

ともに生きる

2006年

No.39

8月号

8月1日発行

笑顔が集った七夕会!

特別養護老人ホーム

グループごとに七夕会を行いました。歌を唄って、手づくりケーキも召し上がられ、和やかなひとときを過ごしていただきました。短冊には、ご家族の健康や幸せを願って書かれる方も多くおられました。梅雨の晴れ間に、皆さまの願いが天の川にきつと届いたこと104歳の方の短冊です。心強いですね。とでしょう。

世界最長寿を目指します!



山根町デイサービスセンター

職員が織姫と彦星に扮し、七夕の由来をお話し、大盛り上がりでした。また、七夕の歌の手話を皆さんに挑戦していただきました。

ステキですね。会えるといいですね。

氷川きよしに会いたい



養護老人ホーム

7月6日の七夕会では、クイズ大会も行い、とても賑やかなものとなりました。ひと際大きな笹をたくさんの飾りが彩りました。

とてもありがたい
お願い事です。ね。
心があたたまります。

歩けるようになって
また皆さんの
役に立ちたい

★ 願いを込めて
みんなの七夕風景



金屋町デイサービスセンター



ご利用者様には七夕飾りもたくさん作っていただきました。皆様の短冊に願い事を一生懸命書かれる姿が印象的でした。今年はどんな願いが叶うのでしょうか。

《 も く じ 》

P1

芋の苗植え
ワンポイント介護

P2

職員親睦会
手話講座 第9回

P3

作ってみよう簡単料理
決算報告

P4

こんなこともあったんよ 第10回
花火大会



思い出話の花が咲いた

芋の苗植え

養護、デイサービス合同でさつま芋の苗を植えました。皆さまとても手際が良く「逆に植えたら花が咲いてしまうんよ」、「昔は芋をたくさん食べたねえ」など昔を思い出されながら、約50本もの苗をあっという間に植えられました。

秋にはきっと大きなさつま芋が出来ることでしょう。早く大きくなあれ!!



ワンポイント介護

身体保清～清拭～

今回は、体調不良などのため入浴が出来ない方への身体清拭のしかたについてご紹介します。

身体清拭は、保清だけでなく、皮膚を摩擦することにより「マッサージ効果」をもたらし、筋肉に刺激を与え運動不足による筋肉の衰えを防ぐ効果があります。

●湯の温度は49～50℃に調整：蒸しタオルをあてる時は、自分の腕の内側で温度を確認します。

●拭く順番は、顔→耳→上肢→首→胸部→腹部→下肢→足→背部→臀部→陰部が一般的なやり方です。

上肢のふき方

綿毛布をぬらさないためバスタオルを上肢の下に敷く

①指先や指の間を一つ一つていねいにふく

②手首から肩の方へふく

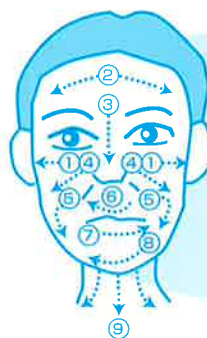
③肘関節部から肩の方へふく

(注) ②は手関節、③は肘関節を片方の手で支えながら行う

下肢のふき方

①指先、指の間をていねいにふく
②足首から膝関節へふく
③膝関節から大腿部へふく

(注) ②は足関節、③は膝関節を片方の手で支えながら行う。

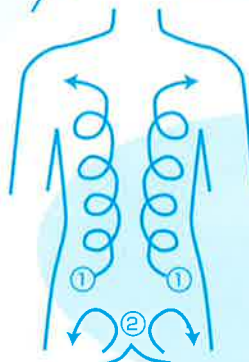
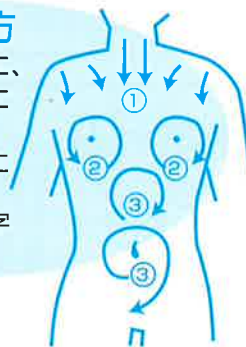


顔のふき方

- ①眼の下を眼頭から目尻へ
- ②額を中心から外側へ
- ③眉間から鼻の方へ
- ④鼻の周囲から頬へ
- ⑤
- ⑥口の周囲を矢印の方向へ
- ⑦
- ⑧頸部は左右へ
- ⑨頸部は頸下から胸へ

胸部と腹部のふき方

- ①頸から胸部にかけ縦に、また鎖骨に沿って斜めにふく
- ②乳房のまわりを輪状にふく
- ③腹部は丸く「の」の字にふく



背部と殿部のふき方

- ①背部は殿部から肩へ矢印のようにふく
- ②殿部は外側へ丸くふく

(注) 背部は冷感の最も感じやすい部位なので熱めの湯ですばやくふく

☆ご本人ができる所はご自分でしていただくように促すことも大切です!

職員親睦会



寿老園では、年に2回、職員親睦会を企画・開催しています。これまでは、ソフトバレーボール大会、ボウリング大会、野球観戦などを行ってきました。今年は、東区スポーツセンターの野外グラウンドにてドッジボール大会を開催しました。今回は上位3チームには景品が出るということで、職員の目つきも真剣でかなりの盛り上がりを見せていました。



手話講座

第9回
大好評

●かぜをひいたみたい…●

(1)「今」

手のひらを下向きにして、体の前に水平におき少し下に下げる。「今日」も同じ手話になる。



(2)「風邪」

右手でこぶしを作り、口元に持って行ってゴホゴホと咳をするしぐさをする。



(3)「～みたい」

両手の親指と小指を立てて小指をくっつけたり離れたりする。「似ている」と同じ手話になる。



この会話の手話ポイント

断定できないことを表現する時、文末に「みたい」の手話をつけて表します。

●病院に行って、見てもらわないと…●

(1)「脈」

右手の指をそろえて手のひらを上向きにした左手首につける。脈を調べるしぐさをする。



(2)「建物」

両手を向かい合わせて上に上げてからくっつける。建物の四角い形をつくる。(1)+(2)で「病院」を表す手話になる。



(3)「行く」

人差し指を伸ばして下向きにし、上に向けながら前へ出す。



(4)「必要」

両手首を折り曲げて、指先を体のほうに向け、体に垂直に立てる。





作ってみよう簡単料理

かぼちゃのゴマまぶし

～体にしっかりビタミンを～

夏バテの予防にもピッタリです



【材料】

かぼちゃ
(皮と種を除
いて250g)、
サラダ油、
ごま油、酒、
だし、塩、
いりごま

【作り方】2人分

1. かぼちゃはサイコロなど一口大の食べやすい大きさに切る
2. ごまは炒って半ずりにする(市販のすりごまでもよい)
3. 鍋にサラダ油とゴマ油を入れかぼちゃをサッと炒め、だしスープを入れ火が通るまで煮る(塩、さとうなど好みの味で下味をつけておきます)
4. 3のかぼちゃに炒ったすりごまを加えまぶします

【お料理メモ】

かぼちゃはβ-カロチンいっぱい、夏の食卓に黄色い彩りを加えてくれます。食物繊維も多く腸の働きを助けビタミンが豊富なので口内炎などの時に食べると効果があるといわれています。

体を温める食材といわれていますので、他の夏野菜とのバランスがとれます。かぼちゃのスープなどもお試しください。

決算報告書

事業活動収支計算書

平成17年4月1日～平成18年3月31日 (単位:千円)

貸借対照表

平成18年3月31日現在

(単位:千円)

勘定科目		決算額
事業活動収支の部	収入	
	介護福祉施設介護料収入	498,925
	居宅介護料収入	299,037
	居宅介護支援介護料収入	11,188
	利用者等利用料収入	737
	その他の事業収入	190,275
	国庫補助金等特別積立金取崩額	△ 16,572
	事業活動収入計①	983,592
	支出	
	人件費支出	621,726
事業活動外収支の部	経費(直接介護支出)	137,049
	経費(一般管理支出)	74,748
	減価償却費	77,042
	徴収不能額	0
	引当金繰入	24,342
	事業活動支出計②	934,909
	経常活動資金収支差額③①-②	48,682
	収入	
	借入金利息補助金収入	302
	受取利息配当金収入	9
特別収支の部	有価証券売却益	0
	寄付金収入	13,743
	雑収入	9,465
	事業活動外収入計④	23,521
	支出	
	借入金利息	3,439
	有価証券売却損	0
	有価証券評価損	0
	雑損失	3,399
	事業活動外支出計⑤	6,838
繰越活動収支差額の部	事業活動外収支差額⑥④-⑤	16,683
	経常収支差額⑦③+⑥	65,365
	収入	
	施設整備等補助金収入	3,850
	施設整備等寄附金収入	0
	固定資産受贈額	0
	固定資産売却益	0
	国庫補助金等特別積立金取崩額	0
	他会計区分繰入金収入	82,167
	会計区分外繰入金収入	10,989
繰越活動収支差額の部	その他の特別収入	168
	特別収入計⑧	97,175
	支出	
	基本金組入額	0
	国庫補助金等特別積立金繰入額	1,537
	固定資産除売却損	420
	他会計区分繰入金支出	20,000
	会計区分外繰入金支出	74,241
	その他の特別損失	0
	特別支出計⑨	96,199
繰越活動収支差額の部	特別収支差額⑩⑧-⑨	976
	当期活動収支差額⑪⑦+⑩	66,342
	前期繰越活動収支差額⑫	643,258
	当期末繰越活動収支差額	709,600
	基本金取崩額⑬	0
	基本金組入額⑭	0
	その他の積立金取崩額⑮	0
	その他の積立金繰入額⑯	62,930
	次期繰越活動収支差額⑰⑬+⑭+⑮+⑯	646,670

借方		貸方	
流動資産	678,852	流動負債	76,157
	現金預金		短期運営資金借入金
	514,786		0
	有価証券		未払金
	0		69,863
	未収金		預り金
	159,783		4,288
	貯蔵品		前受金
	0		0
	立替金		他会計区分借入金
固定資産	2,061		0
	前払金		会計区分外借入金
	1,206		0
	他会計区分貸付金		仮受金
	0		2,005
	会計区分外貸付金		0
	0		その他の流動負債
	仮払金		0
	1,014		固定負債
	0		277,652
その他の流動資産	0		設備資金借入金
	0		240,720
	固定資産		長期運営資金借入金
	1,457,637		0
	基本財産		長期預り金
	1,269,365		0
	土地		退職給与引当金
	93,193		16,037
	建物		賞与引当金
	1,176,172		20,895
その他の固定資産	0		その他の固定負債
	基本財産特定預金		0
	0		負債の部合計
	土地		353,809
	0		基本金
	建物		523,902
	0		国庫補助金等特別積立金
	構築物		465,855
	11,825		その他の積立金
	機械及び装置		146,251
その他の固定資産	0		措置施設等特別積立金
	0		32,889
	車両運搬具		人件費等積立金
	14,180		60,000
	器具及び備品		減価償却積立金
	40,037		53,361
	建物仮勘定		次期繰越活動収支差額
	0		646,670
	権利		次期繰越活動収支差額
	300		643,258
その他の固定資産	投資有価証券		(うち当期活動収支差額)
	0		3,412
	移行時特別積立預金		純資産の部合計
	32,889		1,782,679
	移行時減価償却特別積立預金		負債及び純資産の部合計
	0		2,136,489
	互助会退職金預け金		
	16,037		
	その他の固定資産		
	73,000		
資産の部合計		負債及び純資産の部合計	
2,136,489		2,136,489	



こんなこともあったんよ!!

第10回

今回は盆踊り大会の思い出をお話していただきました。



左) 京田 邦江様 右) 東垣 ハルミ様

東垣 あの頃も賑やかだったよね。お年寄りさんにも協力してもらって、大きなやぐらを立てて。皆総出でね。近所の子どもも早くから集まって待ちよったよね。

京田 やぐらの上で民謡クラブのお年寄りが3人、三味線を弾いて、太鼓を叩く人もあったし。そうそう! 東垣さんが唄いよったじゃない。

東垣 そうよ、生演奏で生唄で盆踊りしよったんよ。そりゃあ大盛況でね、お年寄りさんもよく活躍してくれたし。

京田 いつも一番先に考えついて段取りか

ら稽古から仕切るのが東垣さんよ。

東垣 “楽しかったー”と皆が喜んでくれるのが何より嬉しくてね。私らはそればかりを考えて毎日過ごしたよね。いろんなことをしたね。

京&東 二人は戦友じゃね(笑)。

☆思い出話をされるお二人は、とても生き生きと楽しそうでした。当時のご活躍される姿が目につかぶようでした。



—編集者より

花火を見る夕べ

寿老園から見る夜景は最高です。そして、「広島みなと夢花火大会」の日には花火が上がるのも見えます。花火を鑑賞しながらの夕涼みが、毎年の恒例行事となっています。今年も7月22日の花火大会の日は晴天に恵まれ、美しい夜景の上に浮かび上がる花火を見ながら、皆さま和やかなひとときを過ごされました。



健康豆知識

今回は夏には特に気を付けたい症状について
ご説明致します。

脱水症とは

発熱や外気の上昇により発汗し、体内の水分が減少している状態のことを言います。

熱中症とは

高温に長時間さらされたり、暑い環境下での運動によって体温が上昇する状態で、ひどい時は意識障害を起こしたり、時には死に至ることもあります。

■これらの症状を防ぐ一番効果的な方法は…

一般的に成人の場合、一日に1500cc以上の水分が必要とされています。特に今の暑い時期はかなりの水分が必要なため、こまめな水分補給を行ってください。汗と同時に体内のミネラルや塩分も失われるため、時にはスポーツドリンクや水と同時に塩をひとつまみ程度の摂取をお勧めします。ただしスポーツドリンクの摂り過ぎは過度のカロリー摂取や下痢を伴うことがあるため、水で2倍に薄めるなどして工夫してください（**まだまだ暑い日が続きますが、こまめに水分を補給し今年の夏を乗り切りましょう。**）



梅雨末期の雨が続いています。寿老園で植えたさつま芋の苗も、たっぷり水の恵みをいただいて元気に育っています。野菜作りは昔とった杵柄でも、近年、土に触れることのない方も多かったはず。久々に土に触った感覚に感動された方も多かったことでしょう。食べ物がどのようにできているかを知ると、食べ物大切さが分かりますね。夏の暑い日を浴びて、秋の大きな実りを楽しみにしたいものです。



●寿老園老人ホーム

〒732-0048 広島市東区山根町38-23
TEL (082) 263-3841 FAX (082) 263-3849

交通アクセス

JR 鉄道	広島駅（新幹線口）下車徒歩20分
郊外線バス	広島駅下車徒歩25分
市内電車	広島駅下車徒歩25分
市内バス	

広電府中線新幹線北口バス停下車徒歩20分
広電戸坂東浄線新幹線北口バス停下車徒歩20分
広島バス寺分線新幹線北口バス停下車徒歩20分

●寿老園金屋町デイサービスセンター

〒732-0825 広島市南区金屋町4-17
TEL (082) 568-2200 FAX (082) 568-2066

交通アクセス

徒歩	広島駅（南口）より徒歩10分
市内電車	稲荷町下車徒歩2分
市内バス	稲荷町下車徒歩3分

寿老園のホームページアドレスは

<http://www7.ocn.ne.jp/~jurouen>です。

※「」の入力方法は **shift + へ** を押さえてください。

寿老園のメールアドレスは

jurou-en@giga.ocn.ne.jpです。