

2011.10.15 第3号

西陣憩いの郷だより



「針抜地蔵」の名で親しまれている
千本上立壳・石像寺

〒602-8476 京都市上京区桐木町885-1
TEL 075(431)1513 FAX 075(431)1514

発行:社会福祉法人北野健寿会 特別養護老人ホーム西陣憩いの郷
発行責任者:吉村 康 (全室個室のユニットケア施設)

〈施設の運営理念〉人としての尊厳・自己決定を尊重し、安心安らぎの場を提供します。



皆さまにおかれましてはいかがおすごしでしょうか。

今年も当施設から、おふたりの入居者

の方が満100歳を迎える、先日敬老のお

暑い夏も過ぎ、
ようやくすごしや
すい秋を迎えるこ
とができました。

祝いをさせていただきました。現在、当

施設では100歳以上の入居者の方は全員で

9人となっています。昔は人生50年と言

われておりましたが、現在の日本は人生

80年と飛躍的に寿命が伸びています。ち

なみに平成21年の簡易生命表によります

と、日本人の平均寿命は男性79・59歳、

女性86・44歳でした。100歳以上の方は、

この世界的にも高い平均寿命をさらにこ

えておられることになり、その偉大さに

はただただ頭が下がる思いです。

これから日本の超高齢化社会に突入

することとなります、増え続ける高齢

者の方々が日本に生まれてよかったです

れる国であつてほしいと願っています。

そのため当施設も、入居者の皆さまが

住みよい施設であり続けるようさらなる

努力をしていく所存です。今後とも皆さ

まのご支援ご鞭撻をいただきますようよ

ろしくお願いいたします。

「敬老の日に寄せて」

理事長 相馬 隆人



地域の地蔵盆に
参加しました



7階屋上で栽培したトマトやキュウリを収穫
たくさん収穫できました！！



各階で企画した「夏祭り」
浴衣姿もあでやかに・・・



西陣憩いの郷 平成23年4月から9月 行事のご報告



ベビーカステラを作りました！
たこ焼きではありません・・・



大文字の日に、今年も「菊水鉢保存会菊童会」の
皆様が来てくださいました♪



大文字の日のおやつには700歳まで生きると
いわれている「したたり」をいただきました



「まだまだ長生きします！」
～現在105歳～



一保堂などへ外出しました



秋特集

食欲の秋

「マルタマフーズ紹介」

食欲の秋にちなみ、入居者様のお食事の調理を担当していただいている『東住吉マルタマフーズ株式会社』さんを紹介します。

「衛生研修の受講や、食材の選択、管理に注意し、安全なお食事の提供を心がけています。又、職員間のコミュニケーションを密にし、アットホームな雰囲気で、喜ばれるお食事を作りに努めています。」



右：調理責任者 東嶺さん
左：栄養士 石井さん



夏祭りでは、会場で調理をしてくださいました。



医務看護室だより③

今年は全国的に節電対策です。

当施設でもエアコンを27~28℃に設定して、適宜調整して乗りきりました。

昨年は自然風がよいと、西向きの窓を全開放される入居者様があられましたが、さすがの猛暑に勝てずエアコンを使用され、熱中症の予防ができました。

エアコンの効いた室内にいると発汗することが少なくなります。そうなると入浴は発汗を促し、代謝を高める大切な機会となります。また入浴は搔き傷や湿疹等の全身チェックの機会もあります。

今夏は乳房の下や腹部の襞など皮膚の接觸する部分に発赤を見ることが何回ありました。秋～冬にかけては、ドライスキン（乾燥肌）に注意が必要です。

介護職員・医師と多職種で連携し、入居者様のスキンケアに努め、美容の秋のサポートをしたいと思います。

（医務看護室 田中百合子）

ここにちは、栄養課です！

今年も、厨房さん

にご協力いただき、夏祭りで、各フロ

アーカーからの希望に基

づき、さまざまな「お祭りメ

ニュー」を提供させていただきました。

1階・7階合同 メインにカレーライ

ス。射的やサッカーゲームで楽しみま

した。



5階 手まり寿司や焼きそばなど



6階 焼きそばやたこやきなどの屋台メニュー



4階 焼きそばやたこやきなど。人形釣りゲームで楽しみました。



2階 焼きそばやたこやきなどの屋台メニュー。食事の後はスイカ割りをしました。



8月16日 大文字送り火



その他にこんな献立も提供しました。

間食 メニューハード「したたり」、夕食 メニューハード「松の緑」
一保堂・煎茶「松の緑」

夕食 メニューハード「姫鯛の山椒焼き、煮物（茄子・オクラ）、胡瓜と鱈の梅肉かけ、ぶどう缶、清汁

間食には、祇園祭の菊水鉢で有名な「不老長寿」の言い伝えがある老舗の水菓子を香り豊かな緑茶と共にいただきました。上品な甘さにみなさんに満足していただけたかと思ひます。夕食のお弁当は、「ゆかり」で「大」の字を描き、趣向を凝らしました。また、季節の食材「鱈」や「オクラ」を使い、旬を味わっていただきました。

今後も、食事だけではなく季節のお菓子も味わっていただけるよう企画していきたいと思っております。

（管理栄養士 中村智子）

美容の秋

「ビューティーヘルパー紹介」

心が豊かになれば笑顔が生まれます。笑顔のあるところには安らぎが生まれます。私たちは、いくつになつても心豊かな日々を送っています。手伝いをします。

毎月2回（第一、第三火曜日）専門の理・美容師さんによるシャンプー、カット、毛染め、パーマ、顔剃りなどの理容・美容のサービスを通じて、やさしい心のこもったサービスを目指しています。美容室と同じ感覚でご利用ください。



丸刈り	1,500円~
カット・ブロー	1,700円~
カラー・カット・ブロー	3,700円~
パーク・洗髪・ブロー	3,700円~
顔剃り(女性)、髭剃り(男性)	1,500円~

*寝たまま(頭を起こせない)の方でもご利用になります。

芸術の秋

「音楽ボランティア」

不定期開催ではありますが、音楽を中心としたボランティアの方々に来ていただいています。入居者の中には歌が大好きの方がたくさんおられ、皆さんそれぞれの楽しみ方で参加されています。



邦楽コンサート



尺八演奏会

大正琴コンサート

イベントホールだけでなく、各フロアでも演奏していただけました。



筑前琵琶演奏会



佛前琵琶演奏会

タペストリー作品紹介

ご存知でしょうか？施設1階の北側玄関を入れた壁面に、手作りのタペストリーが飾られています。これは、近隣にお住まいの西村美智子さんの作品です。春の小川、夏の朝顔、秋の草原；と四季を綴った色彩あざやかな作品を、季節ごとに交換してくださっています。みなさま来設の折にぜひご覧ください。



朝顔

「秋」といえば何を思い浮かべられますでしょうか？今号の特集は、憩いの郷のさまざまな「秋」をお届けいたします。



東日本大震災被災地へ

職員を派遣

介護職員の中村泰雅（6階ユニットリーダー）と山田隼平（7階ユニットリーダー）と井ノ口武史（5階ユニットリーダー）と松原秀樹（生活相談リーダー）が、京都市老人福祉施設協議会を通じ、東日本大震災被災地での、支援ボランティアに参加しました。

4名は宮城県歌津市にある介護老人保健施設「歌津つつじ苑」で10日間の介護支援活動を行いました。

リーダー達からの報告です。

中村 派遣を終えて、まず一番に思つた事は、自分達はとても良い環境の中で仕事をさせてもらつてゐる、という事です。被災地の状況をテレビや新聞の報道で見てはいたものの、実際に自身の目で見ると凄まじいという言葉では足りないような状況で、5ヶ月経つた今でもいたるところに瓦礫の山があり、普通の生活もままならないような状態でした。派遣先の職員も多くの方が仮設住宅や避難所から通勤しておられました。職員やご家族様、またご利用者様から震災についての話を聞く機会を頂き、目には見えない心の傷のケアの重要性も痛感させられました。

今回、自施設も余剰人員がいるわけで無い中で、また10日間という長い期間

ユニットを見てくれたスタッフにとても感謝しています。今後は実際に被災地の状況を見てきた者として、被災地の現状や、復興へ何が必要なのかを伝えていきたいと思います。

職員の方へ利用者の方への言葉かけにはとても気を使いました。軽い気持ちで派遣に同意した自分を恥じ、心構えの甘さを痛感しました。

井口 半年経つた今、被災地は津波で流された町に草が生え、一面草原のような場所があつた。一見、ここに町があつたとは思えない光景だった。いたる所に瓦礫の山があり、数多くのボランティアが活動していた。

お世話になる施設に入ると、職員の方々の元気な姿を見かけ、ここは本当に被災地なのかと思う程笑顔が多く笑いが飛び交っていた。ある職員がボランティアに言つた一言でその意味がわかつた気がする。

「家もやられて、ばあちゃん、母ちゃんもやられた。泣いて済むならいくらでも

泣くけど、泣いても仕方ない事。辛いのはみんな同じ。自分達が頑張らねば。」自施設も同じような状況になるかもわからないと思った。

時、今回の経験を無駄にせず、活用出来る様に常に頭に入れておかなければならないと思つた。

そして、東北の方の前向きな姿勢とパワーはすごいなどと心から痛感しました。



右から2人目:中村リーダー



9月9日から18日まで派遣
右から井ノ口リーダー、松原リーダー 8月12日から21日まで派遣
中村リーダーと右・山田リーダー

右から2人目：中村リーダー

寄贈いたしました

写真のプレートを牡丹鉢町内の方にご寄贈いたきました。施設のアプローチのショーケースに飾らせています。その他のご寄付 朱常商店様：

バナナ3ケース ご寄付をいただき、ありがとうございました。





東日本大震災から半年以上がた
うました。普通の暮らしができる
ことに感謝の気持ちを忘れず過ご
していきたいです。

編集後記

今号の表紙は、今年度100歳を迎えたお二人と、100歳以上の入店者様にご登場いただきました。

この方からも共通して感じるのは、常に謙虚で感謝の気持ちを持つて、らつしやること。

施設のご案内



京都駅方面より…市バス 206 系統
四条河原町方面より…
市バス 46・59・201 系統
「千本上立売」または
「千本今出川」バス停下車徒歩 3 分

〈お問合せはこちらまで〉
〒602-8476 京都市上京区桐木町885-1
TEL 075-431-1513
FAX 075-431-1514
E-mail:kenyukai@basil.ocn.ne.jp