

ハッピー&スマイル

49号

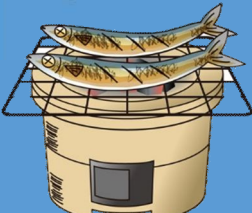
発行者
社会福祉法人楽寿会
特別養護老人ホーム楽寿荘
四倉町上仁井田字横川67
Tel. (0246)32-6381



秋の味覚の祭典



さんま祭り



九月二十四日日本 今年も秋が旬の味覚の祭典「さんま祭り」が開催されました。台風の影響が心配されましたが、雨も降らず、秋風が心地よい楽しい一日となりました。

朝から炭で火を起こして、焼き場からパチパチとはじける音が聞こえてきました。十分に火が起きたら、さんまを網の上にのせてうちわでパタパタさんまからジュウツと流れる脂と匂いに誘われて、利用者の皆さんが次々と焼き場見学「おいしそう」「早く食べたい」と笑顔が弾けていました。今年も楽寿荘が、さんまの香ばしい匂いに包まれました。



デイサービスの大運動会

十月五日～十月十日までデイサービスでは、秋の恒例行事の大運動会を開催しました。コロナの影響もあり、玉入れなどの競技を避け、そっと筒を抜くものや、目隠しで職員に口紅を塗るものなどを行いました。



職員に口紅を塗る際に、上手に描ける人もいれば、鼻や顎の方まで描いてしまう人もいたり、職員さんの顔を見て皆さん大爆笑。



計百六十四匹ほどのさんまを焼き待ちに待った昼食タイム。主役のさんまをメインに、炊き込みご飯と豚汁がテーブルに並びました。

皆さん、久々のさんまに、ゆっくり時間を掛けて舌鼓を打ち「おいしい」「今年もさんまが食べられてうれしい」との言葉をいただくことが出来ました。

今年は、コロナの影響で、御家族様不参加という形になってしまいました。来年は御家族様も一緒に楽しんでいただけることを願っています。



メイン競技はパン食い競争を行いました。衝突等を避ける為、じゃんけんに勝つからのスタート。日頃の口腔体操の成果もあり、上手に食えることが出来ていました。

「来週もやりたいわ」との言葉も聞かれ、次回の開催を皆さん楽しみにしているようでした。



米寿のお祝い

八十八歳のお祝いとしての米寿。その由来は、八十八という漢字が米の字と似ているからと言われています。

また、日本では古くから「ム」の字は末広がり、数字とされ、盛大なお祝いをする縁起のいい歳とされています。

九月十二日、楽寿荘でも、今年米寿を迎える方の写真撮影を行いました。今年は米寿を迎える方が六人もいらっしゃいます。それぞれ綺麗な化粧と赤いちゃんちゃんこを身にまとい、嬉しそうな顔で写真撮影に臨んでいました。



酒井ナツさん

鈴木武男さん

新妻ヒデ子さん

鈴木光枝さん

丹野扶美枝さん

鈴木スミエさん

ハロウィンのケーキバイキング

十月二十二日、本日はハロウィンのケーキバイキングが行われました。

当日は、ケーキと聞いて、皆さんお昼が待ちきれない様子で、それぞれハロウィンという事で、かぼちゃの飾りや可愛い仮装をしてハロウィンの雰囲気を楽しみました。

お昼には、いろいろな種類のケーキが運ばれ、ご自身で選んだケーキを食されていました。

久しぶりに食べたケーキに「美味しかった」「ほっぺがとろけた」と大満足の様子でした。



ご家族様へのお願い

10月に入り、季節もすっかり秋へと移り変わりました。

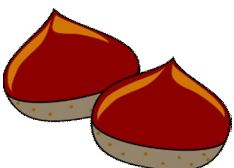
この時期になりますと、インフルエンザの流行が懸念されます。また、新型コロナウイルスの危険もまだ消えない中、現在、いわき市内でも感染者が出ている状況です。

つきましては、個別面会は中止とし、感染対策のためマスク着用にて、窓越しでの面会とさせていただきます。ご理解、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

楽寿会ホームページはこちらから



<http://www.rakujukai.com>



♥ コロナ通信

「楽寿荘の食事風景」

※コロナ禍で、家族の面会が出来ないため、利用者様の生活状況を詳しくお伝えしていきたいと思ひます。



毎日元気に過ごすには、いったい何が大事なのでしょう。「質の良い睡眠、それとも「適度な運動でしようか」。

もちろんこの二つとも日々の生活の中でとても重要な事です。

ではこの二つの事を行う上で大事な事とは一体何でしょうか？

それは「食事」を摂る事です。

毎日美味しいものを楽しく食べる事で、身体に必要な栄養が補われ、元気で健康的な生活を送ることができるのです。

では、楽寿荘ではこういった食事を摂っているのでしょうか？

楽寿荘の食事は、利用者の方々の体調や状態に合わせて「常食」「きざみ食」といったように食事の形態を変え、無理なく食べやすい環境作りをしています。また、楽寿荘内に厨房があり、常時厨房の職員さんがいるおかげで、急な体調不良などの状態の変化についてもその場で対応する事が出来ます。



毎日何気なく摂る食事でも、年齢を重ねるごとに徐々に食べるのが難しくなっていくます。それは、食べ物を飲み込む事「嚥下機能」が低下する事によって引き起こされます。嚥下機能の低下が進むと「誤嚥性肺炎」などの発症リスクも高くなってしまいます。

厨房の方々が毎日食事の献立を工夫して、味だけではなく栄養にも最大限気を配りをして頂いているおかげで、食事の際は利用者の方々の笑顔をたくさん見ることが出来ます。

行事やリクエストメニューなど、その時々で、その時期にあった美味しい食事が出る事もあり、「今日は私の好きなものが出たよ」「お腹いっぱいになっちゃった」と皆さん毎日の食事を楽しんでいらっしゃいます。



食事のあとには、テーブルの消毒や、テーブル周辺の掃除を行い、清潔を保つとともに、感染予防対策を行っております。



楽寿荘本館二階では、西棟と東棟で合同でのレクリエーションを行っています。五月から密になっていきましたが、コロナの影響で今年度のレクリエーションは中止となりました。今まで西棟と東棟で交流していた分、利用者の方々からも「向こう、西棟には行けないの？」と「〇〇さんはいる？しばらく見ていないから元気かな」と心配する声や寂しそうな様子が見受けられました。

七月末頃より、いわきでの感染者減少を受けて、合同レクリエーションが再開されました。レクリエーション前にはしっかりと手指の消毒を行い、接触を最小限にするなど密にならないように席の間隔を開けて感染対策を行っています。

現在では、以前のような状態に徐々に戻りつつあり、西棟、東棟関係なく会話をし、笑顔も見られています。

笑顔溢れる合同レクリエーション



十月十四日のレクリエーションでは、バケツに風船を入れるというゲームを行いました。最初はうちわで上手に扇げず、風船が浮き上がりませんでした。回数をおこなううちに周りの方々と協力し、何個もバケツに入れることが出来るようになりました。

今まで密にならないようにクイズや連想ゲームといった頭を使うものが多かった分、「たまにはこういうのもいいね」「暑くなっちゃった」との言葉も聞かれました。



楽寿荘では、民謡教室やリズム体操といった行事を月に一回、外部より先生をお招きして、一階と二階合同で行っております。また、コロナの影響で外部の方の来荘をご遠慮していたこともあり、開催することが出来ませんでした。

現在では、合同ではできませんが、その状況は緩和し、十月十四日にはリズム体操が行う事が出来、鈴やタンバリン、鳴子を使用し、先生の踊りや掛け声に合わせてリズムを取っていらっしゃいました。



まだコロナの感染拡大が心配される中、少しでも利用者の方々に楽しんでいただけるように、感染予防対策をしっかりと行い、少しずつ元の状態に戻せるように取り組んでいきたいと思ひます。



楽寿荘では、民謡教室やリズム体操といった行事を月に一回、外部より先生をお招きして、一階と二階合同で行っております。また、コロナの影響で外部の方の来荘をご遠慮していたこともあり、開催することが出来ませんでした。

現在では、合同ではできませんが、その状況は緩和し、十月十四日にはリズム体操が行う事が出来、鈴やタンバリン、鳴子を使用し、先生の踊りや掛け声に合わせてリズムを取っていらっしゃいました。