

あかり

題字/山中信子様

発行所
社会福祉法人 川岳福祉会
坂本の里 一灯苑
〒869-6105
八代市坂本町坂本1071
TEL0965-53-7277

第24号
平成22年4月11日

転ばぬ先の棒体操!



新聞で作った棒でのリサイクル体操です!

介護予防教室

一月二十八日(木) 深水地区において介護予防教室を開催しました。今回は「消費者被害について」と「介護予防体操」をテーマに行いました。まず、「消費者被害について」ビデオ観賞を交えた講義を行い、皆さん、熱心に見聞きされていました。また、休憩中に「海外宝くじ」

の購入案内のハガキを持参された方から相談を受け、「海外宝くじ」を購入することは違法になっていることを伝え、被害を未然に防ぐこともできました。「介護予防体操」では新聞で作った棒で簡単な体操を行い時折笑い声も響き終始和やかな雰囲気で行うことが出来ました。

清掃 ボランティア

三月十日(水)、坂本町の崇光寺から清掃ボランティアに仏教婦人会の三十五名の方が来苑してくださいました。その日は、雪が舞うほど寒い日で、外で草とりにされている方々に声かけをすると「寒いけど、きれいにするのは体があたたまるわ」と笑顔で返ってきました。またその日、施設内で



は、百三歳になられる入居者の方に職員がお祝の言葉をかけていたところ「今日はお祝?」と声をかけて下さり、誕生日を迎えられた入居者さんはとても喜ばれ、歌を歌い始められました。その歌を聞いて、またリクエストがかりももう一曲歌われ、そして、「もう一回?」と入居者自ら歌い始められ、とても心温まる出来事でした。あちらこちらで会話に花が咲き、中には帰りがちよつと遅くなられた方もいらつしやるほどでした。苑もきれいになり、心も温まり、とてもいい一日となりました。ありがとうございました。

職員紹介

川上 龍之介



四月から生活相談員として、デイサービスから異動してきました川上です。

利用者の方の生活が豊かで楽しいものとなるように取り組んでいきます。

利用者様、ご家族様、職員と色々な人達が集まり、協力し助け合いながら“大岡越前”で有名な「三方一両損」の裁きのようにそれぞれに色々な思いがあるでしょうが、少しずつ痛み分けしながら、利用者の方の幸福と自己実現の達成の為に、惜しみなく努力しますので、よろしくお願ひします。



三月七日(日)、八代ハーモニカクラブの九名の方が来苑してくださいました。

ハーモニカ

今年で三回目となります。毎年、大小さまざまなハーモニカで魅了してくださいました。一時間弱のことでしたが、演奏だけでなく、「南京たますだれ」の披露や、ひとりの男性入居者さんが頭巾と白いひげをつけ、あつという間に水戸黄門様に大変身!一緒に歌をうたわれるなど、とても楽しいひとときとなりました。



寄付のお礼

山下 保 様
蓑田 久雄 様
田中 悦子 様
中村ミツモ 様

桜咲く 奈良東大寺 公慶和尚
保健師を目指していた末娘(桜)が無事、大学に進学する事になった。いよいよ我が家から巣立っていく。寺に生まれた子ども達は三人とも福祉の専門分野に進学することになる。

奈良東大寺公慶和尚は十三歳で出家し荒廃した大仏の改修を決意。当時一万両(現在では十億円)という巨額の資金を集め再建を果たした人である。「天下の仏心を集めて、一仏となす」という考えで「勸進」に取り組んだ。一軒一軒寄付を頼み不眠不休で浄財を集めた。行脚中は横になって寝ることは無かったという。四十四歳で大願成就を果たす。落慶法要の時、公慶は「救急センター」「薬局」「迷子センター」を設置して優しい心配りをしている。衆生の救済を目的として生き抜いた公慶和尚が今、生きておられたら、この門出の桜の下で、子ども達にどんな思いを語って下さるだろうか。拝聴してみたいものである。

特別養護老人ホームより

ひな祭り

ひな祭りは、行事食で「ちらし寿司」が出ました。みなさんに好評で、おいしく頂きました。



今年も苑にやって来た鬼に向かって、皆さんで豆をまきました。中には、鬼と仲良くなられた方もいらっしゃった様です。

節分



あかき通信

合同誕生会

2月に誕生日を迎えられる方々のお祝いに「蒸しパン」を手作りしました。皆さんおめでとうございます。



デイサービスより

囲碁

囲碁クラブにボランティアの方に来ていただいています。



節分

節分の日の恵方巻き作り。今年は、どっちを向いて食べるの？

寒い中ベンチ作りに精を出されています。



ベンチ作り

腰痛体操、見て！見て！この美脚。まだまだ若い者には、負けませんよ!!

腰痛体操

もっと知りたい在宅介護 ~第4回~

そもそも在宅介護ってなに？

施設には入所せずに自分の家に住みながら「介護や支援」を受けることです。

《一灯苑では下記のサービスを行っています》

- サービス利用の相談.....居宅介護支援事業所
- 自宅での日常生活の手助け.....ホームヘルプ
- 施設に通って利用するサービス.....デイサービス
- 短期間施設に入所して利用するサービス...ショートステイ

また、居宅介護支援事業所のケアマネジャーと相談し、必要となれば市町村へ申請し、生活する環境を整えるサービス（福祉用具のレンタルや購入、小規模な住宅改修）を受けられる場合があります。

その他、介護についての疑問や質問がありましたら、なんでもご相談ください。

あんしん相談センター TEL 45-2320

医務室より

春は、孫の進学や就職、子どもの転勤などがあつたり、季節的に体調を崩し、下記のような『うつ』の症状があらわれたりします。

- 気持ちが落ち込む
- 意欲、行動力が無くなってくる
- 身体症状がみられる
- 思考があまりできない、自分に自信がなくなる

上記のような症状により、眠れない日が2週間以上続く場合、医師への相談を検討されるといいと思います。うつは、治る病気です。周りのあたたかい心配りで高齢者の方をサポートしていきましょう。



編集後記

桜の花が終わり、きらりとした新緑の季節となりました。花とは違った姿で楽しませてくれます。一灯苑も職員の異動などにより、また、去年とは違う楽しみが増えそうです。暖かくなり、何かをやりたいなと体がうずうずしてくる季節でもあります。無理をせず、今を楽しんでいきたいと思えます。それでは、次号もお楽しみに★