

インクルージョン

平成27年
新春号

あけまして
おめでとうございます

インクルージョン
「INCLUSION」＝「包み込む」
という意味の言葉です。

もともとはみんな一つであり、すべてを受け入れ包み込み、
その中で、それぞれの個性を尊重し、支援しあって生活していく、
それが普通であるという意味があります。

社会福祉法人 伊万里敬愛会

- 特別養護老人ホーム 敬愛園
 - ショートステイサービス 敬愛園
 - デイサービスセンター 敬愛園Ⅰ・Ⅱ
 - ホームヘルプサービス 敬愛園
 - 居宅介護支援事業所 敬愛園
 - 在宅介護支援センター 敬愛園
- 佐賀県伊万里市黒川町大黒川2201番地 TEL 0955-27-2101 FAX 0955-27-2088

■グループホーム 椎の木の家
佐賀県伊万里市黒川町小黒川145番地1 TEL 0955-27-0113 FAX 0955-27-0113

◆ホームページアドレス <http://imari-keiaikai.com>

※「インクルージョン」は、上記ホームページでも閲覧することができます。

新年のごあいさつ



社会福祉法人 伊万里敬愛会

理事長 小島 直樹



新年明けましておめでとうございませう。

平成二十七年の年頭にあたり一言ご挨拶申し上げます。

平素は、特別養護老人ホームを始め敬愛園の各種サービスを御利用いただき誠にありがとうございます。

お陰様で開設二十三年目を迎えることになりました。これもひとえに皆様の御支援の賜物と心より感謝申し上げます。

今年も皆様に良いお知らせがあります。昨年の秋から建設を開始した特養の浴室と調理室が四月頃には完成の予定です。今までより広くゆつくりと気持ち良く入浴していただけます。調理室も広く作業がしやすくなりましたので、より美味しい食事を提供できるものと思います。完成まで今しばらくお待ち下さい。

また、今年四月は三年に一度の介護保険の改定です。今回は施設にとっても厳しい内容が予想されます。しかし私達は敬愛園の「ご利用者一人ひとりの安心・安全(笑顔)をめざして」をモットーに、厳しい環境ですが、齊藤施設長のもと職員一同一生懸命頑張る所存です。

本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。

平成二十七年 元旦



特別養護老人ホーム

最高齢者

103歳

浦田ナミヨ様
 (明治44年12月15日生)



おめでとうございます

新規入所者



井手 睦美様

豊田 ツル様

田中 暲様



松永クイ子様

松本 勝様

松尾トミコ様

ドライブへ

足湯



黒山くんち



紅葉見学

お誕生日 おめでとうございます

10月



井本 末枝様



池田 初子様



下向 和志様



土井喜佐子様



木戸タミエ様



前田 行子様

11月



山口 稔様



森戸ミツ子様



岩野サヨ子様



田中マツエ様



中島 邦子様



井手 睦美様

12月



松本 勝様



岸本スズヨ様



市丸カズヨ様

クリスマス会



イルミネーション



見事な
イルミネーションを
バックに
ハイポーズ!

看護

便秘のメカニズム

◆便秘とは？◆◆◆◆◆

便秘とは、便が腸にとどまり思うように出てこない状態のことをいいます。

高齢者は運動不足や水分・食事の摂取量の低下、腸管の狭窄、腸管機能の低下、腹圧の消失、精神的ストレスなど、さまざまな要因から慢性的な便秘になりがちです。

また、パーキンソン病などの神経系精神疾患、糖尿病などの代謝・内分泌疾患からも便秘となり、疾患の治療に服用されている薬の副作用によっても便秘がおこる可能性があります。なお正常な排便は、バナナ状で一日の量が200g、一日に1〜3回以下で週に3回以上といわれています。

便秘にならないためには、日頃から食物繊維が多く含まれる食事を摂り、適度な運動をし、腸の動きを活発にします。基本的には規則正しい生活をするのが一番です。

◆例えば◆◆◆◆◆

ごぼう・キャベツ・さつまいも・バナナ・ヨーグルト…

などです。



厨房

冬が旬の小松菜料理はいかがですか！

カルシウム・鉄分が豊富な緑黄色野菜です。寒さに強く、糖に当たると甘味が増します。小松菜は緑黄色野菜の代表格で、不足しがちなカルシウム・食物繊維が多く、抗酸化作用のあるβカロチン、ビタミンCを多く含み、鉄分も多いので貧血の予防にも役立ちます。

※おひたし、和え物、炒め物など、和・洋・中、どんな料理にも合いますよ。

★ 小松菜入り焼きそば ★



作り方

- ①小松菜は4cmの長さに切り、葉と軸に分け、ゆで竹の子を5cmの長さに薄切りにします。
- ②牛肉は一口大に切りAを順にもみ込み、Bを合わせます。
- ③フライパンに油を大さじ1/2(分量外)を熱し、牛肉を炒めて色が変わったらい取り出します。
- ④続けて、油大さじ1/2を足し小松菜の軸、ゆで竹の子、めん、小松菜の順に加えて炒め、肉を戻し入れ、Bを加えて全体を混ぜ、塩、こしょうで味を調えます。

材料:2人分

(1人分 551kcal)

- 小松菜 250g
- 牛もも肉 100g
- 酒 小さじ1
- しょうゆ 小さじ1/2
- 片栗粉 小さじ1
- ゆで竹の子 60g
- オイスターソース 大さじ1・1/2
- しょうゆ 大さじ1/2
- 焼きそば用めん 340g
- 塩・こしょう 各少々



居宅介護支援事業所 & 在宅介護支援センター

介護教室を行っております

最近では黒川町の福祉活動員さんがサロンを開かれている地区におじゃまして、開催させていただきました。

内容は、認知症のお話や認知症の予防の話の後、簡単な脳のトレーニングをしています。「むすかしか〜」「こりゃ、よ

かトレーニングはい」などの声があがり、最後は全員で大笑いして終わることが出来ました。

とても和やかな雰囲気になりました。もうれしく思いました。

これからもお集りの場所へ出張いたしますので、お声をかけて下さい。

本年もどうぞよろしくお願ひ致します。

● 居宅介護支援事業所

☎27・2135

● 在宅介護支援センター

☎27・2255

*** 脳トレの1つ ***

「昨日の食事を思い出しましょう」

	料理(食材名)
朝ごはん	
昼ごはん	
夜ごはん	

ホームヘルプサービス

私達が出来る「お手伝い」を紹介します。

● 家事では、みそ汁や煮物等のおかず作りや食材・日用品等の買い物をしています。他に、居室の掃除や洗濯等も行っています。

● 身体では、髪や体を洗ったり、安心して入浴出来るよう見守りを行っています。

他にトイレの付き添いやオムツの交換等もお手伝いさせていただきます。

※利用者様から「足腰が痛くて重い物に行けないから助かる」「足が悪くて一人で風呂に入れないから来てくれて助かる」等の言葉を頂いています。

皆様からのご連絡をお待ちしております。
今年もよろしくお願ひ致します。



K 敬愛園 ピンクのステッカー車



デイサービス

敬愛園 デイサービスの活動内容



カラオケ



目標は
テレビ画面を
見ずに
歌う事です!



風船バレー



曜日対抗戦で、
火曜日の皆さんが
見事370回で優勝です!

おしくも第2位は、
水曜日と土曜日の235回でした。
手が出る、足が出る…。
家じゃ動かんとお〜!

焼物

陶芸 小屋 風景

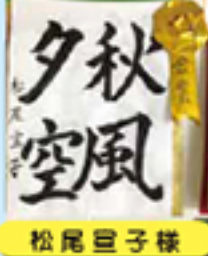


めりえ

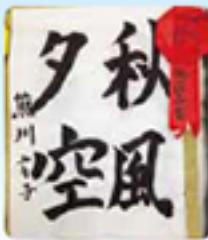


とてもステキな
風景に
なりました!

習字クラブ

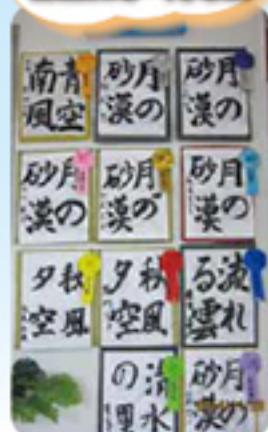


松尾 巨子様



熊川 幸子様

敬愛園審査員に
よる厳選なる
審査により決定!!



俳句

道端の小さな草も
身を守り
花実をつける
子孫の為に

森戸ツル

デイサービスで
給食食べて
エビス頬

小杉マツ子

秋の夜は孫の写真を
あきもせず
眺めて少し
やさしくなりぬ

松尾和枝

米寿の誕生日迎え
あとは自寿の坂を
気力優心

大久保悟

近くにお散歩に行きました。



お持ち帰りか〜

お誕生日、おめでとございます。



祝米寿

88歳

長野シズ子様

大正15年11月9日



ますますお元気で

95歳

平野チノノ様

大正8年10月11日



9月 23日

彼岸参り・おはぎ作り

真剣にお参りました。



おはぎ、おいしか〜



おはぎとお花をお供えました。



きなこのおはぎ！
中にアンコが入ってます。



おはぎ
上手にできました。



櫛を上手に
生けて頂きました！

ネギの皮はぎ中です！



お味噌汁に入れて頂きました。

10月 16日

黒川くんち くんち料理も食べましたよ〜！



可愛いかね〜！



車庫の前で皆でバシャリ！

今年もご神幸が見れてほんとに良かった♡



11月 16日

黒川町ふるさと祭り



ふるさと祭りに出かけました。
小春日和で気持ち良かったです。



ニコリ 良い笑顔！！



ご近所の方たちにも
会えて笑顔がこぼれます。

ご利用者様・職員一同より感謝を込めて!!

ボランティアいつも ありがとうございます。



- ◆美容マッサージ(田中様)
- ◆岸田義守様
- ◆田代一茂様
- ◆ふれあい泉の会様
- ◆牧島保育園様
- ◆福德会様
- ◆ザ・レインボー様
- ◆伊万里人権擁護委員協議会様
- ◆伊万里美容組合様
- ◆梶原理容店様



♥田代一茂様



♥ふれあい泉の会様



♥牧島保育園様



♥福德会様



♥ザ・レインボー様

明けましておめでとございます。
本年もどうぞよろしく
お願いいたします。
昨年は天災に見舞われた
年でした。
ことは皆様様が平和で
穏やかに
過ごせます様お祈りいたします。

編集部



編集後記

今後の行事予定

	特養	デイサービス	曜の本の夜
1月	新年祝賀会 もぐり打ち 初詣	新年祝賀会 初詣ドライブ お茶会	新年会 初詣 もぐり打ち
2月	節分 観梅ドライブ バレンタインデー	節分 観梅ドライブ お茶会	節分 梅の花見
3月	ひな祭り ぼたもち作り 彼岸ドライブ 消防訓練	ひな祭り お茶会	ひな祭り 彼岸参り 桜の花見 消防訓練