

青春▶再生

# いきいき俱樂部

# ビタミンC

第16号

社会福祉法人 慈恵会  
特別養護老人ホーム  
あいふるの里

愛知県一宮市浅井町  
西海戸字余陸寺45-1  
☎ 〈0586〉78-8441  
平成10年1月20日発行

寅年

年男年女





午後からは、毎年あいふるの里にお越し下さる小牧愛唱会の皆さんがステージの上を盛り上げて下さいました。

今年は恒例の生バンドの演奏だけでなく、踊りや詩吟も取り入れて楽しいステージを作つて下さいました。ファミリーも飛び入りで、馬場さん、谷川さん、渡辺さんが歌を唄いました。今度は、「私も唄つてみたい」というファミリーが次々に現れるのを楽しみにしているところです。

又会場で皆様にご協力を願い申し上げました。赤い羽根共同募金の金額は、15、835円になり、皆様のあたたかいご芳心と共に12月15日、一宮市協同募金会の方へお届けさせていただきました。ありがとうございました。

担当スタッフと相談の上施設に有意義な備品の購入に充てさせていただきたく存じます。

この度、あいふるの里で開催させていただきました秋祭、感謝祭には多数のご参加を賜わり厚く御礼申上げます。特にバザーにつきましては、大切な物品を出典協賛とお買い上げいただき、スタッフ一同重ねて御礼申し上げます。バザー売り上げ合計金額は246、240円でござります。多額の金額になりましたことを慎んでご報告申し上げます。

御 礼 施設長 谷川喜久雄



今までの「文化祭」という行事が今年から「ViVA感謝祭」と生まれ変わりました。

今年のメインテーマは「ゆっくり屋外で家族と一緒に楽しもう」ということで、ご家族の皆さんに多く来ていただくことができました。

当日は、前日予想された曇り空ではなく、秋晴れの良い日となり、あいふるの里北側駐車場の会場は、たくさんのお客様に来ました。皆さんの屋台が並びました。

ラーメン、焼そば、焼鳥、五平餅、せんざい、クレープ、どて煮、みたらしだんご、雑炊、カクテルバーとさまざまなメニューが勢揃い。



いろいろあつた屋台の品々も、あつという間に売り切れてしまうほど、多くのお客様に来ていただきました。皆さんがとうございました。

午前中には、職員が長寿社会文化協会の高齢者疑似体験「うらしま太郎」というお年寄りの身体を体验できるというスーツをつけて、風船パレーボールを体验しました。お陰様でお年寄りがどのように行動するのか職員自身が理解することができました。指導をして下さったWACさかえの皆さん、ありがとうございました。

## 「ViVA 感謝祭」





## 郡上八幡観光やな鮎への バスピクニック



10月15日 水曜日

お天気に恵まれたこの秋の日、総勢100名（内ファミリー43名）が、二台のバスに乗車し、郡上八幡のやな鮎に出掛けました。毎年二回行なわれているバスピクニックとしては、新企画の外食で、皆さん鮎料理に舌鼓を打って来ました。

一宮木曽川インターイン吉から東海北陸自動車道に乗ってしまえばあつと言う間に郡上八幡に着いてしまいます。あいふるから一時間程度の距離となつた郡上です。昔に比べて、ずい分便利になつたと言う声があちらこちらで聞かれました。

ファミリーの中でも郡上八幡に行っ

たことはあるが、やな鮎は初めてとるのは、アウトドアの趣がありました。川風が予想以上に強く、少し寒かったのですが、鮎の甘露煮・塩焼きと続き、鮎雑炊で体を温め、満腹・満足のお昼ご飯でした。普段極刻食（非常に細かく刻んだ副食）を召し上がっている方が、はしやスプーンを使って身をほぐし、鮎一匹をペロリと食べてしまう姿を見て、その方の可能性（うまく表現できませんが）を感じました。知らなかつた、新しい一面を発見した一日でもあります。やな場に降りることはできなくとも、皆さん、川を眺め、その音を聞いて自然を感じられたのではないでしようか。

最後に、参加して下さつたご家族の皆様、お手伝い下さつたボランティアの皆様、この場を借りてお礼を申



ありがとうございました。  
し上げます。



いつも、あいふるの里のおじいさん、おばあさんに優しくしてくれる園児の皆さん。又、あいふるに来て下さいね。お待ちしています。

今日はあいふるの里から、クリスマスプレゼントです。

メリーカリスマス。

いつも来てくれる園児たちに何かお礼はできないだろうかと考えたのが、サンタクロースの訪問でした。

突然の訪問に保育園は大賑わいになりました。

毎年、クリスマスの時期に、浅井保育園の園児たちがあいふるの里を訪れて、劇や歌を披露して下さいます。今年もかわいい子供たちの訪問に、お年寄りの皆さんは大満足でした。

### 「浅井保育園に サンタクロースが やつてきた。」



12月11日(木)浅井保育園の子供たちが、クリスマスの発表会に来て下さいました。クリスマスの歌や踊り、そして、肩たたきのプレゼントに、お年寄りも大喜び。

ファミリーも皆さん口を揃えて可愛い、可愛いと、ひ孫を見るよう目で園児たちを見つめていました。本当に楽しいひと時を過ごすことができました。園児の皆さん、保育園の先生、お年寄りには一番のクリスマスプレゼントになりました。ありがとうございました。



### 浅井保育園 園児たちの訪問

特に「幸せ」や「喜び」について  
住職がお話を下さる時、ファミリーは  
皆さん真剣になって耳を傾けます。

特に「幸せ」や「喜び」について  
住職がお話を下さる時、ファミリーは  
皆さん真剣になって耳を傾けます。  
堂宮住職には、心から感謝申し上げます。合掌。



今回ご紹介するボランティアさんは、市内浅井町にあります長誓寺の堂宮(たみや)住職です。堂宮住職には月に一度、あいふるの里までご足労をお願いし、館内の一室にて経を読んでいただき、その後、ファミリーに法話を聞かせて下さっています。その法話も、ファミリーにわかりやすく、「今現在で言うならば：」という話し方、と言えばいいのでしょうか。難しい、理解しにくい法話を、住職のユーモアたっぷりのお話で、ファミリー達は毎回楽しんで聞くことができているのです。

この時間は、ファミリー達が動くことはありませんので、じっとお話を聞いているほかない；でも参加する人数は減ることはなく、部屋はいつも満員となるのです。

堂宮住職による法話を聞くために、毎回参加するファミリーは、毎月のその日を楽しみに待っているのです。他のクラブとは違い、自ら動いて；という参加の方法ではありませんが、やはりお年寄りにとって、仏様、お経、法話というものには、何か特別な思い、習慣、期待というものがあるのでしょうか。ファミリーから「ありがたい」という言葉を聞く度に、昔の日本を感じとることができるような、この堂宮住職の法話に人気がある理由がわかるような、そんな思いがします。

## ボランティアさん こんにちは

この時間は、ファミリー達が動くことはありませんので、じっとお話を聞いているほかない；でも参加する人数は減ることはなく、部屋はいつも満員となるのです。



ボランティアの皆さん、ご協力ありがとうございました。



12月24日 クリスマス・イブの日にクリスマス会が行われました。テーブルには、クリスマスの美味しい食事、屋台コーナーには、にぎり寿司、釜揚げうどん、カクテルがあり、好きなものを選んで食べていました。

ステージでは、あいふるの里にて下さっている鈴木先生と仲間の皆さんが、クリスマスを盛り上げてくれました。

ボランティアの岩田さんもウェディングドレスで登場してみんなをびっくりさせて下さいました。きれいでましたね。

## クリスマス会

2回ボランティアでカラオケを教えて下さっている鈴木先生と仲間の皆さんが、クリスマスを盛り上げてくれました。

最後にサンタクロースがソリにのつて現れて、プレゼントを一人一人に渡していました。

今回は、3階でも同じようにクリスマス会が行われ、ボランティアさんの歌を聴いたり、プレゼントをもらったりして、皆さん楽しむことができました。



## 医務室だより



### 老人の皮フの特徴

老人の皮フの特徴としてシワやシミ、たるみがあり、光沢がなく、カサついた感じをよく思い浮かべるものである。この老人の皮フのかさつきは、皮フの水分含有量が減少しているためと考えられがちである。ところが、外観上健康な皮フで、60歳以上の高齢者群を、10才未満の小児群と青壮年群とで比較した結果を見ると、皮フ表面の角層の水分量も、皮フ表面から大気中へ奪われる水分のことをいう経費水分の喪失量にもあまり変化がないという。このことは老人においても、角層の水分吸水能と保持能が備わっているということである。

それでもなお、老人の皮フが乾燥しているとみられるのは、表皮脂質量が有意に低いことや発汗が低下しているためであろう。皮フの角層の含水量は通常約15%といわれ、10%以下に乾燥すると外界からの刺激や異物への抵抗性が急速に低下する。これに皮脂の欠乏が加わると、少しの刺激や皮フの温度が上がるだけでかゆみを感じ、無意識にかいて皮フを傷つけたり、湿疹化を起こすことになる。

### かゆみの予防と対策

老人に多いかゆみを日常生活のなかで予防し、また悪化を防ぐために行うことまとめと下記のようになる。

食事：刺激物、アルコール、鍋物などはかゆみを増強する。

入浴：①高齢者では皮フは乾燥傾向にあるため過剰の入浴は避ける。熱い湯、長湯は避ける。

②皮フが乾燥しているので、水分を含んだタオルで拭いたままにしておくと、その水分が蒸発するとき角質内の水分もとられ、かえって乾燥することになるので、入浴後は乾いたタオルで十分に拭く。

③ナイロンタオルなどで強くこすると皮脂を取り除きすぎ、かゆみを増す。

衣類：毛、化学繊維などは、かゆみを招く。又衣類の糸くずなどの刺激、過度の圧迫はかゆみを招く。

温度・湿度：高温多湿はかゆみを増強する。逆に乾燥もかゆみを招く。

精神的ストレス：緊張、不安、恐怖などの精神的ストレスはかゆみを招く。

その他：毛髪の毛先の刺激もかゆみを招くため散髪、短髪に。入浴後に保湿効果の外用剤（クリームなど）を塗布する。

皆様あけましておめでとうございます。私達の作る食事をおいしいと言つて下さつたり「今日はちょっと」と正直な意見をいつもありがとうございます。昨年もあわただしく過ぎ、もう七草粥の日を迎えるました。一人暮しの方々も元気にこの日を迎えたでしょうか。

昼食の配食サービス開始から、早や五年が経ちました。数人の職員がピザ屋みたいなバイクや自転車に乗つて、いっぱい弁当袋ぶら下げて「じゃあ行って来るから」と見送った後姿。残された心細さもありました。7食から始まったお弁当が100食近くになり、そしていよいよ夕食サービスが11月26日から始まりました。

きちんととした食事ができることは

かになられ、なにかしら飼い犬も太ってきてるネなどとスタッフ達はうわさして喜こんでいます。

あいふるの里ではファミリーのおいしそうに食事をしている姿。在宅では給食を心待ちにして下さる利用者。健康的に太っていただこうとスタッフ一同今年もガンバリたいと思っています。

新年明けましておめでとうございます。昨年は利用者をはじめ、ご家族の方にはお世話になり、ありがとうございました。皆様のご協力のお陰をもちまして、無事新年を迎えることができました。今年も何事もなく利用者の方には入浴の日を楽しみに、喜んで入浴していただけるよう職員一同頑張ってまいりますので、よろしくお願い申し上げます。

自分が訪問移動入浴担当になり、九ヶ月が過ぎました。この間、訪問する家々でご利用者及び、ご家族の皆様方にはご迷惑をおかけした事もあったと思いますが、今年は昨年よりもより一層気を引き締めて取り組んで行くつもりですので、よろしくお願いします。

清水  
真一





今回のちゃぐちやぐ馬つ子祭りのメインは、みんなで鍋を囲むこと。わいわいがやがや、豊作、豊作と舌鼓みを打ちました。

「あれっ、何か変だぞ」

そうです。なぜか、みんなの頭は、江戸時代、ちょっとまげやかんざしをつけた頭になっているじゃありませんか。

実は、今回は全員、仮装が義務づ

**ちゃぐちやぐ馬つ子祭り**

10月31日、今年の豊作を祝って、ちゃぐちやぐ馬つ子（東北の祭りにあるらしい）が登場、ファミリーの部屋を楽しくなり歩きました。御神馬「天翔」を引く若衆は鈴をなして福を呼び、唐草模様のピエロはファミリーに大人気でした。これは今度、あいふるの里に来るまでの秘密にしておきましょう。



## ディサービスセンターだより

### 新年会

クリスマスや歳末の慌ただしさも、年明けと共に落ち着き、街のあちこちに

ある門松が私たちに新鮮な気持ちを与えてくれます。

あいふるでも、

毎年正月下旬に“新年会”を実施します。朝のお迎えの途中で真清田神社でお参りし、あいふるに到着してひと休み。

そして待つて

ましたのお鍋料理とカラオケ大

会。それから、すగろく大会などなど。

いつもの利用日とは、ちょっと違つた雰囲気で楽しんでいただく予定です。皆さん、お楽しみに。



### 家庭介護者教室

第14回シリーズは、先回好評だった個人懇談会と、初めて行うグループ別勉強会という内容で実施しています。個人懇談会では、介護保険法案に基づいた調査表を使いながら、個別に介護相談に応じます。そして、グループ別勉強会では、介護相談の内容や参加回数等に応じてテーマを

設け、講義や座談会を実施します。当日は、お年寄りさんとご家族と一緒にあいふるに来所できる形式をとっています。去る11月20日(木)の教室では、お年寄りさん21名ご家族12名の大所帯となり、大変賑やかな一日となりました。

誰もが辿る道だけど、誰もが不安を抱える老後。でも、皆で力を合わせれば、きっと道は開けてくると思います。職員一同、心をこめて対応させていただきます。ご参加お待ちしています。

#### <実施予定日>

平成10年

- 1月14日(水)
- 2月10日(火)
- 3月20日(金)



## ありがとうございました

### <寄付物品>

平成9年9月21日～12月25日

水口なみ子様ご家族、戸田はる様ご家族、  
西村善市様ご家族、稲沢市役所様、名古屋別院様、  
木曽川町様、宮田てる様ご家族、岩倉市社会福祉協議会様、  
一宮市北部デイサービスセンター様、東急建設様、  
ほたるの会高山会長様、篠原三郎様ご家族、  
北村泰章様ご家族、井亦鐵造様ご家族、小林正様ご家族、  
河村をぎん様ご家族、ヘアブティック富士様、  
河田トミエ様ご家族、浅野敏彦様ご家族、脇田様、  
岩田ヒサノ様ご家族、北海道美瑛町農業協同組合様、  
北部在宅支援相談室様、西春町様、瀬尾様、  
名倉明様ご家族、谷川元康様、野村シゲ様、  
出雲つじ様ご家族、はごろも薬局様、中場きく様ご家族、  
大井企画様、尾関嘉寿子様ご家族、堀田勘兵衛商店様、  
まるな食品様、岩田ひで子様ご家族、片山ミツエ様ご家族、  
河原嘉久様ご家族、のいり様、林鈴江様ご家族、  
甚目寺町社会福祉協議会様、馬場銑一様ご家族、  
草谷武彦様ご家族、ホテー日糧販売株式会社様、  
杉江電設様、渡辺寅三様、吉川まさ様、  
師勝町社会福祉協議会様、春日町社会福祉協議会様、

平和町社会福祉協議会様、和光石油様、山口設計様、  
後藤よね子様ご家族、内田信男様、さかき美山園様、  
若松清様ご家族、アウン様、坂巻うめ乃様ご家族、  
松下電工様、大島自動車様、渡辺ふさ子様ご家族、  
岩田定治様ご家族、岩田きく子様ご家族、  
山口輝様ご家族、石井正則様、戸田スミエ様ご家族、  
松岡カーテン様、木村藤行様ご家族、大池光男様ご家族、  
小島志づ子様ご家族

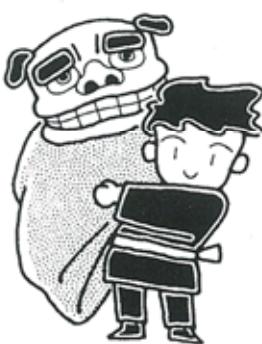
### <寄付金>

平成9年9月21日～12月25日

川村史子様、森歯科医院様、林鈴江様、辻秀雄様、  
名倉克明様、出雲徹様、水谷文衛様、大野むね子様、  
井上久江様、佐々木千賀子様、市川富子様、館菊江様、  
前田嘉代子様、小島様、甚目寺町様、山口浩司様

昨年は何かと悪い話題の多い一年  
だったと思います。今年はどんな年  
になるのか、期待よりも不安が多い  
ような気がします。介護保険の導入  
も決まり、福祉という世界が変わり  
始めています。必要な人に必要なサー  
ビスを提供することができる介護保  
険であってほしいと思います。

あいふるの里での生活を質の高い  
ものにして、施設に入所しているファ  
ミリー・や在宅サービスの利用車が介  
護保険になつてもあいふるの里を選  
んでもらえるようにしていかなければ  
いけないと感じています。



笑  
門