

愛灯園 だより

No.199

2012.01.16 発行

社会福祉法人 愛灯園
〒384-0805
長野県小諸市宇高峯1番地
TEL:0267-22-8177
FAX:0267-25-2233



坂の上小学校

四年一組

年頭にあたり

理事長 西川 宏

新年あけましておめでとうございます。ご利用者・ご家族の皆様におかれましては、希望に満ちた新春をお迎えのことと謹んでお慶び申し上げます。

昨年を顧みますと、三月十一日の東日本大震災をはじめ、三月十二日の長野県北部を震源とする地震、そして原発事故・豪雨・台風など大災害が日本各地で発生し、多くの尊い命が失われたなど被災された皆様には、心からお見舞いを申し上げます。

愛灯園でも被災地に対して、少しでもお役に立ちたいと思いベッド・車イス等を海應院のご住職である矢島様の協力を得て、被災地へ向けて送ることができました。

今年は、良い年であると共に、皆様が更に飛躍の年となりますよう、ご祈念申し上げます。年頭のご挨拶といたします。

交流会・ボランティアでお世話になった皆様

掲載させて頂いた方々の他にもたくさんの方に訪問して頂きました！忙しい中、愛灯園に訪れて頂いた皆様にあたためてお礼申し上げます。



大正琴演奏の皆様



国際ソロプチミストの皆様



腹話術 滝沢様



坂の上小学校 四年一組の児童

ご協力ありがとうございました

平成23年10月1日以降平成24年1月5日までの協力者の方々を掲載させていただきました。紙上をもってお礼申し上げます。

高橋敏男様、山屋物産様、田中昭士様、シャープエルクス様、佐久造園組合青年部様、渡辺建設工務様、松井農園様、長井農園様、マンズワイン様、みすず幼稚園様、滝沢博文様、井上秀治様、国際ソロプチミスト様、童謡・唱歌の会の皆様、坂の上小学校四年一組の児童、ハローアニマルの皆様

編集後記

皆様、あけましておめでとうございます！年末は予想以上の寒波が押し寄せ、厳しい冷え込みとなりました。今年も浅間山の雪化粧が一層の寒さを感じさせています。昨年は大災害が日本各地で発生しました。今年は復興に向けて動き出した年でもありますので、私達も頑張りたいと思います。今年も皆様のより一層のご多幸を願いつつ、愛灯園だよりのご愛読を頂ければ幸いです。

介護をされている、ご家族・専門職へ暖かく感謝の気持ちを伝えていくために、毎年11月11日が「介護の日」に制定されています。

いい日、いい日
毎日あった介護
ありがとう

社会福祉法人愛灯園もこの「介護の日」に賛同しています。

長野県「介護の日」普及実行委員会

社会福祉法人 愛灯園

○法人本部 小諸市宇高峯1番地

●特別養護老人ホーム ●ヘルパーステーション
●短期入所生活介護所 ●介護支援相談所
〒384-0805 長野県小諸市宇高峯143-1番地
TEL 0267-22-8177 FAX 0267-25-2233

●デイサービスセンター愛灯園
〒384-0805 長野県小諸市宇高峯143-1番地
TEL 0267-24-0056 FAX 0267-25-2233

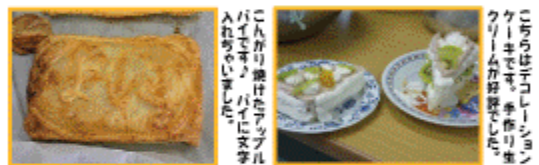
●特定施設入居者生活介護事業所
「グリーンライフ愛灯園」
〒384-0805 長野県小諸市宇高峯173-1番地
TEL 0267-26-0220 FAX 0267-25-2233

お菓子販売

地元の業者「ふじや」さんによるお菓子の主張販売が行われています。
日頃はなかなか施設を出て買い物へ出かけることが難しい利用者の方々も、自分で直接好きなお菓子を選ぶことで、心待ちにしています。よい気分転換にもなっております。

料理教室

デイサービスセンターでは月に一回料理教室を開いています。その中でも特に美味しそうな二品をご紹介します♪



こんがり焼けたアップルパイと、手作り生クリームがポイント♪

このお料理は、シェフのケイキキさん、手作り生クリームがポイント♪

みんなの作品広場♪



ふれあい祭り出展「初春の浅間山」利用者共同作品

A3用紙の4倍、A2の台紙(594mm×420mm)に少しずつ、少しずつ、たくさんの利用者の皆さん達が協力して作り上げた大作です。
普段は、小さな台紙にちぎり絵を作るのですが、大きさに気後れしてしまいう時もあり、作成を始めた頃は「いつ完成するんだろうねー」などと苦笑いしていた時も。ですが形になっていくに連れ、「やってよかった」「きれいだねえ」と皆で完成を喜び合う事ができました。現在は、愛灯園2階食堂に飾ってあります。実物も是非見に来て下さい。

歳時記 愛灯園

楽しいこといっぱい！愛灯園の行事をぜひご覧ください。



がんばってー！



うまく入るかな？



とってもカッコイイ演舞でした♪

秋の運動会

10月20日

秋晴れの青空の下、元気な子供達のひしゃく声と共に運動会が開始されました。一緒に運動会に参加しに来て下さった野岸小学校4年生の皆さんによる演舞や、利用者も参加して行ったスプーンリレーの他、職員達で考えた「ちょっと変わった玉入れ」などもあり、子供達とお年寄りの良い交流の機会になりました。
「がんばれー！」「負けるなー！」と利用者も職員も、もちろん子供達も一体となって声援を送り、終始盛り上がりを見せた運動会となりました！

りんご狩り



10月25日～27日

秋の味覚「りんご」、甘酸っぱくて美味しいりんごを食べに、長井りんご園へりんご狩りに行って来ました。次々にりんごを口にほおぼり、満面の笑顔。美味しい物を食べると、表情も幸せな顔になりますよ。



秋晴れで気持ちよかったです



これは美味しい！

焼き芋大会

11月3日

たくさんのお菓子を集め、モクモクと煙を出しながら今年も焼き芋大会を行いました。「昔はよくこういしたもんだ」「ゆっくら焼やさないよ」たくさんのお声かけ合いながら、できたての焼き芋をおやつで頂きました。



あちっっ！ホクホクだね^^



はやく焼けないかな～♪

ひょうたん付き添い会食



11月2日

美味しいご飯を食べに行きましょー！おきにはこうして外へ出て、いつもと違った場所と雰囲気でお食事ができるのもとても良い機会ですね。目の前のご馳走に囲まれて、皆さんとっても嬉しそうですね。



がんばーい！



いやー、楽しいねー！

ふれあい祭り参加



12月4日

利用者の皆さんが手縫いで作った様々な作品を展示させて頂き、たくさんのお出し物やお店を見て頂きました。毎年開催されているので、来年は皆さんも是非訪れてみて下さい。



なにが始まるのかしら！？



可愛らしいね

「老化予防について」
看護師より
今や世界有数の長寿国となった日本。今までは「元気で長生き」「いかに病気を予防するか」が大切と思われてきました。しかし、これからは「老化予防（いかに老化を遅らせるか）」にもっと目を向けた方がいいです。
老化は誰にでも訪れるものですが、骨や筋肉が弱くなる事が生活の質をも落とし、これら構成しているタンパク質が、歳をとると得られにくくなってしまうのです。そこで、高齢になるほど良質なタンパク質を摂る事は大切です。色んな食材から、動物性・植物性タンパク質を摂っていきましょう。適度な油脂を摂る事は、「このころの安定」にも良い影響をもたらします。過ぎた粗食は老化を早めてしまいかもれませんよ！



これからの行事予定

- | | | |
|----|-----------------------------|--------------------------------|
| 1月 | ・地蔵尊縁日
・合同誕生日会
・餅つき大会 | ・どんど焼き
・正月遊び
・リハビリ教室 |
| 2月 | ・遣祖神縁日
・合同誕生日会
・餅分り会 | ・リハビリ教室
・介護者教室 |
| 3月 | ・供養塔縁日
・合同誕生日会
・ひな祭り会 | ・やまへい会食招待
・介護者教室
・リハビリ教室 |



介護技術講習会

介護者の負担軽減、腰痛予防対策の一環として、介護用ベッドの有効な利用方法や移乗を行う際のさまざまな対処法などを勉強させて頂きました。

学んだ事を活かし、より良い環境、より良い方法でのサービス提供を実現していきたいと思っております。



その他の行事について
バスハイク（雷電くるみの里、マンズワイン、びんころ地蔵）、芦原中学校校庭体験、坂の上小学校の壁面などがありました。ご協力頂いた皆様へお礼申し上げます。

動物ふれあい



12月5日

ハローアニマルさんのご協力により、動物とのふれあいの場を、今回も設けることが出来ました。元気な犬達や可愛いウサギをなでていると、なんだがとっても心が癒されますよ。



皆さんにご紹介です♪



暖かい体しているね

クリスマス会

12月16日

今年も芦原中学校生徒会の皆さんが来て下さいました。合唱部の歌声に感奮させて涙を流す利用者もいたり、紙芝居や、サンタクロースの登場なども盛り上がりました！



はやく始まらないかな^^



みんなでメリークリスマス！