員の皆様と茨城県消防協会の方々にご指導頂



医務室だより 花粉症対策

しつこい目のかゆみやくしゃみ、止まらない鼻水。今年の花粉飛散はすごいですね。花粉症は本来アレルギー性鼻炎と同じです。まずは耳鼻咽喉科の医師に診てもらうことをおすすめします。さらに目や気管支などの症状が特にひどい場合には、耳鼻咽喉科の医師に相談し、眼科・呼吸器科に行ってみるとよいでしょう。本格的な花粉飛散の前に医師の診察と指導を受け、花粉シーズン2週間前に薬を服用しておくことで花粉症の症状を緩和させることができます。抗アレルギー剤を飲み始めるなど、まだ症状の出ない時から早めに対策しておくと効果的のようです。

病院で処方される花粉症の薬は大きく分けて「抗アレルギー剤」「抗ヒスタミン剤」「ステロイド剤」の3種類あります。飲み薬の他、点鼻薬や目薬、塗り薬などもあります。

ところで抗ヒスタミン剤はなぜ眠くなるのかご存知ですか？ヒスタミンは脳の中にも存在していて、何かを考えたり意識を集中させたりする働きがあります。胃から吸収された抗ヒスタミン剤の成分が脳内のヒスタミンの活動まで抑えるので眠くなり、思考力も鈍ってしまうというわけです。服用する際には注意が必要です。

管理栄養士 中崎陽子

ここにちは、管理栄養士の中崎と申します。施設では、入所者の方々に食事に満足を頂く為、定期的に嗜好調査を実施しております。今回は次のような回答を頂きました。

①朝ごはんのおかずについて

- | | |
|----|---------|
| 1位 | 金平ごぼう |
| 2位 | 納豆・塩マス焼 |
| 3位 | のり佃煮 |

②3時のおやつについて

- | | |
|----|------------|
| 1位 | アイスクリーム |
| 2位 | ふかし芋 |
| 3位 | 蒸しパン・おせんべい |

入所者の皆様のご協力に感謝し、今後の献立作成の参考にさせていただきます。

花粉症でお悩みの方へ

花粉症の症状を悪化させないためにも、日頃の食生活において、何かを考えたり意識を集中させたりする働きがあります。胃から吸収された抗ヒスタミン剤の成分が脳内のヒスタミンの活動まで抑えるので眠くなり、思考力も鈍ってしまうというわけで、花粉症の悪化を防ぐためには、高たんぱく質食品や嗜好品は花粉症の悪化に関係しているといわれていますので、注意が必要です。

栄養士から ちよつと一言

お誕生日あめでとうございます

ご支援・協力ありがとうございます。（平成十六年十月～十七年二月）

新潟県中越地震では少しですが職員で集めた生活物資を送らせていただきました。また、スマトラ沖地震では職員で出し合つた募金をスリランカのマヒンダ社会福祉センター様へ送金させて頂きました。地震・津波の被害に会われた方々のご冥福を心より祈りいたします。

今後の行事予定

- 六月 外出行事
- 五月 節句祭
- 四月 桜行事
- 四月

アクティライフさかど 広報誌
あたたかく もっとあたたかく 4月号
平成17年3月25日発行 第6号
発行者：社会福祉法人 豊心の会
施設長 高野光枝
編集者：広報委員会
〒310-0051
茨城県水戸市酒門町字西割4390番
電話番号：029-248-5511

※お願いします！

来年の雛祭りの為、不要の雛人形（できれば壇飾りセットで）ござい

ましたら飾させていただきたいと思います。宜しくお願ひ致します。

※職員の活動

寄贈

- 内藤実様・玉村早雄様
- マツサージチエア・所光子様
- 車椅子・保原政史様
- ポータブルトイレ・歩行器具・久須見たね様
- 空気清浄器・日産電業(株)様
- この他タオルもたくさんの方々に頂きました。
皆誰うござります。大切に使つますと貢ぎます。

月）ボランティアがとう

機節道場の皆様（機節披露）、松尾清雨様（書道講師）、宮本孝子様（理美容）、町田京子様、八木沢美智子様、朗読ボランティアさくらの皆様、みやび琴の会の皆様（大正琴演奏）、下大野地区女性会の皆様（踊り）、みかみきくえとフォーロハーバーの皆様（歌謡シヨー・フラダンス）、大内啓子様（民舞）、ジョイ斎藤様（マジック）、飯島浩作様（サックス演奏）、横島福次様、石井繁美様（ギター・ハーモニカ他演奏）、加藤正昭様（ギター演奏）、水戸ヤクルト販売株式会員所の皆様、県立水戸三高の皆様、県立佐和高校の皆様、県立小川高校の皆様、大成女子高校の皆様、水戸短附高校の皆様、水戸四中の皆様、リリー保育福祉専門学校の皆様、いばらき中央福祉専門学校の皆様

編集後記

春らしい陽気になって参りました。昨年から年頭にかけてはノロウィルスが騒がれましたが、カキなどの二枚貝は冬場に限らずノロウィルスを持っています。食すときはじっくり火を通して問題ないようです。生はご注意下さい。ところで昨年から地震など災害が多くて心配ですね。備えあれば憂い無しとも申しますが、日頃の対策が大事です。災害時にはローテクの生活にも対応しなければ！至るところでデジタル化されたハイテク生活に慣れすぎて私は大丈夫かな？（苦笑）ご意見・ご感想などございましたらご連絡頂ければ幸いです。（広報委員会）