

松竹立てて～門ごとに♪

謹賀新年



新年明けましておめでとうございます。今年も浮洲園を、そして浮浮だよりをどうぞよろしくお願い致します。

毎年正月が近づくと、浮洲園の玄関には立派な門松が飾られます。それは、いつもデイサービスをご利用の皆様が協力して、門松を作り、飾って下さる

おかげです。

そんな皆様に感謝を込めて、記念撮影を行い、平成24年最初の浮浮だよりの表紙とさせていただきます。

浮浮だよりは今年もご利用者様の元気をしっかりとお伝えしていきますので、何卒宜しくお願い致します。



12月のトピックス

特別養護老人ホーム

誕生日会

新年明けましておめでとうございます！！今年こそは笑いを自然にとれるようになりたい従来職員の濱田です。

今回私が書かせて頂く記事は12月誕生会についてです。今年を締めくくる誕生会ということでスタッフ一同考えに考えた結果・・・従来ではデコレーションケーキ作り！！

ユニットではボランティアの方による社交ダンスを堪能しました。

ケーキ作りの様子は残念ながら見る事が出来なかったのですが、利用者の方に感想を聞くと「おいしいのが出来たよ」「あんたにあげようと思っただんじゃけど食べてしまった(笑)」など、ご利用者様・ご家族・スタッフが協力して作ったケーキはおいしかったろうなと思いました。

また、ユニット誕生会では、ダンディな男性とセクシーな女性が音楽に合わせ華麗に舞っていました。見られなかった方は残念ですが、どのくらい華やかという男性陣・女性陣ともに私の司会を聞かずに見入っていましたからね・・・。

ご利用者の方が知っている曲もあり一緒に踊ったり、踊りを見ながら音楽に耳を傾けたりとこちらもケーキ作りに負けず劣らず楽しむ事が出来ました。今年はどんな催し物があるのかみなさんも楽しみにしててください。



手作りポスト

明けましておめでとうございます！！本年もどうぞよろしくお願い致します。

今月は特養従来の江本が担当させていただきます。

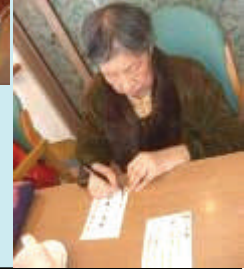
昨年のクリスマスに担当からの贈り物として手作りポストをプレゼントしました。

皆様はポストに手紙が届いていると「誰からじゃろうか？」と手紙を取り出し・・・



「返事を書かない」と筆を手にとり一筆・・・

個性豊かなポストの数々・・・特養にお越しの際は是非ご覧下さい☆



ケアハウス

風邪予防サンタ？

ケアハウスでは22日にクリスマス誕生会を実施しました。

ケアハウスの皆様には、バイキング料理を食べて頂き、食事の後はサンタさんからクリスマスカードが渡され、その後、ビンゴゲームで盛り上がりました。風邪予防の為に、マスク姿のサンタさんと記念撮影を行いました。皆様くれぐれもお風邪にはお気をつけ下さい。



うきすの里

クリスマス会

12月20日にちょっと早いクリスマス会を開催しました。

サンタの帽子やトナカイの耳を付けてホーム内は一気にクリスマス気分！サンタホーム長とトナカイチーフの登場に「サンタや！」と拍手喝采！

ハンドベル隊による演奏では、皆さまの温かい目に見守られながら、ピンチをチャンスにかえてなんとか成功！！その後もみんなでクリスマスソングや、冬の歌をうたって盛り上がりました。おやつ前にはサンタホーム長より、マフラーのプレゼント！！それぞれ首に巻いて「ええ物もらった！」と大喜び☆

おやつはみんなで協力して作ったクリスマスケーキを食べました。楽しく歌って、楽しく食べて大変盛り上がったクリスマス会となりました(*o*)ノ



デイサービス 浮洲園

紅白歌合戦

12月29日(木)に毎年恒例! 皆さん楽しみにしている紅白歌合戦がありました。最初は恥ずかしがっている代表者の皆さんですが、自慢の一曲を披露してくださいました。

歌手に負けないくらいの歌唱力、迫りに聴いている方は大盛り上がり。毎年盛り上がる歌合戦ですが、職員の登場となるとまた一段と盛り上がります。

職員が着る派手な衣装! 派手な化粧! 派手な歌声に皆さん大笑い・・・。

今年も笑顔で締めくくることができました! 来年の歌合戦が楽しみです。



浮洲劇団「あかずきん」

12月22日デイサービスで浮洲劇団による「あかずきん」の公演があり、拍手喝さい大盛り上がりのうちに公演を終了しました。

今回は浮洲劇団の座長を紹介させていただきます。座長の〇畑。まさに演劇のカリスマ。練習の時も熱心に演技指導をしてくれます。みんな尊敬しています。

しかし、そんな彼女ですが、ひとつ謎があります。いつも劇の最後にドレスを着たがるのです・・・

ただのナレーションの時も・・・あかずきんのお婆さんの役の時も、最後はわざわざドレスに着替えて出てくるのです!

でも利用者の方に喜んで頂きたい! その気持ちの現れなのでしょう。こんな素敵な座長のいる劇団の劇を皆さんもぜひ一度ご覧下さい。



職員インタビューコーナー「藤木真由美編」

Q.生年月日を教えてください。

A.昭和59年1月19日生まれです。

Q.持っている資格は?

A.介護福祉士・車の免許です。

Q.趣味は?

A.映画鑑賞です。ジブリが好きです。

Q.お正月の過ごし方は?

A.お酒が好きなので、お酒を飲みますかね。あとは、由加山へ初詣に行きます。そこで大吉を引くんです。

Q.最後に抱負を!!

A.とても恥ずかしがりですが、みなさんに楽しんでいただけるように芸を身につけたいと思います。何でもやりますよ～。



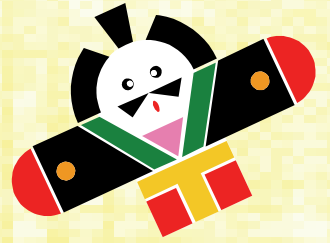
藤木真由美です。





特養入所者様

お誕生日おめでとう



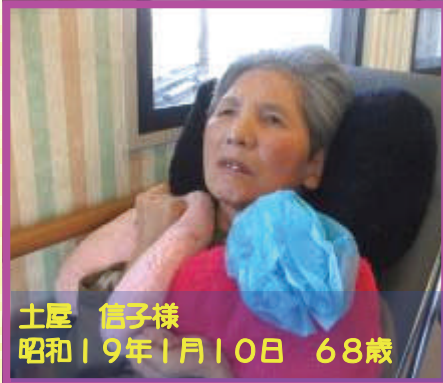
亀山 健様
昭和4年1月5日 83歳



難波 文恵様
大正9年1月5日 92歳



宮阪 正様
昭和4年1月7日 83歳



土屋 信子様
昭和19年1月10日 68歳

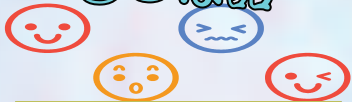


光岡 シカノ 様
大正12年1月14日 89歳



丸山 百恵様
大正14年1月18日 87歳

糸洲ケアマネの 〇〇な話



岸 信二です。

ケアマネの野草記

皆様、新年明けましておめでとうございます。還暦ケアマネジャー3号の岸信二です。

今回は、私の数少ない趣味の中から野草の楽しみのお話をさせていただきます。

40歳代から始まった趣味で、高梁川流域を中心に毎月1、2度の観察行を重ねてきました。

野草の図鑑を左手に備中広瀬の駅近くにあった店で買った弁当を右手に持って野山を歩き回っていました。もちろん愛する妻の令ちゃんも一緒です。

A 観察行は年中行い、1月は笠岡の神島外浦にある水仙の群生から始まり、12月は縦社の榎谷地区にある深紅の藪椿を見ることで終わります。

B 少し話がそれますが、人は誰でも時間がたてば催してきます、無論コンビニが山の中にあるわけもなく、藪の蔭で人目に付かないように、僕は雉撃ちを令ちゃんは花摘みをします。ちなみに雉撃ちと花摘みとは野山で用を足すときの隠語です。男と女では姿勢が違うので言葉も変わるんですよ。

C 出会った花はたくさんあり、それぞれに思いは深いのですが、今回は我が家の近くで出会えた柿蘭（カキラン）の話です。カキランはラン科カキラン属の花で、全国の湿地に生育し茎丈が70センチ位あって6月～7月に橙黄色の花を咲かせます。

D 曾原の我が家に引っ越してきた翌年の平成17年の6月、山際の散歩道から少し入った池の土手下にある小さな湿地で出会いました。輝くようなライトグリーン葉と、西条柿の美のような柿色の花を見た時のうれしさが今でも忘れられません。

A それまでは鬼ノ城近くの湿地帯まで見に行っていたのですが、自宅から1キロくらいの近いところにひっそりと咲いていたのです。引っ越し当初から散歩を始めており、その場所に湿地があるのはわかっていたのですがまさか野性の蘭があるとは思っていませんでした、本当に驚きました。

B 自宅の近所に手付かずの自然が残っていることにも喜びを感じた瞬間でした。なお、この散歩道で他にも、オカトラノオ、オトギリソウ、ワレモコウ、コクランなどの花にも出会っています。

C あまり花にばかり見とれていたら、令ちゃんが「私と花のどっちが綺麗？」と聞いてきました。「そりゃあ、花にきまってるが！」とついうっかり答えてしまった、その日の夕食のおかずはめざしと梅干でした。

D まあ、ご飯をしていただけても感謝感謝！！



時とは159

物々交換の時代から始まり、石を媒体物として後に金・銀の希少なメタル時代が過ぎ、今やカードと化す。いやいや、カードはもう古い。現実には東京駅の自動販売機を始め改札口に至るまで、スマートホンを翳すとたちまち改札バーが開き中へと消えて行く。進化した貨幣の姿である。

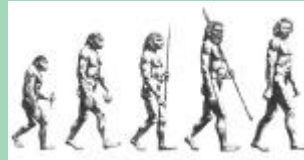
こう言う現実を見るといつも思う事がある。それは、昔の人

が今ここに居たならばどんな表情ををするのかと。40数年前にアポロが月に着陸した時も祖父がボソッとつぶやいていた。「月で兎が餅つきをしていると教えてくれた先生に見せてやりたい。どんな顔ををするのか」と。

これからも科学の進化は進み、今の現代人には想像も付かない時代が来るであろう。内燃機関の車は一切無く、空中を縦横無尽に走る乗り物。海の波の上で特殊

な靴を履いてはしゃぐ子ども達。宇宙に人工の島を造り生活する人々等。

しかし、介護はどうか。先日も20万年前のネアンデルタール人が作ったフランス南部の洞窟の中にも、もう既に介護をした様子の痕跡が発見されたと言う。手作業の介護は20万年変わらな



・ グリム童話には、人が老いれば歯・目・体が不自由になり

やがて認知症になると書いてあった 浮洲恒星

浮洲園職員の仕事の過ごし方 大崎相談員編

1日2万歩
目標！！
毎日頑張っ
てます！！



皆さん、こんにちは。デイサービス1単位の大崎です。少し前までの私の休日と言えば、遅寝遅起きの食っちゃ寝生活でした。

しかし、このような休日を過ごしていると、腰周りや背中、二の腕等など体中に贅肉がたくさんついていることに最近ようやく気がきました。

最近は休日になると、近場に外出する時は車を使用せず歩くようにし、店内では階段を使用し、歩くコースも家まで遠回りするように工夫しています。

私の携帯電話には歩数計の機能が付いており、休日の最高記録は14,154歩です。歩いた翌日は筋肉痛になります。足はもちろんの

こと、背中やお尻の筋肉も痛くなり、日頃の運動不足を痛感します。でも翌日に筋肉痛になるということは、まだ若いと自信を持てるので、今後も休日のウォーキングを続けていきたいです。1日20,000歩を目指して頑張りたいと思います。



倉敷南高齢者支援センター

粒江ふれあいフェア

こんにちは。11月から復帰しました梶田といいます。よろしくお願いします。

今回は12月11日に開催された『粒江ふれあいフェア』について紹介させていただきたいと思います。

私たち支援センターも毎年民生委員さんや愛育委員さんのブースに支援センターの移動相談会として参加させていただいています。

今年は民生委員さんのブースで脳トレと、もぐらたたきを取り入れて相談会を行いました。

子供からお年寄りまでたくさんの方に参加していただき、皆さんとても真剣に取り組まれました。

愛育委員さんのブースでは健康チェックを行われ、支援センターでは血管年齢を測定させていただきました。

血管年齢とは読んで字のごとく血管から分かる年齢です。年齢、性別、血圧、身長、体重などの情報から判定することが出来ます。高齢になるとどうしても血管が硬くなってしまいます。

年齢より血管年齢が高い方はコレステロール値や血糖値が高いなど様々な原因が考えられます。病院にかかり内服治療など適切な治療をされている方はいいですが、かかされていない方はそのまま放置しておく

と動脈硬化になり、脳梗塞や心筋梗

塞など起こす可能性があります。大切なことは食事と運動です。生活を見直してみてください。バランスの取れた食事と適度な運動、当たり前ですがとても大切になります。

血管年齢を測定することで生活を見直すきっかけになっていただければと思います。



1月の行事予定

1	日	元旦 習字クラブ(特養)	17	火	
2	月	振替休日 歌・民謡クラブ(従来)	18	水	リラクゼーション(特養) 初詣外出(ケアハウス)
3	火		19	木	誕生会(デイ1)
4	水	歌・民謡クラブ(ユニット)	20	金	屋外機能訓練(デイ2)
5	木		21	土	買い物外出(特養) 屋外機能訓練(デイ1) 生花クラブ(特養)
6	金	屋外機能訓練(デイ1)	22	日	家族との親睦会(特養) リラクゼーション(従来)
7	土		23	月	誕生会(デイ1)
8	日	家族会・誕生会(特養・グループホーム) ガーデニング(特養)	24	火	誕生会(ケアハウス)
9	月	成人の日 創作クラブ(ユニット)	25	水	リラクゼーション(特養)
10	火		26	木	
11	水	リラクゼーション(特養)	27	金	
12	木	屋外機能訓練(デイ1) 手芸クラブ(特養)	28	土	誕生会(デイ2)
13	金	誕生会(デイ2) 創作クラブ(従来)	29	日	
14	土	買い物外出(特養)	30	月	
15	日	リラクゼーション(従来)	31	火	
16	月	屋外機能訓練(デイ2)			

ボランティア・ご寄付を頂いた皆様に書面をお借りして御礼申し上げます。

～特養～

○大正琴 窪津雅子様、田中美智子様
○ひまわりの会
佐々木純子様、広田洋子様、前野裕子様、池本敬子様、坂根晴美様、石田千里様、佐藤 環様、藤原節子様、斉藤豊子様、陶山鈴子様、三宅道恵様、宮武由美子様、高取和子様、山本孝子様、関藤雅子様、江口佳代様
○倉敷中央高校
清水啓太様、中山芽依様、渡邊 梓様

～デイサービス～

○習字 大平房子様 ○編物 田中幸子様
○民謡リハビリ 大浜恭子様 ○大正琴 窪津雅子様
○陶芸 小野様、寺岡様
○生花 佐々木栄様、繁光千恵子様
○フラワーアレンジメント 久本朝恵様
○絵手紙 阿部様 荒井様 ○折り紙 門野様
○五十嵐彩響御一行 ○コスモス会の皆様
○美琴会の皆様

～寄付～

藤本ミツ工様



小坂 武様より
たくさんのお野菜を頂きました。
いつもありがとうございます。

編集後記

新年明けましておめでとうございます。浮浮たりの編集者ことおひさまの熊本です。今年も浮浮たりの宜しくお願ひ致します。
私事でありますが、先日13年間使用していたエアコンが11月暖かい画を出せなくなりました。
仕方が無いので家電量販店へ行き、店員さんと呼んで最新のエアコン事情を説明して頂きました。
最新エアコンの機能が一番驚いたのは、2〜3時間外出する時、その都度エアコンを切るより、1ヶ月はなしの方が電気代が安く、3時間以上留守(留守電、エアコンが留守と判断し、自動で電源が切れるそうです)。
おまけに年間の電気代は今までより比べて半分以下。
思い切った、新しいエアコンを購入し、CO2の削減には成功しましたが、年末年始は、財政難となりました。