

第 50 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

敬老祝賀会 9月11日(木)

敬老祝賀会実行委員

今年度の寿荘最高齢者の方は１０３歳、百寿（数え１００歳）の方１名、お二人には法人理事長より花束と目録が贈呈されました。また、米寿（数え８８歳）の方も二人おられ、荘長から花束と目録が贈呈されました。

「これからも元気にお過ごしください」など、祝辞が贈られたあと、大小3つのくす玉を見事に割って、盛大にお祝いすることができました。



103歳の最高齢者へ花束贈呈



米寿の方お二人に記念品の贈呈

植田が丘こども園の園児さんからはお祝いに「かもめの水兵さん」の元気いっぱいな歌声の披露があり、パワーをいただきました。手作りのプレゼントまで用意していただき、帰り際、「おじいさん、おばあさん、いつまでも、お元気で！」と挨拶を交わし、敬老祝賀会を終えました。



くす玉のお祝い



植田が丘こども園もお祝いしてくれました



敬老お祝い膳



カラオケ大会のひとコマ

昼食には特別食、『敬老お祝い膳』を提供。季節にあわせたおいしい料理と長寿をお祝いして赤飯をおたのしみいただきました。午後はカラオケ大会を実施。30名の方に歌っていただきました。

7月～9月 行事報告

8月7日(木) 納涼夏祭り (寿荘三大行事)

令和7年度納涼夏祭りを開催。昨年はコロナで実施できなかったこともあり、皆さんに大いに踊りを楽しんでいただくために、やぐらを食堂中央に組み、太鼓を置き、まわりに椅子を並べ、どこに座っても、楽しめるレイアウトとしました。また、地域の方が太鼓や踊りで盛りあげてくれました。

屋台では焼きそば、ソーセージ、チョコバナナなどを提供。テラス席を設置し、屋外でも涼みながら食べていただけるスペースを用意しました。

最後は夜空に花火を打ちあげ、お祭りを締めくくり、とても盛りあがりました。

夏祭り実行委員



7月7日(月) 七夕交流会



植田が丘こども園の園児さんと一緒に飾りつけを楽しみました。飾りつけのあとは、『きらきらぼし』を披露していただきました。『また、来るね!』と握手を交わし、交流会を終えました。

7月17日(木) わくわくレッスン

今回は『回想法』。レコードや黒電話、そろばん、おひつなど、昔使っていたなつかしいものを手に『こんな風だった』『あんな風だった』など、当時の出来事を思い出して、昔話に花が咲いていました。皆さんたいへん、楽しそうでした。

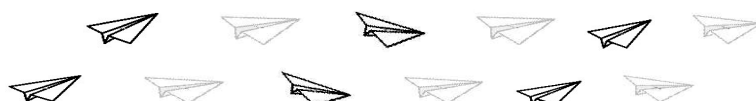


おひつを囲んで昔ばなし

7月18日(金) 植田中学校交流会



生徒会の皆さんが入所者ひとりひとりに寄り添い、紙ヒコーキと一緒に作り、飛ばして、楽しみました。その後の合唱の披露では、きれいな歌声に感動させられました。



避難訓練を実施

9月4日（木）、今年度2回目の避難訓練を実施しました。

今回は大規模地震が起きたことを想定し、居室内で安全姿勢を取っていただくシェイクアウト訓練としました。その後、地震により、一部の居室で火災が起きたものとし、該当フロアの方には火元から離れ、避難していただく訓練も行いました。

午後には三角バケツによる給水訓練や炊きだし訓練を実施しました。炊きだし訓練は大きな釜に固形燃料、薪を使って、お湯を沸かしました。お湯が沸騰するまでに30分程度、掛かることがわかりました。昼食には災害用非常食（缶パン、鯖の煮つけ、飲料）を提供。缶やパウチの開封等、食べかたを体験していただきました。



避難の様子



状況把握に奔走する職員



三角バケツ給水訓練



炊きだし訓練

柔道整復師 角谷支援員による健康コラム

今年の夏は暑い日が多かったですね。厳しい暑さもようやく和らいできましたが、夏の疲れが残っていませんか？

そんな時は軽い運動で血流を促がすと疲労回復に繋がります。寝転んだ状態でも効果があり、両手を上げて足先まで大きく伸びをする、それだけでも身体の緊張が少しほぐれ、血流を促します。体内の血流が悪くなると、免疫も落ちてしまい、風邪などにもかかりやすい状態になってしまいます。

寒い時期に入る前にしっかりと疲れを取っておきましょう。



体調に異変を感じたら、医務室までご相談ください。

杖マスター 澤柳相談員による杖講座 『第3回 杖の正しい使い方』

杖を使って歩くにはちょっとしたコツがあります。

誤った歩きかたになると、体に負担が掛かってしまいます。

体に掛かる負担を抑えるためにも、正しい歩きかたを覚えましょう。

◎ 杖は足に痛みのない方の手で握る

① 杖を先に出す

② 痛みのある方の足を前に出す

③ 痛みのない方の足を前に出し、足を揃える

①～③の動作を繰り返して、足を出してみてください。

誤った使いかたにより、体に負担が掛かり、足腰を痛めたり、転倒しないように、注意しながら使いましょう。

