

# 寿考館お正月の催し物

## 『新年を迎えて』

### 犬山白寿苑だより



### 『新年を迎えて』

新年を迎えてはや一ヶ月が経ちましたが、皆様がどのようなお正月を過ごされましたでしょうか。染井町では、元旦に書き初めを行い、皆様真剣に思い思いのことばを書かれています。

二日目は福笑いを行いました。皆様で「もっと上、上、もう少し横だよ」と声を掛け合いながら、出来上がった顔を見て大笑いをされ利用者様も職員もとても嬉しいひとときでした。

三日日は入浴も無い事もありません。利用者様も職員もゆったりとした時間を楽しく一緒に過ごす事が出来ました。これからも利用者様が沢山の笑顔を見せて頂けるよう、心に寄り添った介護を行なっていきたいと思えます。

染井町 角 依里子



### 『寿考館二階のお正月』

寿考館二階では、元旦に「書初め」と、三日には絵馬に願い事を書きました。

書初めでは、日頃なかなか「文字を書く」という機会がないため、皆様真剣な表情でお手本を見ながら力づよい字を書かれています。又、お手本を使わずに「〇〇が食べたい」とご自身で考えて書かれた方も見え、皆様思い思いに楽しまれています。

三日には、絵馬に願い事を書いて頂き、健康のこと、家族のこと、やりたいこと等を書かれました。

事務 村田 光

### 『笑う門には福来たる』

新年を迎えまして、紅華町でも正月気分を感じて頂くべく福笑い、すごろく、かるたとり、書初めなど、正月にちなんだレクリエーションを行いました。福笑いでは、各々作り上げたおかめを見せ合い笑いの絶えないレクリエーションとなりました。一方で、書初めでは「新年」「初夢」など正月にちなんだ言葉を真剣な面持ちで書かれ、完成した作品は各居室にて飾らせて頂きました。また三日ではお屠蘇も振舞われ「美味いなあ」「酔った！」など良いお言葉が沢山聞かれてとても好評でした。今後とも紅華町では季節に応じたレクリエーションや行事を開催していきます。

紅華町 原 俊成





## 濫觴館 だより

はじめまして、昨年十月より濫觴館で介護士として勤務しております浅井伸吾と申します。

これまで介護に携わった経験が無く、毎日が勉強の日々ですが、厳しくも優しい先輩職員に支えられ、微力ながら利用者様のお世話をさせて頂いております。

先輩職員からだけでなく、利用者様からも「この人の席はあそこだよ」、「コップはここに置くんだよ」など教

わることも多く、移乗や食事のお手伝いの際もたくさんアドバイスを頂き、最近では「ありがとう」と声をかけて頂くことも多くなって参りました。

まだ慣れない仕事で迷惑をかけることもありますが、これからもたくさん「ありがとう」の声を頂けるように、また利用者様が安全に安心して生活をして頂けるよう介護技術や知識を磨いていき、コミュニケーションをとりながら信頼関係を築いていきたいと思えます。

人生の大先輩に失礼のないよう言葉遣いや所作に気を配り、頼られる介護職員を目指して参ります。よろしくお願ひいたします。

濫觴館 浅井 伸吾

平成三十一年も始まって早くも一ヶ月がたちました。濫觴館では一月一日に福茶、二日におしるこ、三日に甘酒を提供し、利用者の皆様おいしそうに飲んでいらっしやいました。

三日間でいただいた飲み物について、一日の福茶は大晦日や元日に健康長寿や無病息災を願って、昆布(よろこぶ)と梅干し(おめでたい松竹梅)にお湯やお茶を注いで作ります。福茶の起源は平安中期の僧、空也上人が、病人にお茶を飲ませて病氣からすくったという話が元であると言われて

ています。そして福茶は節分でも一年の邪気を払う縁起物として飲まれていきます。節分では元日と違い、豆まきに使う豆に、お湯またはお茶を注いで作ります。豆を使うのはまめまめしく働けるという意味から

だそう。二日のおしるこは漢字ではお汁粉と書きます。小豆などを砂糖で甘く煮た汁の中に、餅や白玉団子、栗の甘露煮などを入れたものをいいます。江戸時代から発祥し、餡の汁の中に子として餅を入れるので餡汁子餅から略して汁粉になったと言われています。

三日の甘酒は起源を古墳時代までさかのぼる伝統的な甘味飲料です。少し前に「飲む点滴」と言われ人気になりました。甘酒はブドウ糖やビタミン、葉酸、食物繊維、オリゴ糖、アルギニンなどアミノ酸などたくさん成分を含む非常に栄養価の高い飲み物です。疲労回復、熱中症予防、便秘の解消、代謝の促進による美肌などの健康効果があると言われて

います。まだまだ寒い日が続きますが、皆様あたたかい飲み物を飲んでどうぞお体に気を付けてお過ごしください。

濫觴館 遠藤 るみ枝

## 尚齒館だより

『甘酒作り』

尚齒館では一月一日の元旦に甘酒作りを行いました。

甘酒を温め一人ひとりに配っていたところ「これは何だ」「甘酒か」「美味しそうだね」と言ってみえ、一口飲まれると「うまい」「美味しい」と数多くの方から大変好評でした。おかわりされる方もたくさんみえました。みなさんから「ありがとうね」と言ってもらえてとても嬉しい一日となりました。

ご存知の方もいるかと思いますが、甘酒は夏の季語だそうです。甘酒は飲む点滴といわれており夏バテ予防にも良いそうですので、夏にも甘酒を飲む機会をつくり行いたいと考えています。

またみなさんに季節を感じて頂き、喜んで頂けるような企画を考え、行ってみたいと思えます。

尚齒館 田中 祐治



## 健康で 暮らせますように・・・

新年が明け新しい年が始まりました。一月十七日に今年一年の利用者様、職員の無病息災を祈念するため、大縣（おおあがた）神社様に健康祈願をお願いしました。毎年この時期になるとインフルエンザが流行し体調を崩されやすいため健康祈願をお願いし、今年一年も大過なく過ごせたいと思っております。今年も皆さんでお願いを致します。白寿苑においては大縣神社様のご加護と共に職員一同注意を払い、利用者様が健康に過ごせたいと思っております。

事務 村田 光



## 医務室だより

中高年から気をつけたい目の病気が  
気になりませんか、目の衰え

### ●老眼（老視）

レンズの役目をしている水晶体のピント調整力が低下して、近くのものが見えにくくなる（誰にでも起こりうる目の老化）

### ●加齢黄斑変性

物を見るときに重要な働きをする黄斑という部位が、加齢とともに障害をうけることが原因で、見ようとするものがゆがんだり、暗くなったりぼやけて見える

### ●緑内障

眼圧が高くなることで、視神経に障害が起こり、視野の周辺や一部が欠けて見える

### ●白内障

水晶体が白く濁ること、視野全体がかすんだり、ぼやけて見える

見えにくいのは、老眼のせいではないかも？

加齢黄斑変性は、見たいものが見えなくなる病気で、片目から進行するケースが多く、日常生活では気づかないこともあり、加齢によって誰でも発症する可能性のある病気です。五十歳を過ぎたら定期的に眼科検診を受け、早期発見、早期治療に心がけましょう。



医務室 高木涼子

## 二月の予定

三日 豆まき  
五日 床屋（ひばり様）

毎週火曜日 菓子販売  
毎週水曜日 嘱託医先生  
第二・四曜日 歯科先生往診  
犬山病院先生往診

感染症予防のため、慰問等はお控え頂いております



