

おおきに

「若狭ハイツだより」平成15年6月号

社会福祉法人『若狭福祉会』

〒917-0106 福井県小浜市阿納第59号9番地の1 TEL.0770-53-2940 FAX.0770-53-2965



より良いサービスを目指して

施設長 吹田 幸治郎

すばらしい設備の整った施設で過ごして頂くことも高品質のサービスではありますが、利用者と私たちの心と心が通じ合わなければ真の喜びと満足を感じていただけないと思います。

毎月、入所者の方が楽しみにされている習字と法話があります。習字の先生は生け花も得意で、習字に来られたときに季節の花を持参して生けてくださいます。習字が終わるとお年寄りがそれを眺めて表情豊かに自室に戻られます。

また、法話に来てくださる和尚さんは仏事のことだけでなく、地域の紹介など

お年寄りに分かり易く語りかけるように話をされます。話の後に般若心経を唱え、それが終わると一人ひとりに握手をして帰られます。お年寄りは握手をしている和尚さんの手を、自分の額に当てて本当に感激している様子です。

お二人は自然体で、お年寄りに感動と喜びを教えていてくださると感じずにはおれませんでした。私たちも「森を見て、木を見ず」にならないように、お年寄りの立場に立ち、心を込めて一つひとつのニーズに応えていけるよう、自然な心遣いで品質の良いサービスを提供していきたいと思っています。



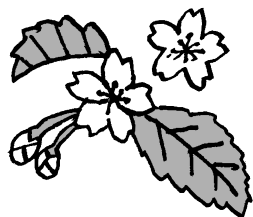
楽しいひととき



♥ 4月7日に小浜公園へお花見に行きました。
天気も良く桜も満開でとてもきれいでした。



♥ お弁当何が入って入るのかな？楽しみ。



♥ 外で飲むジュースは、おいしいな～。

よい天気 外で体操。

廊下に並んでボール送り、
なかなかボールが進みません。



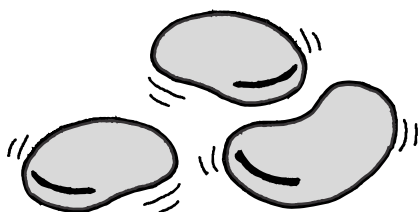
くつろぎのコーナーができました。
グループごとにゆとりの時間を過
ごしています。
星組で～す。



くつろぎ コーナー



おいし～!



一寸そら豆を
むいて、ゆでて食べました。



デイサービスの 一日



若狭ハイツ デイサービス

利用者の方同士の楽しい社交の場、趣味を自分発見の場としてご活用下さい。また利用者の方にとっても日頃の介護から開放されたいです。自分の時間を作れて、家庭内のストレスが軽減されます。

現在、当施設では、月～金まで1日定員20名となっております。ちょっとでも関心のある方、是非来てみませんか？懐かしい顔に出会えるかも。





あ〜、楽しかった。



今日は子供もいて楽しいな〜。

センター

生かした新しい
される時は、介
る機会となりま
解消にも効果絶

5名の体制でお
方は、一度遊び
もしれませんよ。



あ、今日も体操がんばるぞ。



お昼だ。いただきま〜す。

ご寄付ありがとうございました。

故・徳永八重子さんより、それぞれの居室へタンスを寄付して下さいました。大切に使用させていただきます。



- ♥徳永八重子さん ♥三久保さん ♥金岩栄一さん ♥井上耕養庵さん
- ♥鈴木光枝さん ♥平井千代乃さん ♥若狭仏経婦人会連盟さん
- ♥藤井文藝さん ♥藤田千三さん ♥国際ソロプチミストさん

ありがとうボランティアの皆さん

♥朗読ボランティア『ポッカポカ』さん



♥『エプロンシアター』さん



物語に合わせて、ポケットから小物が次々に出てきます。楽しいエプロンの出来上り。

♥『コスモスケア』さん
♥『内外海保育園』さん

♥『縫い物ボランティア』さん
♥『滝野春栄』さん

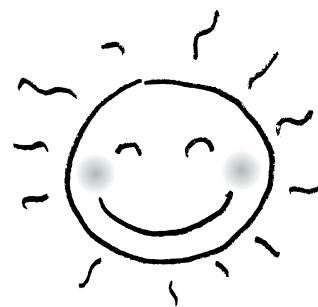
骨粗しょう症の予防ポイント

1. 積極的な運動とこまめに動く事

日常生活の中、仕事、家事を通して1日8千~1万歩を目安に毎日運動する事が大切です。

2. 日光を浴びる

わざわざ肌を出す必要はありませんが、夏なら木陰に30分程度、冬場なら1時間ほど散歩をして顔や手に太陽をあびれば十分です。ガラス越しに日光を浴びてもあまり効果がありません。



3. カルシウムの豊富な食品を覚えて、積極的に食事を取り入れましょう。

- 牛乳、乳製品…脱脂粉乳、チーズ、ヨーグルト etc
- 小魚類…しらす干し、干しエビ、ししゃも etc
- 大豆・大豆製品…木綿豆腐、納豆、がんもどき etc
- 緑黄色野菜…小松菜、大根葉、切り干し大根 etc
- 海藻類…ひじき、わかめ、こんぶ etc



デザートの一例〈抹茶ババロア〉

材 料

ゼラチン…1.7g 水…少々 抹茶…1g 湯…少々 脱脂粉乳…10g 水…80g
*砂糖…10g 生クリーム…10cc

作り方

- ①ゼラチンは水少々でふやかし、抹茶は湯で練っておきます。
- ②①と脱脂粉乳、水、砂糖を合わせて火にかけ、煮ときます。
鍋底を氷水で冷やしながらか、トロミがつくまで混ぜ合わせます。
- ③生クリームを6分立てにホイップし、②に加え混ぜます。
- ④③を容器に入れ、冷蔵庫で冷やしながらか固めます。

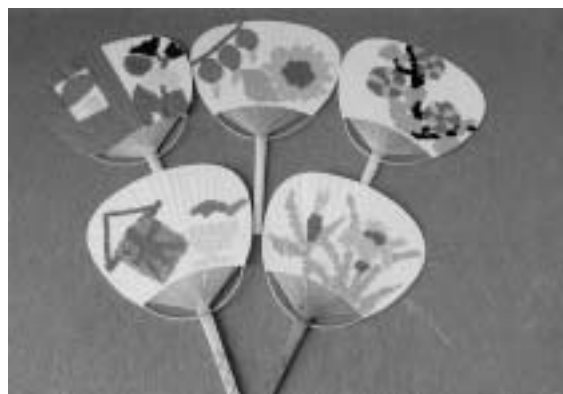


ポイント！ 脱脂粉乳を使用することでカルシウム量も多く、味もまろやかになります。

100kcal たんぱく5.6g カルシウム145mg りん121mg

作品コーナー

♥岡さんの『貼り絵』



お知らせ



7月26日(土)に

今年も夏祭りを
開催しますので
皆さんお越し
下さい。

来てね!

お待ちしております。

お願い
今年も皆様方のご協力を得て夏まつりを
盛大に開催したいと思っています。
家庭にねむっている品物がありましたら
バザーへご協力下さいますようお願い致します。

夏から秋への予定

- 7月 2日 音楽療法
- 9日 誕生会
- 12日 習字
- 14日 散髪
- 16日 法話
- 26日 夏祭り
- 8月 6日 音楽療法
- 9日 習字
- 11日 散髪
- 20日 誕生会
- 9月 3日 誕生会・音楽療法
- 8日 散髪
- 10日 運動会
- 17日 法要・法話
- 24日 防災訓練

おくやみ

平成14年度

平成15年度

- 中野きよさん
- 溝口 勉さん
- 三久保信司さん
- 清水ヨシ子さん
- 西谷末子さん
- 藤井久光さん
- 藤田はつさん
- 平井フサエさん

