

ボランティア紹介

たくさんボランティアの皆様よりおいでいただきました。



ハーモニカ演奏をして下さった櫻井繁様。利用者様からのリクエストにも応えていただき、たくさん曲を演奏されました。マイクを持ち、演奏に合わせて楽しく歌われていた方もいらっしゃいました。

劇や歌を発表して下さった加茂暁星高校看護科の皆さん。「今日の発表は何点でしたか？」と尋ねると、皆さん口を揃えて、「百点満点！」と笑顔で答えていました。



歌の発表をしてくれた加茂葵幼稚園の園児たち。可愛い歌声に思わず顔がほころびました。
一緒にお話ししたり、手遊びをして園児たちと触れ合いました。

ボランティアの皆様 ありがとうございました。

若葉会様・ひまわり会様
三周年金受給者協会加茂支部様・平山富枝様
葵幼稚園様・八幡すずらん会様・木戸貴美子様
加茂市老人クラブ連合会様・花音様・廣圓寺様
幸町育成会様・株式会社山忠様・葵中学校様
七谷中学校様・加茂中学校様・下条小学校様
加茂暁星高校様・オアシス会様

お知らせ

平成二十五年十月一日より「医療法人社団青柳医院介護老人保健施設さくら苑」から「医療法人社団白美会介護老人保健施設さくら苑」となりました。

それに伴い、ベッド数が九十六床より百床、通所利用人数が二十名より三十名へ拡大いたしました。

また、送迎バスが三台新しくなっています。

通所リハビリは、曜日によって空きがありますのでぜひご利用下さい。詳しくは支援相談員までご相談下さい。



新潟県介護老人 保健施設大会

日々、研究を重ねてきた成果を発表するため、老健大会へ参加してきました。
さくら苑は三例の研究を発表。その中の一例「経口摂取の架け橋はいつもの先生」が奨励賞(約百例の中から選出された八例の中の一つ)を受賞しました。奨励賞の受賞は二年連続となります。

研究は「経管栄養から経口摂取の移行について近隣の歯科医の先生より協力してもらい、効果的な経口移行を進める」という内容でした。

行事のお知らせ

四月二十日(日) 十四時より機能回復訓練室にて、さくら一座による劇の披露があります。演目は「花さかじいさん」です。
ご家族様もぜひお越し下さい。

編集後記

少し季節はずれの雪もようやく融け、暖かくなってきました。一年が過ぎるのはあっという間です。今年度も様々な行事等で元気を保ち楽しく過ごしましょう。
広報委員会 栗山・川島・牛腸



さくらだより

第21号
2014. 4. 1



年は戴くもの

施設長 岩井 昭一

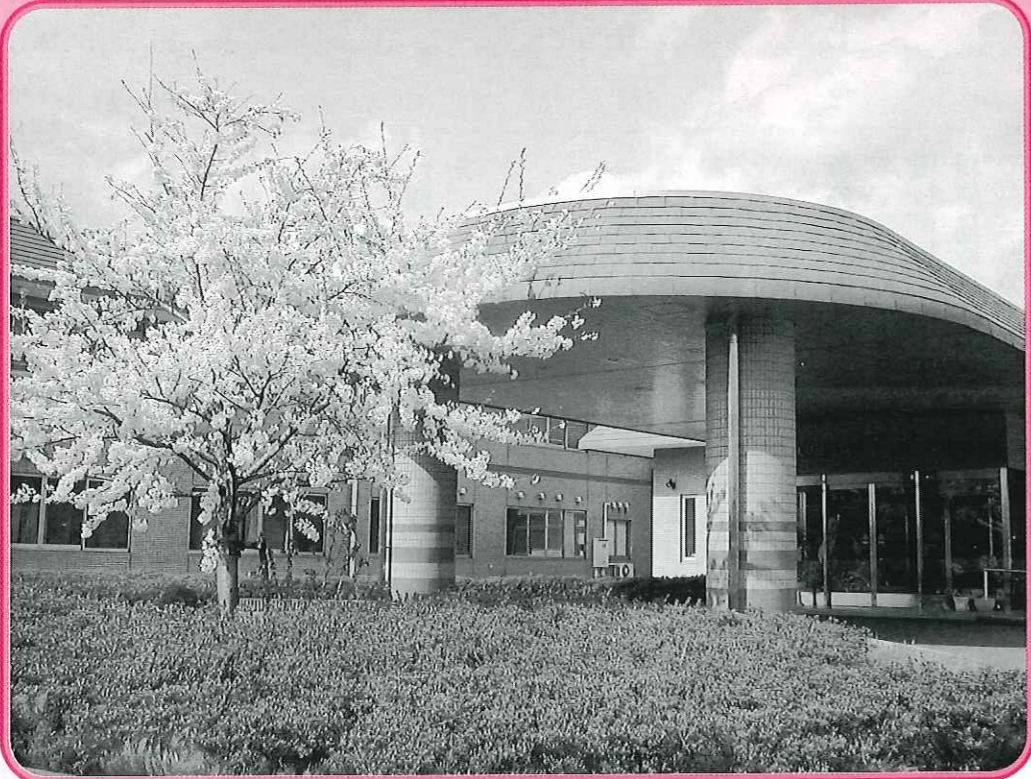
特別養護老人ホームが開設されて五十年(当時の高齢化率十一%)、老人保健施設が開設されて二十六年(当時の高齢化率十一%)、介護保険法制定から十四年(当時の高齢化率十七%)、さくら苑の開設から十八年(当時の高齢化率十五%)となりました。平成二十四年で六十五歳以上の人口は二十四%(うち七十五歳以上は十二%)にまで上昇しました。

そもそも、老人保健施設は病院と在宅との中間施設として開設されましたが、社会の変化や要求により長期入所やターミナルケアにも対応せざるを得なくなりました。老健施設の理念と役割を守りながらも、時代や社会の要求も受け入れる狭間に立たせられています。

老健施設で仕事をしていくには、老いや老化についての知識や理解が最も重要です。しかし実際に老いを経験しないとわからない部分もあります。これは自分自身が年老いたからでしょうが...

私は年をとるとい言葉があまり好

きではないのです。若いときは早く年をとりたい、高齢になるともう年はいらない、とよく言います。しかし年を早くすることも、断ることもできません。年齢ほど公平平等なものはありません。若い時は年をとる、中年になったら年を重ねる、高齢になったら「年を戴く」が良いかと思えます。
さくら苑には百歳以上の方が二人いらっしゃいます。長寿の人達に対して長生きの秘訣は何ですかと聞くと、自分の生き方を延々と語る人もあり、「そんなものはない」と答える人もいます。百八歳を生きた天海僧正は「気は長く、務めはかたく、色薄く、食細くして、心広かれ」と言ったそうです。
しかし、長寿は生活習慣や環境、さらに医療のみでは決定されません。「運」という不定無情の部分があるからです。だから「一日は尊い一生」であり、悔しくても楽しんで一日。あまり命にこだわらず、毎日を「感謝」で過ごすのが最良の生き方だと自分にいい聞かせています。



さくら苑の一年間

四月

新年度の始まりです。
雪も融け、花が咲き始めると、桜を見ながらの昼食会が開かれました。



五月

加茂祭りへ参加しました。
懐かしいカキ氷やぼっぼ焼きなど、おいしいものをたくさんいただきました。



七月

春先から大事に育ててきた野菜を収穫しました!!
新鮮な野菜は好評で「うんめーね」と皆さんニコニコ笑顔でした。



八月

夏の風物詩「とろてん」。
今回のおやつは自分で突いてみました。突きたてのところてんはみずみずしく、とてもおいしかったです。



九月

敬老会が開かれました。
皆さんの長寿を祝い、鯛と鯊の解体ショーを行いました。
目の前での解体ショーは迫力満点!
美味しさも満点でおかわりも自由でした。



十一月

収穫祭!!今年一年収穫できたことの喜びを皆でわかちあい、中庭で収穫したじゃがいもを使用し、芋煮を作りました。
色とりどりの野菜がたくさん入った芋煮は絶品でした。
また、そば打ちも行い、打ちたてのそばもとてもおいしかったです。



一月

さくら神社にて初詣!!
鳥居をくぐり、神主さんにお祓いをしてもらいました。また、年男・年女の利用者様に鏡開きをしてもらい、甘酒をふるまいました。



二月

節分には豆まき!!
「鬼は外!!」「福は内!!」と皆さん元気に鬼退治をしていました。

三月

ひな祭りのおやつはお内裏様とお雛様。食べるのがもったいない!!

作品紹介

通所リハビリテーションをご利用の皆様は作品です。
毎月、様々な作品でリハビリ室の壁をあざやかに飾って下さいます。



春を先取り、満開の桜です。早く咲かないかなと待ち遠しいですね。

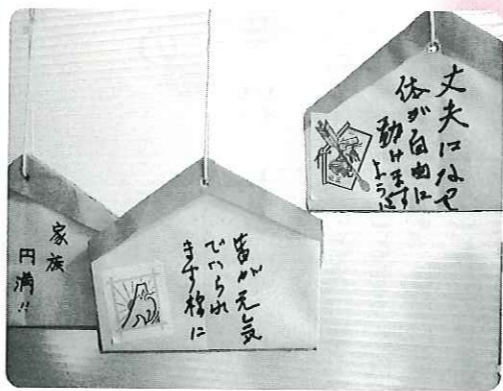
今年は馬年。馬の貼り絵も作りました。上手に作る事ができ、皆様満足された様子でした。



絵馬から手作りし、各々の願いごとを書きました。どうぞ皆さんの願いが叶いますように。



三月は雛祭りということで、笑顔のお内裏様とお雛様。ひし餅を貼って、完成です!!



簡単!春レシピ

春菊のピーナッツバター和え

少くセのある春菊も
ピーナッツバターのコクで
食べやすく



《材料(2人分)》

- ① 春菊 150g
- ① 塩・しょうゆ 少量
- ② ピーナッツバター 加糖タイプ
- ② しょうゆ 小さじ1
- ② だし 大さじ1

作り方

- 一、春菊はやわらかい茎と葉を摘み、洗って水気を切る。
- 二、塩を加えた沸騰湯でゆで、素早く水にとって流水で冷ます。
- 三、十分に冷めたら軽く水気を切り、長さをそろえて食べやすく切る。しょうゆをかけ、軽く水気を切る。
- 四、ピーナッツバターに、しょうゆ、だしを加えて混ぜ、「二」を加えて和える。

栄養士より一言

「春の野菜」は通年に比べ、ビタミン、ミネラル等が多くなる傾向があります。和え物の種類を変えて、なばな・アスパラ・春キャベツ等いつもの食事に野菜料理を一品追加して、ヘルシーな食卓を心がけましょう。ちなみにピーナッツバターは悪玉コレステロールを抑え、動脈硬化を防いでくれますし、春菊はミネラルが豊富で骨を丈夫にしてくれます。