

寿荘だより

令和7年7月1日発行

第49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

さつき祭り開催

実行委員

令和7年度さつき祭りを5月22日に開催。
長谷川理事長から開会宣言をしていただき、
天白区の鶴輝末会の皆さまによる開幕太鼓
で威勢よく始まりました。



開幕太鼓



民うたクラブ、民謡踊りクラブの皆さんによる出しものの発表、講師の先生がたによる出しものの演舞、ティアレの皆さんによるフラダンスが披露され、時間を忘れて、楽しめました。



講師の先生 / ティアレの皆さんによる発表

焼きたてで美味しかったですね

午後は集会室にて第1回カラオケ大会を実施。自慢の持ち歌を披露されました。
食堂では支援員による模擬店が開かれ、パンケーキやフランクフルト、ジュース、ゼリーを提供。また、昼食には厨房で用意した特別食『さつき弁当』を召しあがっていただいております。あたたかくて美味しいと好評でした。

久しぶりの大きな行事で、戸惑いもありましたが、無事終わることができ、良かったと思っています。

今年度も職員一同、皆さんと一緒に楽しい時間を共有できるよう、頑張っていきたいと思います。



さつき弁当

4月～6月 行事報告



4月3日（木）野点会



毎年恒例の野点会を開催しました。満開の桜を眺めながら、抹茶と和菓子を楽しみました。今年は花びらの散りが遅く、長く楽しむことができましたね。



4月17日（木）第1回 ベビーゴルフ大会

総勢18名が参加。優勝者は6ホールを歴代最高得点の15点でまとめ、2位、3位が19点となり、皆さん楽しくプレーされていました。

4月20日（日）日本舞踊慰問



五條流 麗の会の皆さんによる日本舞踊。『さくらさくら』、『夜桜お七』などの演目を披露されました。普段の生活では触れることのない貴重な機会となりました。

今年度から新しい取り組みとして、わくわくレッスンを開催。第1回目は『コグニサイズ』。コグニサイズは自分の頭で考えながら、体を動かす内容となっており、認知機能の衰えを減らす効果があります。

次回は回想法です。ご参加ください。

5月15日（木）わくわくレッスン



6月5日（木）女性合唱団『ブリランテ』コンサート



天白内で活動されている女性合唱団『ブリランテ』さんが、ふるさとの四季（鯉のぼり、茶摘み、夏は来ぬ）などを披露していただきました。聴き覚えのある曲が多く、入所者の皆さんも口ずさんでいました。



6月10日（火）東海学園高校 部活動 発表

東海学園高校の皆さんと交流会を行いました。なぎなた部、サッカー部など部活動の内容が紹介され、熱心に部活動に取り組んでいることがわかる内容でした。1時間ほどの交流会でしたが、とても盛りあがりました。



避難訓練を実施

6月17日（火）、避難訓練を実施しました。火元の2階棟と真上の3階棟の方々は棟外集合場所へ避難。警告音でパニックになった方、つまずいた方、色んなことが起こりました。

上水道が止まった場合等に備え、すべての居室に『三角バケツ』を配備しております。訓練を実施した棟の皆様は三角バケツからトイレタンクに給水する作業を職員とともに行いました。

もしものときに備え、『三角バケツ』に水を蓄えておきましょう。



事務所より

5/29（木）正面玄関東通路で漏水があり、配管取替工事を行いました。午前9時半～午後3時頃まで、荘内の上水道をすべて断水させて実施。皆さまにご不便をお掛けしましたが、おかげさまで大きなトラブルを起こすことなく、終わることができました。



アスファルト除去後の水柱

皆さまのご協力に感謝致します。

★ 一部居室の改修工事を実施中 ★

一部居室の畳をフローリング床への改装をすすめております。

（6月15日現在、10部屋、改装済）



支援員による健康コラム

暑さが厳しい季節となってきました。そうなるとうとう冷たい物が欲しくなりますね。しかし、冷たい物の摂り過ぎで胃腸に負担がかかり、背中が筋肉がこわばってしまうことも。

★ 予防法

両ひじを合わせて前に伸ばして背中を丸める、ひじを離して両ひじを後ろに引いて背中の肩甲骨を寄せることを繰り返すと背中のストレッチになりますので試してみてください。



杖マスター 相談員による杖講座 『第2回杖の選びかた』

前回、杖の種類について紹介しました。今回は選びかたについて、紹介させていただきます。

ポイント①：軽さと丈夫さ

重い杖を使ってしまうと、手や腕に負担が掛かります。また、ガタつき、たわみがある杖では体を支えることができず、危険です。



ポイント②：身長に合った長さ

杖が身長に合っていない場合、歩行が不安定になり、大変危険です。杖の長さの目安として、『身長÷2+2〜3 [cm]』という計算方法があります。合わせかたの方法として、大腿骨（太ももの付け根）に合わせる。肘を曲げたときに30度の角度になる位置を杖の長さの基準とすることもあります。

杖を選ぶときは実際に手に取って、長さを確認することが大切です。

