

H24.3.10発行 Vol. 30

# うらら通信

老人福祉施設うららか  
広報委員会 編集・発行

宗教法人 岡南神社  
岡山市南区あけぼの町14-16

## 目次



- 初詣（岡南神社）
- 各サービス行事
- 家族交流会・介護者教室・公民館まつり
- 職場体験・県の事業・ボランティア紹介
- 新人紹介・沼本さんレシピ
- 支援センターだより・編集後記

恒例行事の1つである降神祭・初詣・出張ご祈祷について紹介させて頂きます。いずれも岡南神社・宮司の垣内 征四郎さんに執り行っております。



うららか太明神



出張ご祈祷



降神祭



岡南神社



初詣

## 基本理念

『地域に根ざし、施設にかかる全ての方々に、笑いと感動を提供する。』

## 運営目標

- ☆個別ケアの実践
- ☆職員間のコミュニケーションの活発化
- ☆リスクマネージメントの徹底
- ☆コンプライアンスの遂行
- ☆家族との積極的交流

うららか

長寿  
喜び  
明るく

# 特別養護老人ホーム

平成23年9月から平成24年2月までの特別養護老人ホームとショートステイでの行事を紹介させていただきます。多くの方に笑顔で参加していただきました。

## 9月 敬老会



職員による出し物の日本舞踊と笑点で、長寿の皆様をお祝いをさせていただきました。

参加された方々は、笑顔で過ごされていました。皆様がいつまでも元気で過ごせますように。

## 11月 やきそば作り



キャベツを切るやつ!



やきそばシュー



野菜を切ってもらったり、ホットプレートで炒めてももらったりと、家で料理をされていた方々は慣れた手つきで包丁などを使われていました。あつあつの美味しい焼きそばを食べていただきました。

また機会があれば皆様にも料理の腕前を披露していただけたらと思います。

## 12月 散歩



天気の良い日にうららかの近くを皆様と散策しました。道に咲いている花を見たりして、楽しみました。



## 1月 福笑い



完成!!



お正月の遊びをして、皆様に昔を思い出してもらえたらしいと思い、施設長の写真を使って福笑いをしました。出来上がった顔を笑顔で見ていました。

その後はバイキング形式で、たくさんあるおやつの中から選んで食べていただきました。



## おやつバイキング



# ショートステイ行事

## 10月 大運動会

赤・青・黄の3チームに分かれ、各チーム優勝目指して全力で頑張りました。応援合戦では、応援の神が登場して皆さんを応援させていただきました。



## 12月 餅つき大会



## 2月 節分



# デイサービス行事

平成23年10月以降うららかデイサービスでは、たくさんの行事を行い、たくさんの笑顔を皆様より頂きました。ここにその写真をご紹介したいと思います。これからも『笑いと感動』のあるデイサービスを目指し、楽しい行事を企画していこうと思います。

## 大運動会 (10月)

今年の運動会では皆様が赤、青、黄色の各チームに別れてパン食い競争、借り物競争、スプーンリレーに参加されました。皆様が真剣にして大笑いしながら競技に参加されました。



## クリスマス会 (12月)

サンタクロースに扮した施設長率いる『うららかハンドベル隊』は、毎年皆様がとても楽しみにされています。その他にも、『くろひげ』ならぬ『ゆきだるま危機一髪』ゲームや、景品の『施設長カレンダー』が大好評でした。



## 餅つき大会 (12月)

昔ながらの臼、杵でつくお餅に皆様は昔を思い出されていました。ついたお餅は鏡餅と残りは皆様で砂糖醤油、きな粉、あんこ、大根下ろしにていただきました。



# 出張ご祈祷 (1月)

岡南神社の宮司さんによる新年のご祈祷をしていただきました。『今年一年良い年になりますように・・・』との思いを込めて皆様、ご祈祷に参加されました。



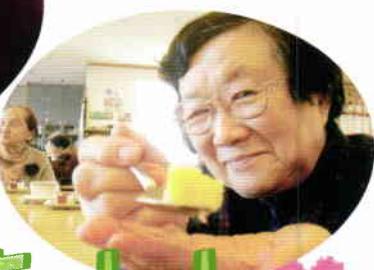
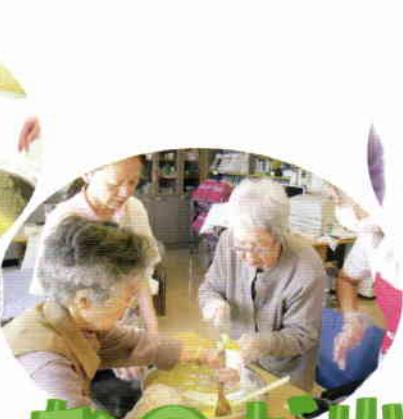
# 節分祭 (2月)

午前中は皆様で『豆大福』を作り、午後からは施設長扮する鬼の大将が手下の鬼を引き連れて現れ、その鬼に向かって豆をまきました。鬼のあまりの気持ち悪さに呆気にとられる方もおられましたが、皆様笑顔で楽しまれました。



# おやつ作り (毎月)

毎月2回、来所されている皆様でおやつ作りに挑戦しています。職員も初めて作るおやつが多く、又出来た物がその日の皆様のおやつになるので作っている様子は真剣そのものです。しかしそこは『昔取ったきねづか』とばかりに、上手に作り、毎回おいしく頂いています。



## こんなのが出来ました!!



# ケアハウス

うららかのケアハウスでは、毎月工夫をでいただいています。

今号は、9月の敬老会から、1月の百人

## 敬老会

区切りの歳の方を表彰させていただきました。



## 運動会

2チームに分かれて五種目を競っていました。



炭焼きの旬のサンマを、皆さん上手に骨だけにされて召し上がられていきました。

## サンマの会



# 行事

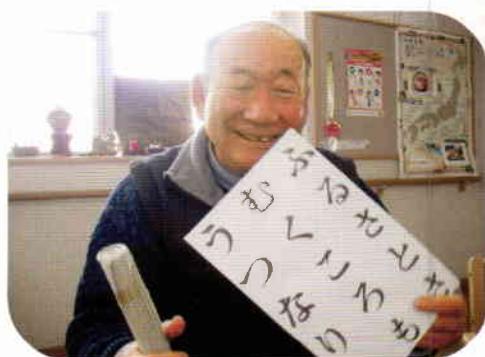
凝らした行事でご入居者の皆様に楽しん

一首までの様子をご報告致します。



## 忘年会

ご入居者の方々と職員による紅白歌合戦を開催致しました。



スウィーツのバイキングを楽しんでいただきました。

## スウィーツ バイキング

百人一首と餅つきで新春を祝いました。

## 百人一首

# 第5回 家族交流会開催



平成23年12月19日(金)18時30分より、藤井会長の挨拶で家族交流会が始まりました。お食事をしていただきながら和やかな雰囲気の中、紅白2チームに分かれて「スリッパ送りゲーム」「箱の中身当てゲーム」を行いました。「箱の中身当てゲーム」では、思わずハフニングもあり、みんなで大笑いをしてとても楽しまれていきました。余興では藤井会長と施設長による「やさしくないたい」を生演奏と共に熱唱され、その余韻に浸しながら最後は参加者全員で「上を向いて歩こう」を合唱しました。お忙しい中、11家族13名の方にご参加いただき、有難うございました。来年も楽しい会の企画を考え、多くのご家族に参加していただきたいと思います。よろしくお願ひ致します。



# 介護者教室開催!「老いて幸せ」～認知症の受け入れ方～

平成23年11月15日(火) 講師 下山 敦士先生と題しまして開催しました。



平成23年11月15日(火)にひかさクリニック下山敦士先生より「老いて幸せ」～認知症の受け入れ方～をテーマに講演していただきました。認知症の概要や治療の方法、基本的な接し方など先生自身の体験を含めた笑いのある楽しい講演でした。

参加されたご家族からは「とてもユーモアのある話で楽しい時間が過ごせました。」「是非、実践したい。」「大変参考になったので定期的に講演を聞かせて欲しい」など好評な意見をいただきました。

## 第21回介護者教室開催決定

日時：平成24年3月24日(土)  
午後1時30分～午後3時

## テーマ

## 「介護保険制度改正について」

“多数のご参加お待ち致しております。”

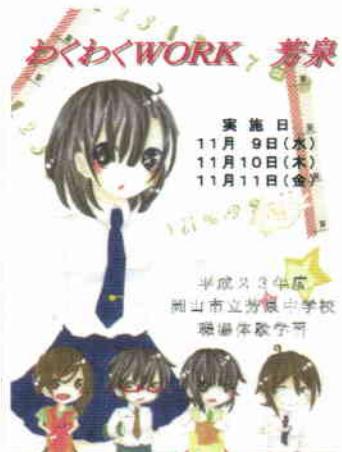
# 福浜公民館まつりに参加しました。



平成24年2月18日、19日と第23回福浜公民館まつりがあり、うららかも参加させていただきました。うららかとして展示させていただいた作品はケアハウス御入居者作成による「ティッシュカバー」「指編みマフラー」、テイサービス御利用者作成による「桃太郎の壁画」、特別養護老人ホーム御入所者作成による「塗り絵」などです。当日、ご来場された方々には「上手に作られていますね。」「作り方を教えて下さい。」など大変好評でした。お忙しい中、作品作りにご協力いただきました御利用者の方々、本当にありがとうございました。



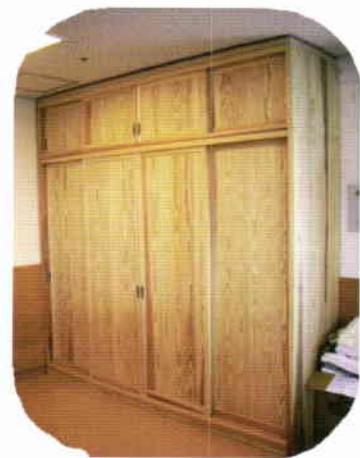
## 「わくわくWORK 芳泉」



平成23年11月9日～11日の3日間で職場体験学習「わくわくWORK芳泉」で岡山市立芳泉中学校2年生の生徒さん3名が来てくれました。レクリエーションに参加して頂いたり御利用者とのコミュニケーションを取って頂いたりしました。御利用者も若い生徒さん達と触れあうことが出来て、大変喜ばれていました。本当に有り難うございました。また、うららかへ是非遊びに来て下さい。

## 「ovicha」『談話室が新しくなりました。』

「おかやまの木でつくる環境整備促進事業」で岡山県産木材（杉の木）を使用した家具を特養とショートの談話室に設置してぐつろぎとリラックスできる空間が新しく出来上りました。御入所者と御家族が一緒に食事をしたり、楽しい会話をしたりと、ふれあう場として利用してみませんか？職員にひと声かけて頂いて御自由にお使い下さい。



## ボランティアの皆様 ありがとうございます。

中国電力様



毎年1回10月下旬～11月上旬に、様々な作業等をして頂いております。日頃なかなかできない部分をして頂いておりますので非常に助かっております。ありがとうございます。

淀川 静香様



毎週火曜日に来て頂いています。職員の普段手の行き届かない部分の仕事を手伝っていただいています。本当にありがとうございます。

# 沼本さんのレシピ



## 「甘酒ミルクといちごのゼリー」

今回は「甘酒ミルクといちごのゼリー」をご紹介します。昨年あたりからこうじがブームになっています。米こうじから作られる甘酒は「飲む点滴」と言われるほど糖質が豊富で体内で素早くエネルギーに変わります。

またビタミンB群やアミノ酸も多く含まれています。さらに牛乳を加えることでたんぱく質も補えます。牛乳が苦手な方は豆乳に変えてよいと思います。食欲がないとき、疲れがたまってきた時に是非試してみて下さい。

材料 甘酒 200cc  
牛乳 200cc  
砂糖 大さじ1.5  
粉寒天 2g(1/2本)



### 作り方

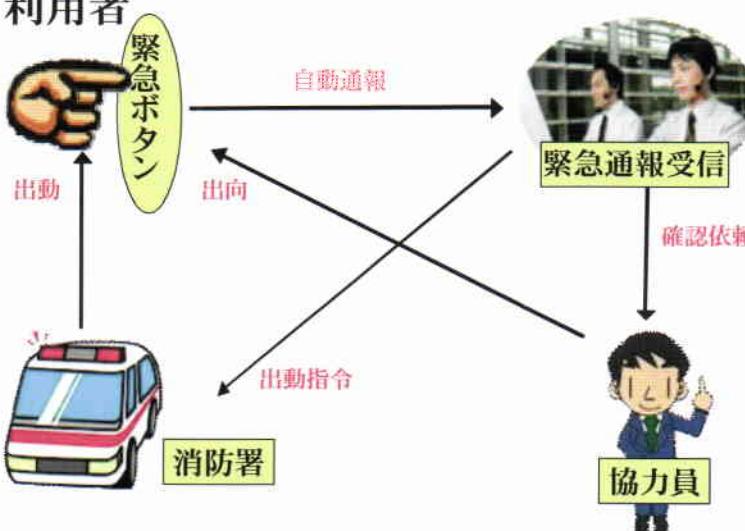
- 鍋に甘酒、牛乳、粉寒天を入れ火にかけ沸騰させる。
- 砂糖を加えて、あら熱をとりタッパーなどの型に半量流す。
- いちごをならべて残りの液を流して、冷蔵庫で固める。

## 支援センターだより

### 『緊急通報システムとは?』

緊急通報システムは、独り暮らしのお年寄りなどが、家庭での事故や突然の病気などまさかの時に、電話機の緊急ボタンか身に付けたペンダントを押すだけで、消防局やお近くの協力員に助けを求める事のできるシステムです。

### 利用者



~ひとりでお暮らしの高齢者の万一の場合に備えます。~

### 対象となる方

ご自宅に電話があり、原則として市内住居の3人の近隣協力員が得られる方で、次のいずれかに該当する方（ただし、同一敷地内や近隣に3親等以内の親族がいる方は、対象から除きます。）

\*65歳以上のひとり暮らしの方、及び60歳以上65歳未満のひとり暮らしの高齢者で病弱な方

\*ひとり暮らしの重度身体障害者（上肢、下肢、体幹、心臓機能に障害がある方）の方

\*65歳以上の世帯に属する寝たきりまたは病弱な方

\*重度身体障害者の世帯に属する方

\*重度身体障害者と65歳以上の病弱な方のみの世帯に属する方

### 費用

生計中心者の課税状況（所得税）に応じて設置費用の全部または一部及び電池交換費用を負担していただきます。（生計中心者が非課税の世帯の方は無料）通話料（緊急通報時を含む）は自己負担となります。

### お問い合わせ

よりの福祉事務所、御津支所、建部支所及び瀬戸支所の総務民生課、灘崎保健福祉室、地域包括支援センター

又は、在宅介護支援センター（らいむざ）（24時間対応可）

TEL(086)263-7911



### 編集後記

桃の節句も過ぎ、日ごとに春めいてまいりましたが、皆様はいかがお過ごしでしょうか？

昨年3月11日の東日本大震災という痛ましい出来事から、早1年が経過しました。昨年は「がんばろう日本」

「がんばろう東北」の声に私たちはとても励まされた1年だったように思います。

さて、うららかの基本理念は「笑いと感動」です。日本にとって、うららかにとって「笑いと感動」の溢れる1年になれば良いと思います。今年も何卒うららかをよろしくお願ひ致します。ご意見ご質問がございましたら、お気軽にお問い合わせ下さい。 URL:<http://www.sato-hp.com> E-mail:urarak@[sato-hp.com](http://www.sato-hp.com)

※今回掲載させていただきました方々には、氏名・写真等の個人情報に関してご了承頂いています。ご協力ありがとうございました。

老人福祉施設 うららか 広報委員会一同