寿荘だより

令和8年10月1日発行
第５４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 １５ 日（火）

敬老祝賀会実行委員

敬老祝賀会を行いました。今年の最高齢者は１０３歳（女性）、９３歳（男性）でした。おふたりには舞台にあがっていただき、花かご、紅白饅頭の贈呈をさせていただきました。理事長のお話にもありましたが、今年は昭和で数えると１００年の節目であり、色々、苦労を経験されたことと思います。しっかり、眠り、良く食べて、良く笑い、楽しく過ごしていただければと思います。



また、おふたりには舞台から移動して、くす玉を割って、長寿をお祝いしました。





また、米寿を迎えられた８人の方々には最前列に座っていただき、目録、紅白饅頭を贈呈しております。

植田が丘こども園の皆さんがお祝いに来てくださり、皆さんを前に歌（月がでたでた、手のひらを太陽に）を披露していただきました。歌のあと、『おじいさん、おばあさん、いつまでも、お元気で！』と挨拶をいただき、握手を交わしながら、会場をあとにしました。



昼食には特別食敬老お祝い膳を提供。『美味しかった』などの感想が多く、喜ばれました。





午後はカラオケ大会を実施。総勢２６名の方々に歌っていただきました。７０年代の演歌や歌謡曲が多かったですね。楽しく過ごすことができました。

８月６日（木）納涼夏祭り（寿荘三大行事）

夏祭り実行委員

令和８年度納涼夏祭りを開催しました。今回は鶴輝末会の皆様、民踊クラブ講師の先生方をお招きし、入所者の皆さまとともに盆踊りを楽しみました。



理事長から開会の挨拶をいただき、鶴輝末会の皆さまによる開幕太鼓でスタート。その後、おなじみの炭坑節、郡上おどりをはじめ、地元の名古屋踊り、天白音頭など、やぐらを囲んで、みんなで踊りました。

屋外で焼き鳥、つくね、ねぎまを炭火で焼き、皆さんに提供。美味しそうな匂いでお祭りの雰囲気が盛りあがりました。最後は夜空に花火を打ちあげ、夏祭りを締めくくりました。



７月 ～ ９月　行事報告

７月９日（木）植田が丘こども園交流会



植田が丘こども園の皆さんが交流会に来てくれました。
今回は入所者の方々とジェンガを楽しみ、６班に分けて、制限時間内にどれだけ高く積みあげられるかを競う遊びをしました。タイムが迫ってきたところで、別のところで組み立てたものを一気に乗せる子もいて、作戦に驚かされました。

最後に皆さんを前に『きらきらぼし』を歌って、交流会を終えました。

７月17日（金）植田中学校交流会

植田中学校の皆さんが来荘され、交流会を実施しました。自己紹介カードを用意してきてくださり、更に入所者の方々にも名札を作ってきてくれました。その後、輪投げをともに楽しみ、最後に『上を向いて歩こう』をピアノ伴奏していただき、みんなで歌って交流会を終えました。



７月30日（木）　笑いヨガ

天白区福祉会館によるご紹介で、笑いヨガを開催。笑うことで　健康状態を良いものにしましょうとのことで、今回は『笑いのうた』一緒に、体を動かしながら、歌いました。『 楽しいから笑うというよりも、笑うから楽しくなれる 』 と教えていただきました。



避 難 訓 練 を 実 施



９月３日、避難訓練を実施しました。近い将来、南海トラフ巨大地震が起きると言われております。今回は大きな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き、揺れが収まったところで、 居室の扉を開けることで、ご自身の安否を職員に知らせる訓練内容とさせていただきました。

また、避難訓練が終わった後、水消火器を使用した模擬訓練を実施。消火器の使い方について、知っていただく機会を設けました。いざというときに、誰でも使用できることが理想ですね。









昼食時には災害用非常食を提供しております。缶詰めされたパン、きんぴらごぼう、真空パックの羊羹を開けていただきましたが、うまく開けられたでしょうか？　個包装の扱いかたに慣れていただきますようお願いします。

柔道整復師 角谷支援員による健康コラム

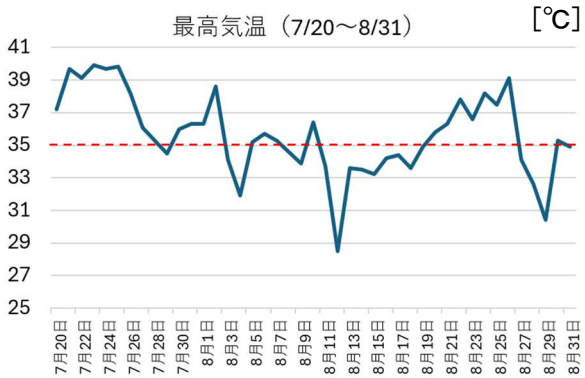
『タバコと同じくらい体に悪い行動』があるのをご存じでしょうか？
その行動とは『１日８時間以上座っている』ことです。座っている時間が長いほどリスクが高くなり、更に体勢をほとんど変えずに座っていることはより一層深刻だと言われています。

例えば、テレビを見ているときはつい　座りっぱなしになってしまいます。コマーシャルのときは足踏みを 10 回する、１回立ち上がるなどを心がけ、健康維持に努めましょう。



酷暑対策について

今年は猛暑日が続き、各種設備が故障しないか、持ちこたえられるのかがとても不安でした。特に空調設備についてはとても心配しておりました。暑い時期にエアコンが故障すると、命に関わることもあります。幸い、大きな故障が無く、安堵しております。



今年の猛暑日ですが、２５日ありました（7/20～8/31）。ほとんどの日が該当しましたが、体調を維持するのも大変であったと思います。今まで、換気のために窓を開けておりましたが、屋内の温度を下げることを優先し、窓を閉めることに致しました。特に浴室前のラウンジ付近の温度が下がり、特にお風呂あがりが過ごしやすくなりましたね。