



あやべ松寿苑

令和8年8月15日発行

第497号

綾部市田野町田野山
老人ホーム 松寿苑
編集委員会発行

120年の伝統ある水無月まつりの 思い出を聞かせて下さい！

養護

*家に住んだ頃は、紫水ヶ丘まで上がって花火を見た。
*ここでも花火の音だけ聞こえるけど、親元も花火の音だけ聞こえる家だった、今年も花火の音を聞きもって思い出した。
*毎年、大橋の方まで見に行きよった。毎年大きな音が聞こえよったけど、今年は花火の音が聞こえよくなった。
*水無月さんは、毎年雨が降る花火大会やっただけ、最近では雨が降らん花火大会になつた。

特養

*毎年お母ちゃんと一緒に見に行きよった。帰りに氷やさんの店に寄ってイチゴのかき氷を食べて帰った。えびせんとかたこ焼きとかお店屋さんによつて出た。
*子供はひとつづつの方やなかつたで見にだけ連れて行つた。一遍だけ雨におうたで、途中で帰った。花火はきれいだった。店は行つたらん。叩いて割る茶色いかんか

ん船は買いよった。
*歩いて行つたら近かつた。
*子供が行きたい言うたら連れていった。食べ物を買って食べたりもした。
*子供と歩いて行つた。花火きれいだった。毎年行つてない。
*母やみんな毎年行きました。
*一回だけしか行つたことない。杖ついてたから、人が多くて歩かれへんかった。花火見れんかった。祭りの次の日に夜店のごみがたくさんあったのを思い出す。

ケアハウスウォーターヒルズ松寿

*子供が小さいときは行つた。
*花火より屋敷に行きたがつた大変だった。
*親はお金を気にしながらだが、子供は関係なく「あれが欲しい」「これがいい」とけんかになった。
*祭りはお父さんの出番。行つてもらつた。
*152回しか行つていない。
*今年は音だけ聞こえた。家にいる時は仕掛け花火以外はよく見えた。

フォト&スクラップ

令和8年
8月

やすらぎ通り



▲ 今月の掲示物（綾部サービスセンター）



第2特養

*子供が小学校くらいまでかな。高校生とかになると一緒に行つてくれない。



グループホームたのやま

*村の人と一緒に小学生の遠行つたなあ。よけ店が出つたんや。子供の食べるおいしいもんが竹の棒に入つて売つた。花火も上がつて面白かつた。

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)

ケアハウスのたのやま

*浴衣を着て見に行つたことがある。
*建物がそんなにないで花火がよつて見えた。
*車に乗せて連れて行つてもらつたけど昔やで覚えてないわ。
*会社の人で行つたなあ。

高齢者支援センター 松寿苑デイサービス

*子供を連れて行つた。
*1回も行つた事がない。
*下八田から、味方の境に自宅があり、花火が見えた。
*由良産婦人科の近くに親戚がいて、大勢で集まってどんちゃん騒ぎをした。
*良い席をとって、1発目の花火の大きい音にびっくりして、子供が「帰りたい」と言つて帰つた事がある。
*早くから席をとって、堤防の所や橋の上で見た。
*綾部大橋の上は、規制があつた。
*上林まで、花火の音が聞こえた。

トビックス

ー グループホームたのやま ー

「創立22周年」

7月1日はたのやま創立22周年の日でした。昼食は、ばら寿司や天ぷら・メロン等のご馳走を頂き、皆で乾杯してお祝いしました。午後からはフラフープを使ってのゲームをしました。たくさんのピンが中に入るようフラフープを投げて頂き、点数を競いました。「24点入った!」「けっこう入ったなあ。」と真剣な眼差しで頑張られました。最後には記念撮影もして楽しい時間になりました。

くらしの
ひとコマ

トビックス

ー ケアハウスたのやま ー

「無事に咲いた、ひまわりの花」

先月、シカに苗を食べられて植え直したひまわりですが、ネットを張ったり、ご利用者の皆様が気にかけてお世話をしてくださったりしたおかげで、無事にきれいな花を咲かせてくれました。「きれいに咲いてよかったね」と、ご利用者の皆様もホッと安堵のため息をついておられました。

トビックス

ー 特 養 ー

「風船バレー」

ご利用者と一緒に風船バレーをしてみました。皆さん良い表情をされとても熱心に取り組まれ、楽しまれていました。また機会があれば実施していきたいと思っています。



トビックス

ー ケアハウスウォーターヒルズ松寿 ー

「かき氷はじめました」

いつもより遅いスタートになりましたが、先日かき氷をしました。

「今日のお昼からやな?」「かき氷? 行きます!」と時始まる前から楽しそうな声が聞こえてきました。開始時は少しずつ来られ、思ったより参加者は少ないかな? と思っていましたが、最終的には18名と多くのご利用者が参加してくれました。

「こっち座んなあ〜」「歯にしみるなあ…」とかき氷を食べながら話が弾み、笑い声が聞こえました。「涼しくなった!」「美味しかった!!」「また来る」と声をかけて帰られました。暑い夏をかき氷を食べて涼みに来て下さい。



トビックス

ー 養 護 ー

「バーベキュー大会」

キンキンに冷えた生ビールジョッキと、ジュースを片手にカンパイ! あつあつの鉄板に焼きそば・焼き肉・フランクフルトと野菜たち。とうもろこしはご利用者が丹精込めて畑で育てたものです。おいしさも格別!

食後は歌を流して曲名を当てるクイズです。皆さんワイワイ盛り上がりました。普段口数が少ないご利用者も無我夢中で答えられていました。



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 8 年 8 月 15 日発行

ワンポイント 介護

高齢者の水分補給

人間の体内の水分量は年齢とともに減少し、特に高齢者は食事・水分量が減ることによって脱水状態に陥りやすく、重症化すると命にかかわります。脱水症を発症しやすい夏場だけでなく、日頃から適切な水分補給が大切です。

高齢者はのどの渇きの有無にかかわらず時間を決めて定期的に水分を摂取するなど適切な水分補給と食事をしっかりとることが脱水予防に不可欠です。

生活スタイルや嗜好にあわせ、頻度・提供条件、飲み物の種類や量などを工夫し提供するとよいでしょう。



＜水分補給の工夫＞

- ・起床時、就寝前、夜間、起きた際にも摂取する。
- ・いつでも飲めるようにベッドサイドに準備しておく。
- ・服薬時の水量を増やす。
- ・リハビリ後、運動後、行事後、入浴後には必ず飲むようにする。
- ・飲んでくれる時間帯に、多めに提供する。
- ・好みの飲料を提供する。
- ・負担にならない(飲みきれ)量で提供する。
- ・飲みやすい形態で提供する(とろみをつける、ゼリータイプにする など)。



七夕短冊 & 何でも釣れます



七月になり七夕も近いという事で、ご利用者の皆様に短冊に願い事等を書いていただきました。ご自分の好きな色の短冊とサインペンを手にして「どんなこと書いたらよいんやろ

？」「何でも思っていること、好きなことでよいんやで」といった会話が聞こえました。書き終わるとお互いに見せ合ったり、「どうか叶いますように！」など和やかな笑顔が見られました。書いていただいた短冊は、タペストリー型にした笹の枝に吊り下げて飾っていただきました。また七月はユニークなゲームで始めました。夜空に見立てた青いシートの上に、紙で作った星や織姫、彦星、UFOなど星空からイメージする様々な物を置き、向かい合って釣り上げていただくというものです。釣り糸が狙った所になかなか行かなかったり、相手の方と糸が絡まりあったり、と難しい面もありましたが「ガンバレー、もうちょい!」「そうそう! うまいうまい!」という歓声もあがり楽しんでいただけました。「ここでは色んなものを釣るゲームをしましたが、星はユニークでしたね」「こんな誰が考えちゃったんやろな?」といった感想もいただきました。これからもご利用者から思わず笑顔の見えるゲームを考案していきたいと思っています。



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。

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。

フォト&スクラップ

レストラン部

梅干し作り (土用干し)

令和8年8月3日(月)～3日間(予定) 第2松寿苑多目的ホールおあしす玄関横



約80kgの綾部の梅を土用干ししています。

おすすめ献立

塩もみ茄子とツナの和え物

材料〈4人分〉



茄子 2ケ(200g)、ツナ缶 1缶(70g)、
玉葱 1/4 ケ(50g)、削り節 適量、塩、
こしょう

作り方

- ①茄子はヘタを除き、2～3mm厚さの半月形に切る。
塩小さじ1/2をまぶし、10分間ほどおいて水気を絞る。
玉葱は縦に薄切にし、水に5分間さらして水気を切る。
ツナは油をきる。
- ②ボウルに①を入れて混ぜる。
しょう油大さじ1を加え、全体を混ぜ器に盛り、削り節をふる。
好みでごま油を加えても良い。

熱中症から身を守る!

- ・こまめに水分、塩分など補給
- ・エアコンなど利用して部屋の温度を調整

にじやた松寿苑 介護予防 co-da 2026,9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	日曜日
1 にじやた松寿苑です! 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 ランチもご利用できます。 お待ちしております。	2 9:30～11:30 笑顔と! 予防と! イス体操 (こばやしひろこ)	3 9:30～11:30 コンディショニング健康体操 (衣川 知久)	4 9:30～11:30 心も体もスッキリ! スローエアロビック! (篠原 裕子)	5 9:30～11:30 おススメの毎日チョコッと体操 (佐々木 博子)	6 9:30～11:30 おススメの毎日チョコッと体操 (佐々木 博子)	7 9:30～11:30 足腰達者で健康習慣! (こばやしひろこ)	8 9:30～11:30 足腰達者で健康習慣! (こばやしひろこ)
9 9:30～11:30 Let's try 健康体操 (塩見 こうへい)	10 9:30～11:30 Let's try 健康体操 (塩見 こうへい)	11 9:30～11:30 Let's try 健康体操 (塩見 こうへい)	12 9:30～11:30 Let's try 健康体操 (塩見 こうへい)	13 9:30～11:30 Let's try 健康体操 (塩見 こうへい)	14 9:30～11:30 Let's try 健康体操 (塩見 こうへい)	15 9:30～11:30 Let's try 健康体操 (塩見 こうへい)	16 9:30～11:30 Let's try 健康体操 (塩見 こうへい)
17 9:30～11:30 Let's try 健康体操 (塩見 こうへい)	18 9:30～11:30 Let's try 健康体操 (塩見 こうへい)	19 9:30～11:30 Let's try 健康体操 (塩見 こうへい)	20 9:30～11:30 Let's try 健康体操 (塩見 こうへい)	21 9:30～11:30 Let's try 健康体操 (塩見 こうへい)	22 9:30～11:30 Let's try 健康体操 (塩見 こうへい)	23 9:30～11:30 Let's try 健康体操 (塩見 こうへい)	24 9:30～11:30 Let's try 健康体操 (塩見 こうへい)
25 9:30～11:30 Let's try 健康体操 (塩見 こうへい)	26 9:30～11:30 Let's try 健康体操 (塩見 こうへい)	27 9:30～11:30 Let's try 健康体操 (塩見 こうへい)	28 9:30～11:30 Let's try 健康体操 (塩見 こうへい)	29 9:30～11:30 Let's try 健康体操 (塩見 こうへい)	30 9:30～11:30 Let's try 健康体操 (塩見 こうへい)	31 9:30～11:30 Let's try 健康体操 (塩見 こうへい)	32 9:30～11:30 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8年7月1日～31日

法人本部

(寄 附) 一市民	150,000円
松寿苑後援会	300,000円
(奉 仕) 刈垣町 大島 貴陽	米30kg

高齢者支援センター(中上林)

(奉 仕) 今井	朗読
----------	----