

寿荘だより

令和5年10月1日発行
第42号



編集・発行 指定管理受託法人 社会福祉法人 八起社

養護老人ホーム名古屋市寿荘

〒468-0051 名古屋市天白区植田2丁目201番地 TEL (052) 802-3991 FAX (052) 806-3356

納涼夏祭りを行いました 8月22日

実行委員

今回は2年ぶりの開催。皆さん、楽しんでいただけたでしょうか。久しぶりにやぐらを組んでの盆踊りとなりました。また、誠和荘から掛けつけていただいた職員がやぐらにあがり、太鼓を叩いてくれました。

その他、焼き鳥を炭火で焼き、屋台で提供。締めめの打ちあげ花火も良かったとのお声をいただいております。皆さんの楽しめる様子を見て、職員も行事を楽しむことができました。

ご参加ありがとうございました。



締めめは地元 天白音頭で♪



匂いが祭りの雰囲気盛りあげます やぐらを中心に踊り 職員Tシャツ

夜空に打ちあがる花火

敬老祝賀会を行いました 9月14日

実行委員

今回の荘内最高齢者は101歳(女性)、93歳(男性)でした。お二人には舞台にあがっていただき、理事長から花と目録を贈呈しました。また、米寿の入所者14名には、荘長からお祝いを贈呈。植田が丘こども園ゆり組の皆さんが来荘され、「うみ」と「つき」の2曲を入所者の前で歌っていただきました。ゆり組の皆さんは来年から小学生。子どもの頃の思い出として少しでも覚えていただければと思っております。久しぶりの顔を合わせた敬老会となり、徐々にコロナ前の姿に戻りつつあるのを実感しました。



式典の様子



敬老お祝い膳を提供 入所者を前に合唱する子どもたち

米寿のお祝い贈呈

くす玉割り

7月～9月 行事報告



第1回 カラオケ大会 7月4日

仮装して歌う職員たち「学園天国」

今回は31名の皆さまに舞台上で歌っていただきました。歌い終えた後、1階職員がだし物を披露しましたが、大いに盛りあがりました(キャンティースの「年下の男子」、フィンガー5の「学園天国」)。医務職員が初めてだし物に加わり、最後にアンコールが、「学園天国」で締め、笑顔いっぱいのカラオケ大会になりました。



七夕飾りつけ 7月6日

植田が丘こども園の皆さんが来てくださり、3年ぶりに顔を合わせた七夕交流会となりました。入所者の前で「きらきらぼし」を歌っていただき、その後、お願いごとが書かれた短冊などの飾りつけを行い、久しぶりのこころ温まる、楽しいひとときを過ごしました。



忍者隠密隊 来荘 8月24日

ビーンストークインターナショナルスクールの皆さんと忍者隠密隊がやってきました。子どもたちと入所者の皆さんと一緒に忍術(ゲー:石隠れ、チョコキ:忍、パー:手裏剣)などの遊びを覚えて、楽しみました。

☆☆ 暑中お見舞い、ありがとうございました！ ☆☆



植田が丘こども園ゆいぐみの皆さんより暑中見舞いの絵手紙が届きました。描かれた絵を見ていると、子どもたちの感性が伝わってきます。元気いっぱいに描かれた絵手紙に毎日、元気をいただいております。



植田中学校 生徒会 来荘 7月20日

3年越しの再会となり、30分程度の時間でしたが、交流会を実施することができました。校歌や唱歌(花、ふるさと)の合唱後、生徒たちが考えたルールで輪投げを一緒に楽しみました。最後に暑中見舞いの絵手紙をいただき、荘内に展示することとしました。今後も元気に再会できたらと思っています。

新型コロナウイルスは 第5類感染症 に引き下げられました。新規感染者は徐々に増え続け、現在第9波が進行中。冬に向けて更に増加すると予想されます。

新型コロナウイルスは相変わらず、注意が必要な感染症のままですが、行動制限が解除され、感染者と接触する機会が増え、簡単に感染しやすい状況になったと言えます。

また、種類がどんどん変わる性質があり、感染後、獲得した免疫が効きづらく、何度でも罹ることがあります。持病のある高齢者が罹ってしまうと、重症になったり、後遺症が続く可能性があります。

☆☆☆ 第9波を乗り切るために ☆☆☆

○換気

○基本的感染症対策の励行（手洗い・うがい等）

○マスクの着用

集団生活のなか、「自分が感染しているかもしれない」

と考え、周りの人への配慮をお願い致します。

○体調が悪いときは出掛けない

症状が出る1日～2日前、発症後1週間ほどは感染力が高くなります。

○ワクチン接種

寿荘では10月を予定しています。

☆☆☆ 体調不良のときはすぐに相談してください ☆☆☆



中秋の名月が過ぎ、特に朝晩は少し肌寒さが感じられるようになってきました。今年は猛暑が続いたため、食欲の低下を招き、体重が減少していませんか？



食事が食べられない状態が続いていると、知らず知らずのうちに筋肉量は低下していきます。筋肉量は40歳以降、1年に0.5%ずつ低下し、65歳以降は減少スピードが加速。そして80歳までには筋肉の30～40%が失われると言われております。筋肉の維持、そして健康を保つために可能な範囲で運動することは大事ですが、同じくらいに大切なことは「しっかり、食べること」です。

(引用元：公益財団 法人長寿科学振興財団 健康長寿ネット)

筋肉量を保つためには、十分なタンパク質が必要ですが、特に「肉・魚・卵・豆腐・乳製品」はタンパク質が多く含まれる食材なので、意識して食べるようにしましょう。

寿荘の食事はこれらの食材を一日のなかで万遍なく、含んでおります。皆さんの生活や健康を保つためにも、好き嫌いをせずに食べてみてはいかがでしょうか。

