



あやづ松寿苑

令和6年印象に残っていることは！



養護

- * ドジャース優勝。大谷選手の活躍すばらしい。うれしかった。
- * 退院して老人ホームに入ったこと。入って良かった。
- * 悲しい事ですが、私の弟が今年他界しました。心から離れません。
- * 娘が面会に来てくれて、孫の事など話してくれた。
- * 令和6年は良い年ではなかった。2月に病院へ主人の面会に行き、「あと3ヶ月程ですよ。」と言われた時は涙が止まりませんでした。
- * 子供が面会に来て、孫の話を聞きました。子供から元気をもらい、楽しみを見つけて元気で生活していきたいと思った。

特養

- * 私ら昨日の事もよう覚えとらんで分からんけど、なんやテレビで見たり聞いたりする事がそうなんかなあ。
- * 今年は何や地震が多かったような気がするなあ。
- * 今年はオリンピックがあったんやなかったか？
- * 今年も皆さんと一緒におられる事ができて良かったと思うわ。
- * 毎日ご飯が食べられて、病気せんかったてありがたいです。

ケニアマウオーターヒルズ松寿苑

* 元日の地震。最近多いなあ…。

フォト&スクラップ

令和6年12月 やすらぎ通り

▲ 今月の掲示物 (介護老人ホーム松寿苑)

第2特養

- * 病気になるた。ラーメン食べれんようになった。あかんやった。
- * 昔の同級生に会えた。びっくりした。
- * 仏壇じまいができた。
- * 夏が長かった。いつまでも暑かった大変だった。

- * 1月1日の能登の地震。あれはひどかったなあ。正月やったなあ。
- * お正月に地震。9月には豪雨。自然は怖い。何が起るかわかんもんなあ。
- * ここでみんなが元気で過ごせて良かった。
- * 三笠宮妃殿下さんが亡くなられたこと。我々と違って、生まれも育ちも違って当然やけど、あのお方は格別やった。好きやったなあ。

高齢者支援センター 松寿苑デイサービス

- * ひ孫ができた。
- * 年男やったけどケガをした。
- * 松寿苑に来れた事。カラオケができた。
- * 川魚が食べられるようになった。
- * もうすぐひ孫ができる。
- * 苑に来て坂の上り下りができるようになった。
- * ケガで車に乗れなくなったが、苑に来る事になり良かった事もある。

ふくしのえき広小路

ふくしのえき文庫

月～土 9:00～17:00
 (休館 日・祝日・盆・年末年始)

ふくしのえき文庫は、「ふくしのえき広小路」内にある文庫です。松寿苑の蔵書や市民の皆様から寄贈いただいた文庫本などに親しんでいただき、気軽に休憩できる場です。ぜひ、ご利用ください。

ふくしのえき文庫 (ふくしのえき広小路内) 綾部市広小路1丁目5-1
 運営主体: 社会福祉法人松寿苑 0773-43-1123



— グループホームたのやま —

トピックス

「焼き芋」



今年もご利用者の家族さんから自宅で作られたさつま芋を頂き、中庭で焼き芋をしました。炭をおこすのに苦戦しながらも「まだか、まだか」と待っているとホクホクの焼き芋ができて上がりました。皆さん「美味しいわ」「なんぼでも食べれるわ」と、とても喜んで頂かれました。



松寿苑に入って

養護入居者より

私は只今83歳。養護老人ホームに入所して間もないです。小さな山々に囲まれた丘の上に、各々の施設が立っている。風光明媚な環境にあります。田舎ですが、松寿苑発着のバスも有り、市街地や病院等へも僅かな時間でいく事もでき、便利です。職員の皆さまのケアは近からず遠からずで、程よい生活居住空間です。美味しい朝・昼・夕の食事、昼寝、散歩、読書、そこに勝ったり負けたりの日ならべて舌打ちしたり、ニンマリ笑ったりです。

私の好きな事は草引きです。枯草を根こそぎにする、頭を垂れながら何の心配もせず手を動かします。土も息ができて喜んでます。私も枯草のように垂れゆこう。時の流れのままに。ある人は両手で合掌し、ある人は感謝という…私も習いたい。



— 特 養 —

トピックス

「やっぱりこれ！」

11月は昼食で希望食があり、その後14時ぐらいいから久しぶりに風船バレーをしました。やはり風船バレーは盛り上がり、手ではなく内輪で打つことにしていましたが、「手でも、足でもいいですよー」という前に既に足が出ていました。

「身体が温まって良いわ」「動けるうちは動かんと」「皆でやったら楽しい」と20分程でしたが笑顔で過ごせました。



フォト&スクラップ

松寿苑物故者追悼式

令和6年11月16日(土) 15:00~15:40 第2松寿苑多目的ホールおあしす



昭和28年5月25日の松寿苑創立以来、松寿苑在籍中に亡くなられたご利用者1,406柱の追悼式が行われました。追悼式には、この一年間、松寿苑在籍中に亡くなられたご利用者(43柱)のご遺族にもご案内し、6家族8人が参加されました。スタッフ各々が故人を偲ぶとともに、お一人おひとりの命を通して教えていただいたことを思う機会でもあります。

なお、追悼式の形態は様々ですが、松寿苑は昭和28年に緑部市立で設立し、その運営を大本教の社会福祉事業団が担っていたことから、大本教式により執り行われています。

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6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！」

今月の飾りは何でしょう？



だんだんと寒くなり冬本番になってきました。デイサービスではその月の飾りをご利用者と一緒に作り季節を感じてもらっています。

12月はもちろんクリスマス

の飾りです。様々な大きさのクリスマスツリーを出して、ご利用者の見ておられる所で飾りつけをしました。

壁には手作りのリース。テーブルの上には折り紙で作ったサンタクロースやトナカイが並びます。一気に華やかになりました。

今は1月に向けて制作中です。赤や青、緑に黄色…様々な色の折り紙を丸めて形を作ります。「次は何を作るんや?」「こんなんしたらどうや?」

とご利用者も毎回楽しみにしておられ、手伝って下さる方もたくさんおられます。ご利用者の意見がとても参考

になり、たくさんの作品が出来上がります。来月の飾りも楽しみにしてください！



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でご相談ください。



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

うえずぎ松寿苑
綾部市上杉町花ノ木2番地3

0773-44-8100

にしやた松寿苑
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。



ケアハウスウォーターヒルズ松寿

〒623-0034
京都府綾部市田野町田野山2番地163
TEL0773-43-1850
開設/平成7年1月1日
定員/50人

60歳以上の方が、日常生活を主体的に安心・安全・快適に送られ、個人のプライバシーを尊重した高齢者向けの住まいです。

食事、入浴の提供の他、一時的に介護を要する場合にはホームヘルパーの派遣やデイサービスなどの在宅福祉サービスを利用することができます。

遠慮なくご相談、見学においでください。(電話も可)

おすすめ献立



豆腐入り和風ハンバーグ

材料(4人分)

合びき肉200g、玉葱100g、キャベツ100g、豆腐100g、ミニトマト・レタス(添え野菜)卵1/2個、パン粉1/2カップ、塩・コショウ少々、大根おろし1カップ、ポン酢 適量、油 大さじ1

作り方

- ①豆腐は水気を切る。
- ②玉葱・キャベツは、みじん切りにし、玉ねぎを炒め、キャベツも加えてさっと炒める。
- ③合びき肉に①の豆腐を細かく潰しながら加え、卵も加えてよく練り混ぜ②の玉葱、キャベツ、パン粉、塩、コショウを加えてさらによく混ぜる。大根おろしは軽く水気を切っておく。
- ④③を8等分にし、空気を抜きながら小判型にまとめ、フライパンに油を熱し焼く。
- ⑤焼き上がったらお皿に盛り、ミニトマト、レタス等野菜を添え、大根おろしとポン酢をかける。



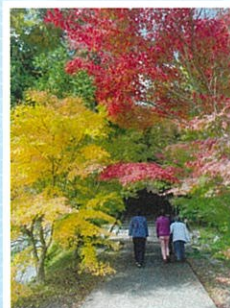
インフルエンザ流行期に!

- ・手洗い、うがいの励行
- ・人混み等マスクの着用
- ・予防接種

(お互いに気をつけましょう)

介護予防 co-da 2025,1プログラム

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
にしやた松寿苑です! 65才以上の方、参加いただけます! 参加費、一般は600円、送迎もします。 お電話でご予約下さい! カフェも併設しているのでランチもご用意できます お待ちしております!						
5	6	7	8	9	10	11
9:30~11:30 13:30~15:30 楽しく元気よく Let's try 健康体操 (塩見 こうへい)	9:30~11:30 13:30~15:30 笑顔と! 予防と! イス体操 (こばやしひろこ)	9:30~11:30 13:30~15:30 心も体も スッキリ! スローエアロ ビック! (橋坂 裕子)	9:30~11:30 13:30~15:30 いっちゃん ワクワク手芸 (木塚 一子)	9:30~11:30 13:30~15:30 足腰達者で 健康習慣! (こばやしひろこ)	13:30~15:30 50歳からの バランス ボール (こばやしひろこ) 参加費1,200円 ボールレンタル 300円	18:00~19:00 19:30~20:30 50歳からの バランス ボール (こばやしひろこ) 参加費1,200円 ボールレンタル 300円
12	13	14	15	16	17	18
9:30~11:30 13:30~15:30 健康を維持しよう! 看護 プ子勉強会 (小西真弓)	9:30~11:30 13:30~15:30 健康を維持しよう! 看護 プ子勉強会 (小西真弓)	9:30~11:30 13:30~15:30 コンディショ ニング健康 体操 (衣川 知久)	9:30~11:30 13:30~15:30 コンディショ ニング健康 体操 (衣川 知久)	9:30~11:30 13:30~15:30 入門編/ 9:30~11:30 こころあたまも 楽しく認知症予防! co-da講座 健康マージャン 練習の方向け 定員8名 (塩見 こうへい)	9:30~11:30 13:30~15:30 看護 プ子勉強会 (小西真弓)	13:30~15:30 足腰達者で 健康習慣! (こばやしひろこ)
19	20	21	22	23	24	25
9:30~11:30 13:30~15:30 楽しく元気よく Let's try 健康体操 (塩見 こうへい)	9:30~11:30 13:30~15:30 笑顔と! 予防と! イス体操 (こばやしひろこ)	9:30~11:30 13:30~15:30 心も体も スッキリ! スローエアロ ビック! (橋坂 裕子)	9:30~11:30 13:30~15:30 丁寧! 下手でもいい! 楽しい! 絵手紙教室 (塩見 美穂子)	9:30~11:30 13:30~15:30 足腰達者で 健康習慣! (こばやしひろこ)	13:30~15:30 50歳からの バランス ボール (こばやしひろこ) 参加費1,200円 ボールレンタル 300円	13:30~14:30 21:00~16:00 50歳からの バランス ボール (こばやしひろこ) 参加費1,200円 ボールレンタル 300円
26	27	28	29	30	31	
13:30~15:30 防災講座 (大塚 直史)	9:30~11:30 13:30~15:30 コンディショ ニング健康 体操 (衣川 知久)	9:30~11:30 13:30~15:30 健康を維持しよう! 看護 プ子勉強会 (小西真弓)	9:30~11:30 13:30~15:30 こころあたまも 楽しく認知症予防! co-da講座 健康マージャン 練習の方向け 定員8名 (塩見 こうへい)	9:30~11:30 13:30~15:30 看護 プ子勉強会 (小西真弓)	9:30~11:30 13:30~15:30 Let's try 健康体操 (塩見 こうへい)	



ありがとうございました。

令和6年11月5日~12月2日

法人本部

(寄 附) 松寿苑物故者追悼式玉串料 5 件	35,000円
一市民	100,000円
一市民	30,000円

高齢者支援センター(中上林)

(寄 贈) 一市民	介護用品
一市民	みかん 1 箱
一市民	ひざ掛け・ナイロンたわし
(ご奉仕) 今井	朗読
一市民	パンジー植え
五津合町	福井 哲夫
	菊盆栽展示