



あやべ松寿苑

令和3年に

思うこととは!



養護

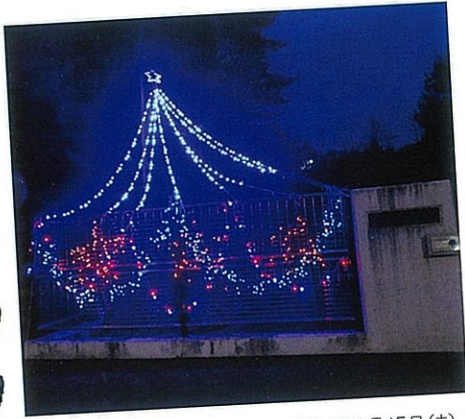
- * コロナ、コロナで明け暮れた一年だった。早く平穏な日常に戻ってほしい。
- * 皇室を出られた真子さんのことが印象に残る。
- * 今年は多くの仲間(7名)が亡くなられ淋しくなった一年でした。
- * 養護に入らせてもらって2年経った、と思えない。一年が早く経つ。
- * 夏に催してもらったそつめん流しが、子供の頃から経験したことがなく、テレビで観るくらいだったので、とても楽しく、思い出に残る。
- * 職員さんや皆さんに良くしてもらい、1年頑張れた。また来年も頑張ろう、と思う。

特養

- * 自分では努力したが、よく揉めて皆が仲良く暮らすいうことができず、悔いの残る1年だった。
- * コロナが一番。
- * 大谷翔平選手の活躍が印象に残っている。
- * 運動会と100歳の表彰状を貰ったこと。
- * 松寿苑にお世話になって生活がガラッと変わったこと。お友達も出来て毎日楽しいですよ。

フォト&スクラップ

イルミネーション12年目



(点灯期間) 令和3年12月4日(土)~令和4年1月15日(土)
 (点灯時間) 17:00~22:00
 (場所) あやバス「松寿苑下/バス停」付近

ぜひ通りがかりに見て下さい

第2特養

- * コロナ、コロナで何処にも行かれへんかったこと。
- * ほーっとして、暮らしてるとなまあるようで、ないなあ。
- * 平穩に暮らせることの幸せがじつじつと感した一年やった。
- * わかに言われても、わからんなあ。
- * ここやかいと比べると、ここ(松寿苑)みんなにお世話になったこと。
- * まともにこけたこと。痛かったー。
- * パーリンピックでものすごく力をもらった。教えられる事がたくさんあった。感謝しました。
- * 松寿苑に入所したこと。
- * コロナで家族に会えなかったこと。
- * コロナで面会も外出も出来なかったこと。アスパに焼きそばを食へに行きたかった。

ケアハウスウォーターヒルズ松寿

- * ケアハウスに来て、美味しいものを食べさせてもらえて良かったです。
- * ここで幸せに暮らせていることが何よりです。
- * ここで生活できることに感謝しています。
- * 二人目のひ孫が生まれたが、コロナウイルスで面会が叶わず、寂しい思いをしています。
- * 好きになつた。
- * ここに(松寿苑)あつたら、何もわからへんわ。
- * 眞子様と小室さんの結婚。幸せになって欲しいです。
- * 思い出に残つてると、ないなあ。こめんね。
- * 散髪してもらって、毛が無くなったことが思い出。

フォト&スクラップ

令和3年12月 やすらぎ通り



▲ 今月の掲示物 (綾部ティサービスセンター)



* 阪神タイガースが優勝すると思ってい
ましたが、2位に終わり悔しかった
です。

* コロナウイルスで、思うように外出
が出来なかつたので残念な年でした。

* コロナで始まりコロナで終わるとい
う年で、仕方がないとはいえず、何か
につけて制約があり不便な一年で
した。

ケアハウスのやま

* 他の施設からここへ入って、緑に囲
まれてとても静かな所で暮らさせて
もらっていることに感謝しています。
職員さんも良い方々で嬉しいです。

* コロナで「制限、制限」でどこにも
行けず辛かった。

* コロナで娘に会えなかった。さみし

い

* この間、久しぶりに妹に出会えたこ
とが良かった。兄貴に出会いに来て
くれたことがとても有難かった。

* 東京オリンピックが1年延びて開催
されたこと。

* コロナの影響で娘になかなか会えん
かつたけど、宣言が解除されて久し
ぶりに会えたことが嬉しかったです。

* 皆で百人一首ができたこと。
* 庭でえんどう豆を育てたこと。

グループホームたのやま

* ただ面白かった。

* 一年健康で過ごせただけでよかった。
* お雑さんとここで一人一人撮っても
つた。

* 法被を着て福知山音頭踊った。

「初物」

トピックス



秋に種を蒔いたカブが
収穫できるようになりました。今は皆でワイワイ
と楽しく調理をすることができませんが、初物の
千枚漬けを味わっていただきました。



「くるみボタン作り」

トピックス

新型コロナウイルスで
外出や面会が規制され、
皆さんのストレス発散・
リフレッシュを考えて、
くるみボタン作りを行いました。

くるみボタンは、直径
4センチくらいの円形の
金属にお気に入りの布を
かぶせて、もう一方の円
形の金型をはめ込んで作
ります。缶バッジの作り
方とよく似ています。

当日はデイサービスの
ご利用者が多い日で、参
加者は4名と少なかったの
ですが、初めてのくるみボ
タンに戸惑いながらも次第
に慣れてきて、「この生地
の柄が好きだなあ」「私
はこれにするわ」「出来
た!」「うまきはまった
!」と歓声が上がります。
一人で2~3個のボタン
を作り、安全ピンでバッ
ジにして服に付けたり、
紐を通してカバンに付け
たりされて楽しいひと時
を過ごされました。そ
の日の夕方には、ボタン
作りの話を聞いたり、付
けている



のを見た人たちが、「今
度はいつしてくれるんや
ろ?」「今度は参加した
いわ」と口々に話されて
いました。

「ペットボトルボーリング大会」

トピックス

11月の誕生日会で、ベ
ットボトルボーリング大
会を行いました。コロナ
禍で中々みなさんでにぎ
やかに過ごすことがで
きませんでした。久しぶ
りの楽しいレクリエー
ションに大盛り上がりで
した。「全部倒れるカー
?」「真ん中だけ倒れて
してもた!」「難しいわ
あ」と言われていました
が、みなさんの投げる
ボールはとても力強いも
のでした。優勝は11月
生まれの方でした。そ
の後は出来立ての回転
焼きをおいしく頂き、
楽しい誕生会になりました。



「焼き芋」

トピックス



肌寒くなってきた10
月末、グループホーム
たのやまでは焼き芋
パーティーをしました。
ご利用者と一緒
に火おこし、芋の
下準備を行い、ま
だかまだかと話
しながら待つ時
間に心も温まり
ます。できあが
った焼き芋も大
好評で秋らしい
思い出になり
ました。

高齢者福祉に関する
問題でお悩みの方
お気軽にご相談下
さい

綾部デイサービスセンター

発行所
綾部市田野町田野山2-169
第2松寿苑内
あんしん介護の窓口
TEL 42-0130
FAX 42-1610
令和3年12月15日発行

ワンポイント 介護

ヒートショックにご注意を！

入浴中の事故は、持病がない場合、前兆がない場合でも発生するおそれがあります。

高齢者の方本人が注意するとともに、家族の方など周りの方も一緒になって事故防止を行うことが大切です。

入浴中の事故を防止するために、特に以下の点について確認しておきましょう。

- (1) 入浴前に脱衣所や浴室を暖めましょう。
- (2) 湯温は41度以下、湯につかる時間は、10分までを目安にしましょう。
- (3) 浴槽から急に立ち上がらないようにしましょう。
- (4) 食後すぐの入浴、またアルコールが抜けていない状態の入浴は控えましょう。
- (5) 精神安定剤、睡眠薬などの服用後の入浴は危険ですので注意しましょう。
- (6) 入浴する前に同居者に一声掛けて、見回ってもらいましょう。

参考資料：消費者庁「冬季に多発する高齢者の入浴中の事故に御注意ください！」



今年ももうすぐ終わりですね



毎年「1年が早いなあ」と言っていますが、あっという間に今年も12月になりました。12月の行事は、まず何といてもクリスマス。デイサービスでもクリスマスツリーを飾りました。大きなツリーと

卓上のミニツリーです。皆様で飾りつけを行い、クリスマスの準備を行いました。

また、デイサービスでは3時のおやつをお出ししていますが、クリスマス週間はショートケーキを提供する予定です。

デイサービスでは、季節毎・行事毎の節目に、季節・行事に合わせたおやつを提供しています。お正月のおまんじゅう、春の桜餅・いちご大福、6月の水無月餅、夏の水羊羹、春分・秋分の日ポタ餅・おはぎ餅、冬は回転焼きやぜんざい等。また、松寿苑の記念日などには紅白饅頭の提供もあります。このように、季節を感じられるおやつを味わって頂いております。また、お食事、正月メニューを提供しております。

おやつや食事もデイサービスの楽しみの一つになるよう、レストラン部の協力のもと、取り組んでいきたいと思っております。



ふくしのえき広小路ご利用について、遠慮なくお尋ね下さい。

また、介護予防以外でご利用の場合も、ご相談ください。



第2松寿苑
43-1123
綾部市老人介護支援センター
42-0130
(☎0120-50-1698)

◎「ふくしのえき広小路」「デイサービスセンター」等、体験利用を希望される場合も、遠慮なく上記のTELにご相談ください。

認知症

あんしんサポート 相談窓口

認知症に関する不安や悩み、介護の方法などのご相談に、個別に丁寧に対応しますので、お気軽にお尋ねください。

相談日時 月～金曜日 10:00～16:00

グループホームたのやま
綾部市田野町田野山2番地183

0773-40-1237

小規模多機能そらいろ
綾部市上杉町花ノ木2番地3

0773-44-8100

にしゃた松寿苑
綾部市岡安町大道16番地

0773-44-8007

相談日時については、ご都合に合わせて調整いたします。
いつでも、お電話してください。

介護なんでも相談

令和4年1月 7日(金) 午前10時~12時
21日(金) 午前10時~12時

会場 綾部市広小路1丁目5-1 (ふくしのえき広小路) ●介護支援専門員等がいますので、遠慮なくお尋ねください
【問い合わせ】0773-43-1123(松寿苑)

感染 予防

新型コロナウイルス

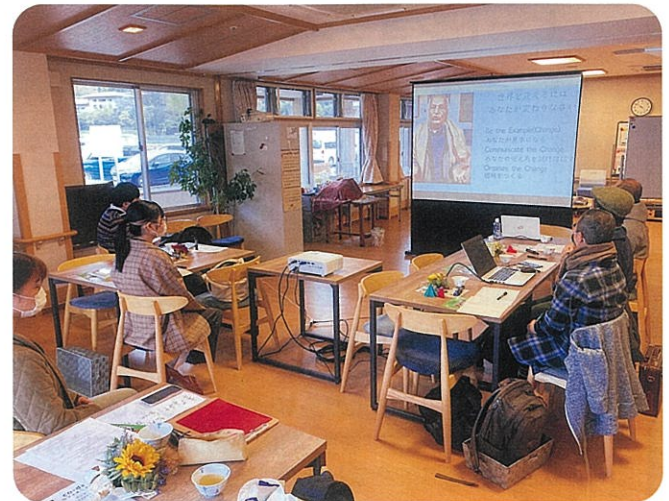
(「綾部市からのお知らせ」より抜粋)

〈感染防止の3つの基本〉

①身体的距離の確保 ②マスクの着用 ③手洗い

- 人との距離は、できるだけ2m(最低1m) 空ける。
- 遊びに行くなら屋内より屋外を選ぶ。
- 会話をするときには、可能な限り真正面を避ける。
- 外出時や会話するときには、症状がなくてもマスクを着用する。
- 手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う。

「ごちゃませ福祉」のフィールドワークを受け入れました



鳥取大学地域学部の学生が「ごちゃませ福祉」をテーマにフィールドワークに来られました。

法人ブランディングチーム「ミライエ」と地域連携、西八田地区の新たな地域コミュニティの創出、上林地区の限界集落と医療福祉サービスの関係性、農福連携を取り巻く課題と新たな仕組みづくり等を学んでいただきました。

松寿苑は大学等の実習や研修の受け入れを以前から実施してきましたが、コロナ禍で中止を余儀なくされました。久しぶりの学生との繋がりに大きな刺激を頂きました。

ご協力頂いた地域の方に心から感謝いたします。



おすすめ献立

材料(4人分)



牛肉の巻き寿司

牛肉(切り落とし)200g、卵4個、きゅうり4/6本、寿司用のり4枚、米3合

A	酢 90cc	B	酒 大さじ4
	砂糖 65g		砂糖 大さじ1と1/2
	塩 10g		醤油 大さじ1と1/2
			おろし生養 大さじ1

作り方

- ①ご飯は炊いてAの寿司酢と混ぜておく。
- ②牛肉はBで調味し中火で汁気がなくなるまで煮る。
- ③卵は2ヶで塩、砂糖少々を入れ卵焼きをつくる。それを3つに切る。
- ④きゅうりは板ずりして縦に6つに切る。
- ⑤巻きすにのりをおき、④のきゅうり、③の卵1と1/2本と②の牛肉をおき、巻く。
- ⑥⑤の巻き寿司を8つか9切れに切り盛りつける。

ありがとうございました。

令和3年11月7日~12月6日

法人本部

(寄附)
梅寿苑 物故者追悼式玉串料2件 三万五千元
松寿苑 折戸 節子 二万三千元
味方町 下川 千代子 二万三千元

(寄贈)
下八田町 内藤 正克己 大菊展示
下八田町 内藤 正克己 大菊展示

(寄贈)
上野町 紙おむつ 紀子 トイレレットペーパー 紙おむつ
神宮寺町 四方 佳子 紙おむつ

高齢者支援センター(中上林)

(寄贈)
五津市 上田 八重乃 さつまも柿
一市市民 大根・かぶら

(寄贈)
下八田町 内藤 哲夫 菊盆栽展示
五津市 花植 植雄 原木 しいたけ



例年、ボランティアの方がいつのまにか植えてくださいます。「ありがとうございます」