

郡山福祉会 うねめ通信

法人理念
「奉仕と平等な人間愛」



発行者／社会福祉法人郡山福祉会
責任者／法人本部長 矢部 伸一
住 所／郡山市片平町字妙見館1番地2
TEL 024-961-2399／FAX 024-961-2397

第27回福島県養護軽費老人ホーム・ケアハウス 連絡協議会輪投げ大会 2連覇達成



10月2日、喜多方市で第27回福島県養護軽費老人ホーム連絡協議会輪投げ大会が開催され、「采女の里やすらぎチーム」が優勝し、見事2連覇を果たしました。毎日休まず練習を続けた選手の頑張り、応援団の力のこもった応援により通算5度目の栄誉に輝きました。

この輪投げ大会は、福島県内の養護老人ホーム、軽費老人ホーム、ケアハウスが参加して毎年開催しています。輪投げは、高齢者のスポーツとして協議会独自のルールで行っており、技術的、精神的、戦略的に多くのスキルを要求される競技となっています。優勝という最高の達成感を味わい、またそれを目標として技術を磨き、チームワークを強くしていくことが、生き甲斐にもつながっています。

利用者様が、目標を持ち、安心して充実した生活を送っていただけるよう、法人組織一致団結して努力してまいります。今後とも指導ご鞭撻を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

軽費老人ホーム（A型）采女の里やすらぎ

TEL:024-961-2399/FAX:024-961-2397

特別養護老人ホームうねめの里

TEL:024-961-8633/FAX:024-961-7899

うねめの里デイサービスえみふる

TEL:024-962-7820/FAX:024-962-7821

居宅介護支援事業所うねめの里介護保険センター

TEL:024-961-2795/FAX:024-962-7821

地域密着型特別養護老人ホームうねめの里はるひめ

TEL:024-953-3285/FAX:024-953-3286

特別養護老人ホームうねめの里



敬老会

9月15日



うねめの里敬老会式典では、喜寿、米寿の入居者様には表彰状と記念品を、古希、傘寿、卒寿、そして最高齢の入居者様には記念品をお贈りしました。今年も、記念品は担当職員が心をこめて描いた絵手紙をフォトフレームに入れてお渡ししました。式典の後のアトラクションでは、家族会様をご用意下さった30Kgの立派なマグロの解体ショーが行われました。入居者様は迫力満点の解体ショーを目の前でご覧になり、会場は大いに盛り上がりました。お昼には刺身定食を召し上がられました。家族会様、ご協賛ありがとうございます。午後は、ウエストハーモニーの皆さんが、コーラスとピアノ、バイオリンの演奏で入居者様を楽しませて下さいました。

文化祭



10月24日～11月2日



10月24日から「うねめの里文化祭」が開催され、グループ作品と個人作品どちらも素晴らしい作品が揃いました。10月31日まで投票が行われ、11月2日に表彰式を行いました。グループ金賞は、四季の路・たいようグループ合同作品『うねめの里ゆるきやら「うねメ〜ちゃん」人形』、個人金賞は、こもればグループ入居者様作品『デッサン』となりました。



家族会

10月24日



家族会の皆様にお越しいただき、午前には施設内外の窓ガラス磨きや洗濯物たたみ等をしていただきました。環境整備後は、おにぎりを握って芋煮会の準備をしていただき、昼食に入居者様と一緒に豚汁とおにぎりを召し上がりました。午後には場所を移動し、マイナンバーの取扱いの説明と新しくなった看取り指針についての説明を行いました。その後、ひろさか内科クリニックの廣坂院長に、うねめの里における看取りの現状について事例をもとに講演をしていただきました。



片平小学校交流会

11月5日



片平小学校の5年生のうねめの里訪問がありました。ボーリング、風船バレー等様々なメニューのレクリエーションを考えて、入居者様を喜ばせるために準備してきてくれました。1階と2階に分かれて歌とリコーダーの発表後、交流を深めました。その後会議室に移動し、福祉用具(リフト・マッスルスーツ等)についての説明を受け実際に体験し、介護について理解を深めました。

福祉QC発表大会



9月25日



今年度もうねめの里では、福祉QC活動福島県大会に参加して参りました。今年度は、選抜された食事チームが県大会に挑みました。食事チームは、水分不足による脱水症状予防のための水分補給の強化に取組み、その活動をまとめ発表し、「敢闘賞」をいただきました。今後も入居者様の心地よい暮らしの実現に向け、努力を続けて参ります。



秋の茶会

11月10日



うねめの里の秋の茶会を開催致しました。今年も、裏千家淡交会郡山支部の熊田先生はじめ三名の先生方にお越しいただき、御園棚で美味しいお茶を点ていただきました。今年も担当職員が和服に身を包み、入居者様お一人お一人に和菓子とお抹茶をお運びし、甘い生菓子里に渋い抹茶、そして日本文化を堪能していただきました。今年も地元大藤屋さんに生菓子を作っていただき、「都菊」と「移ろい」と言う二種類を用意いたしました。裏千家の先生方と地域の皆様に支えられ、今年も心あたたまるお茶会となりました。

地域密着型特別養護老人ホームうねめの里はるひめ

敬老会 9月15日



9月15日敬老会が開催されました。式典では喜寿、米寿、卒寿、最高齢の皆さまに表彰状と職員が心を込めて手作りした盾をお贈りさせていただきました。式典後には生田流宮城社桐音会様による、お琴の演奏がありました。童謡の演奏もあり、入居者様も一緒に声に合わせて歌われていました。

お昼には家族会様から新鮮なまぐろのお刺身の御膳とお祝いのお酒が振る舞われ、入居者様は御家族様と一緒に召し上がられました。

家族会 10月24日



御家族様にお出でいただき、家族会を催しました。午前中はご提供いただいたウエスや新聞紙、ワイパーを使い施設内外のガラス磨きを行いました。綺麗にさせていただきありがとうございます。

お昼は環境整備のあとに握っていただいたおにぎりや豚汁を召し上がっていただきました。午後からはマイナンバー制度と新しい看取り指針についてのご説明、また、嘱託医のひろさか内科クリニックの廣坂院長による健康講座が開かれました。

子ども交流会 10月23日

チャイルドハウスうねめ保育園の3歳から6歳の園児14名との交流会がありました。園児たちによる歌とよさこい踊りの元気な披露のほか、入居者様と園児たちで一緒に行った紅白玉入れは大変盛り上がりしました。

入居者様代表の御礼の言葉とともにお菓子を贈り、記念撮影をしました。子どもたちからたくさんの元気をもらい、とても楽しいひとときを過ごされました。



暮らしの様子



♪民謡クラブ



行事食



クリスマス準備



書道

❖お琴教室始めました❖

只今、はるひめでは、地域交流室「橘」にて、毎週火曜日夕方から、お琴のお稽古教室を開催いたしております。どなたさまでも大歓迎です。ぜひお問い合わせ下さい。

不在者投票 11月10日

うねめの里はるひめは不在者投票の指定施設となっております。投票所へ行って投票を行うことが難しい入居者様が不在者投票を行うことができます。

先の福島県議会議員選挙では、はるひめでは初不在者投票が行われました。



軽費老人ホーム采女の里やすらぎ

敬老会

9月17日



昼食を兼ねての敬老会が行われました。稲穂会様の民謡に祝膳、記念品等と盛りだくさんで入居者の皆さんに楽しんで頂きました。

秋の日帰り旅行

10月22日



天気も良く、スカイラインはとても紅葉がきれいで皆さん楽しまれていました。美味しい食事と温泉に大満足の旅行でした。

健康ウォーキング

9月24日



午前中に善宝池の周りをぐるりと一周の散歩。秋の穏やかな日を気持ち良く過ごしました。

レク・芋煮会

10月8日



霧雨のため、残念ながら芋煮会は食堂内となりましたが、片平地区の方と楽しく体を動かし、美味しいおにぎりや豚汁を食べて交流を深めました。



片平幼稚園児交流会

10月26日

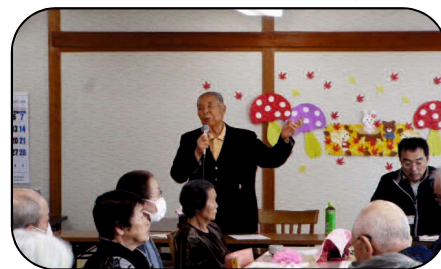


年少組(りす組)の皆さんと交流会が行われました。ペアで手遊びをしたり、手作りのパッチンカエルでピョーンと飛ぶところを入居者の皆様のそばで見せてくれたり、とっても楽しいひと時を過ごしました。



入居者懇談会

11月5日



入居者の方々と施設職員と懇談会を行いました。

健康教室

10月29日



郡山市役所 地域包括ケア推進課 塩田 雪先生を講師に招き、健康教室を行いました。筋力トレーニングなどを教えていただきました。

慰問 ふくしま四人会様



ありがとうございました

うねめの里デイサービスえみふる

敬老会

9月15日

大きい!



午前中は、うねめの里合同のまぐろの解体ショーでした。真栄総業の調理師スタッフの方がさばいた、30キロのまぐろを、お昼に召し上がりました。今年は米寿の方3名、傘寿の方2名、喜寿の方2名のお祝いをいたしました。

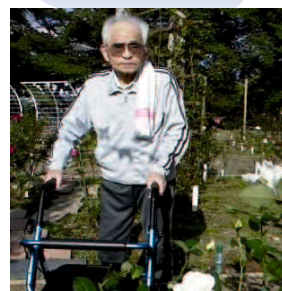
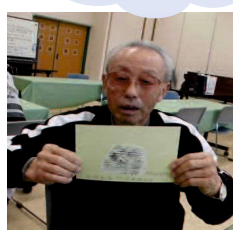
9月

大安場史跡公園

外出

10月

開成山公園バラ園



9月は、昨年好評でした大安場史跡公園に行きました。椿の実の笛や拓本を、スタッフの皆さまに教えていただきながら体験しました。バラ園外出は天候もよく、様々な種類のバラを鑑賞し、バラの香りも楽しみました。

♪芋煮会～みんなで作ろう♪



秋といえば「芋煮会」です。えみふるでも、皆さんで豚汁とおにぎりをつくりました。皆さま、とても手際よく、分担しておりました。男性の方もおにぎり握りに参加。豚汁の味付けもばっちりでお昼に美味しく召し上がりました。

収穫祭 秋の味覚バイキング

10月28日



山菜栗おこわや鮭のちらしモンブランケーキ等、秋の味覚が詰まったメニューでした。さつまいもの甘露煮が人気でした。

新そば祭り

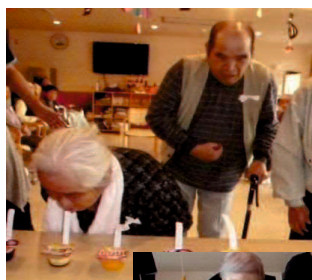
11月17日



職人さんによる、そば打ちを見学しました。そばを切る作業の体験もし、美味しい新そばをお昼に召し上がりました。

秋の運動会

10月21・22・23日



毎年恒例の秋の運動会。今年の種目は、ポイポイゲーム、はやく! はやく!、プリン運び競争でした。新競技盛りだくさんで、応援側も大変盛り上がりおりました。日頃の運動の成果が発揮できたかと思ひます。

えみふる健康教室

「低栄養予防について」 9月11日



今回は、講師に(株)明治様を招き、元気に過ごすための食事の摂り方、手軽に栄養不足を補うポイントなど、低栄養を予防するお話がありました。また、栄養補助食品や脱水予防の飲み物の試飲もありました。参加人数は39名。熱心にペンをとられる方や、積極的な質問もあり、有意義な時間となりました。

施設見学+職場体験ツアー案内

「うねめの里」「はるひめ」では、見学だけでなく実際に介護の仕事を経験することが出来ます。

体験時間は9:30～16:00の内、3時間以上6時間未満。ご希望に応じて1日から3日間まで体験することが可能です。

※体験は事前予約が必要になります。参加希望の方はお気軽にお電話ください。学生の方は、郡山駅まで送迎します。

TEL:024-961-8633
担当: 田中・達(つち)



御 礼

★ボランティア

- ・和田トヨ子様
- ・片平地区ボランティア様
- ・皆川龍旺様
- ・橋本倉義様
- ・佐久間亨様
- ・寺田宏様
- ・吉田桂子様
- ・石川桂子様
- ・野口由美子様
- ・大木康子様
- ・大越智枝子様
- ・井上美恵子様
- ・在宅訪問マッサージ様
- ・大原久枝様
- ・大内紀男様
- ・武藤久美子様
- ・喜古徳子様

★ご寄付・寄贈

- ・(株)ニラク美術館通り店様
- ・紺野睦子様(車イス)
- ・鈴木秀夫様

★慰問

- ・オカリナボランティア様
- ・ももの会様
- ・ふくしま四人会様
- ・遊遊クラブ様
- ・郡山カナリヤ会様
- ・郡山吹奏楽団様
- ・裏千家教授者
熊田宗順様 他2名
- ・稲穂会様

皆様の温かいご支援、
ありがとうございます。



うねめの里介護保険センター

所長 山川 綾子

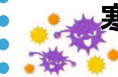
70歳以上の高齢者に支給されていた温泉券ですが、以前は要支援や要介護認定を受けた人はもらえませんでした。しかし、今年から高齢者健康長寿サポート事業ということで、70歳以上の高齢者であれば、介護認定を受けていても利用券がもらえるようになりました。また、この券は、温泉で使えるだけでなく、はり・きゅう・マッサージの施術料や、バスやタクシーでも使える共通利用券になり、とても便利になりました。申請しないともらえないので、温泉やタクシーなど利用する事がある方は、是非申請してください。窓口は各行政センター、市役所健康長寿課となります。ご不明な点があれば、いつでもお気軽にご相談ください。

健康長寿課



寒い冬こそ感染症に注意!

看護師 遠藤 浩子



冬に免疫力が低下している高齢者の方にとって最も注意しなければいけないのがインフルエンザやノロウイルスです。

インフルエンザ流行のピークは1月～2月が多く、ノロウイルスは11月～2月に多くなります。

インフルエンザ予防の基本は、

○手洗い(マスクも有効です)

ノロウイルスは

○食べ物に気を付ける

○手洗い

免疫力の低下も感染の原因になります。睡眠をとり毎食きちんと食事をとりましょう。



認知症サポーター講座

11月13日に地域密着型特別養護

老人ホームうねめの里はるひめの地域交流室で、職員向け認知症サポーター講座を開催しました。認知症キャラバンメイトの山川(うねめの里介護保険センター所長)が講師を務めました。終了後、認知症サポーターの証である「オレンジリング」が手渡され、これで法人職員44名が認知症サポーターとなりました。今後も随時開催していく予定です。



<風邪を予防する食事>

栄養士 滝浦 美奈

☆たんぱく質・・・**体力をアップします。**

魚類、肉類、卵、大豆製品、乳製品などに多く含まれています。

☆ビタミンC・・・**免疫力を高めます。**

ブロッコリー、キャベツ、じゃが芋、さつまいもなどに多く含まれています。味噌汁やスープ、鍋物にするのがおすすめです。

☆ビタミンA・・・**のどや鼻の粘膜を健康に保ちます。**

人参、ほうれん草、かぼちゃ、小松菜などに多く含まれています。ビタミンAは油と一緒にとることで吸収が良くなります。

☆食物繊維・・・**腸内環境を整え、免疫力を高めます。**

野菜類、きのこ類、海藻類、豆類、果物などに多く含まれています。

編集後記

先日、私も認知症サポーターの一員になりました。認知症サポーターとは、認知症を正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族を暖かく見守る「応援者」です。オレンジリングはその証です。みんなで認知症を正しく理解し、認知症の人を地域で支える社会になってほしいです。(石田)

