

憩い号

特別養護老人ホーム
憩いの里
デイサービス憩いの里
支援センター憩いの里

土浦市高岡2315
TEL029-829-3030
発行責任者 齋藤 美智子

※写真掲載は、本人若しくはご家族の同意を得ております。



敬老祝賀会



敬老のお祝いに職員から「ふるさと」の合唱！
臨席頂いた来賓の皆様、役員の皆様は快く参加して頂き、施設全体を包む大合唱となりました。
「あんな偉い方々の合唱なんて凄かったのよ〜」と後日、ご家族の方から喜びの声を頂きました。



式典では、総理大臣から100才のお祝い状と茨城県からの祝い品が送られた吉田様がご家族と一緒に笑顔で受け取られ、「皆さんにお世話になってありがとうございます」と元気に挨拶をされました。
88才米寿を迎えられた佐野様と有馬様には市役所からの褒状が送られ、緊張した面持ちで受け取られていました。
また、憩いの里最高齢の腰山様は今年度107歳を迎えられます。施設に入所してから8年超になりますが、変わらずいつも笑顔で職員と接して頂き、食事もほぼ自立のスーパーおばあちゃんです。
憩いの里の平均年齢は88.3歳とまだまだ若いんです。皆様これからも元気に楽しく生活しましょう。

おめでとうございます



避難訓練

頼りになる背中で



要救助者に扮した職員は、応急手当を受け、担架に乗せられて施設内の非常階段からと非常用すべり台を使用しそれぞれ救助されました。その様子を目の当たりにして、「さすがプロだ！」とその動きに圧倒されてしまいました。今回の経験を生かせるよう今後も真剣に避難訓練に取り組んでいきます。



9月は防災月間ということで、土浦警察署との合同避難訓練を実施しました。
茨城県沖を震源とする大規模地震が発生し、土浦市内でも震度6強を観測、施設が半壊し、3名が施設内に取り残された想定した避難訓練で、施設から救助要請を受けた土浦警察署機動隊の方による救出訓練を目の当たりにし、救助の際のポイントや報告の仕方等の細かな指導を頂きました。日々の訓練がしっかりと出来ていてこそ、実際の災害時にその力を発揮できる事は、さきの東日本大震災の時に経験した所ですが、震災から4年半経ち、今回の大規模震災訓練を実施したことで改めて避難訓練の大切さを感じました。今回の避難訓練の様子は、防災の日特集としてテレビでも報道され、視聴された方から様々な反響がありました。今後も真剣に避難訓練に取り組んでまいります。面会時に避難訓練が重なった場合は、ご家族の皆様にも是非参加して頂きたいと思っております。

編集後記

工作クラブの活動で『うちわ作り』を行いました。なかなか手を動かすのが難しい方でも出来るようにと、消しゴムはんこを作り、柄を押してもらいました。始めは遠慮していた方も次々と好きな場所にはんこを押し、思い思いのうちわを作り楽しんで貰えたかと思えます。次回の作品は何を作ろうか？私自身も楽しく参加していきたいと思えます。

広報委員会 小袖



『我が家でも防災用品揃え直し』

防災川柳より

防災川柳を見つけましたので、ご紹介と防災の話を少し。皆さんのお宅では普段の備えは十分ですか？
食事、飲料水は3日分、他に非常持ち出し袋の用意が必要だといひます。非常食の量は検討がつくものの、非常用飲料水はどれだけ必要なか。4人家族なら、1人1日3ℓとして、2ℓ×1ℓ×18本で18本=3箱です。その他、暖や明かりを何で取るか、トイレをどうするか、色々な物の用意が必要です。
けれど、家に用意があっても外出先ではどうですか？せめて必要最小限は用意しておきたいものです。
スマートフォンがテレビ、ラジオ、非常ライトの代わりなることご存知ですか？災害時には携帯がほぼ繋がりにません。かわりに、公衆電話が無料で優先的に繋がるようになっていそうです。そして、常に500ml×1ℓのお茶、携帯ウェットシート、ティッシュ、ビニール袋、レインコート等を携帯するのがお勧め！理由は？お茶ならば飲料水以外に手洗い用として利用可能です。駅や観光地では、給水地点が早い段階で設けられますが、容器は配布されません。それを思うと空の1ℓ×1ℓも捨てられませんよね。ビニール袋は、物を運ぶ以外に簡易トイレや靴の上に履いて長靴代わりにしたり、持ち手の部分を伸ばしてリュックに使用するなど使い方は様々。最後になぜレインポンチョなのか。急な雨対策だけではなく、体温保持にも使え、スカートのように腰に巻いてトイレの時の目隠し、広げてビニール代わり。
あえて用意するのではなく、普段の生活の中で使っているものを上手く活用する業のご紹介でした。ほかにも「こんなものあるよ」と教えて頂けると嬉しいです。
災害安全委員会



お出かけ日記



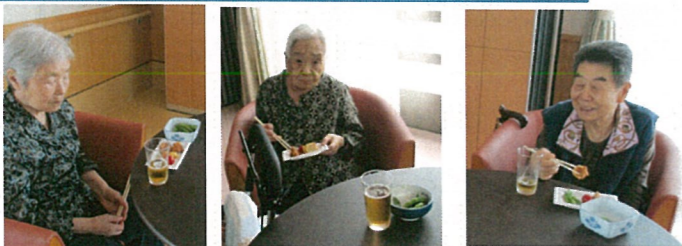
ユニット合同での買物&食事会風景です。入居者さんの「朝日トンネル見たいねえ」の一言から、大規模なお出かけとなりました。朝日トンネルを通過し、「これがあると石岡に近いもんだ。トンネルが無い頃は、山越えて卵さ買いに行ったんだ」と60年前の話をしてくれる入居者さんに職員は内心、そんなに遠いの？歩いた？・・・と呆然。確かに以前、東京や神奈川まで籠を背負って売りに行ったと他の入居者さんからも聞いたことがありますが、改めて交通機関の普及に感謝する場面でした。



お料理日記



すいせんユニットでの一日をご紹介します。この日のお昼メニューは「天ぷら3種(ナス、舞茸、かき揚げ)・もやしの和え物・りんごゼリー」でした。食材の切り分けは、入居者様に担当して貰いました。その手さばきは、さすが主婦！天ぷらを揚げる職員を後ろから見守る入居者様があまりに心配そうに見守るので思わず笑ってしまいました。



夏といえば



夏といえば？と聞かれたら何て答えますか？きっと、「ビール！」と答える方も多いですね？憩いの里でも、昨年のビアガーデンは好評でした。今年は給食委員会の企画で、手作りのおつまみをアツアツで提供！をモットーに、管理栄養士さん特製の「柔らかから揚げ」、「茹でたて枝豆」、施設長の母の味「出汁巻き卵」がテーブルに並びました。冷えたビールを片手に、美味しいつまみ。皆さん話すことも忘れ、食に夢中になっていました。



納涼祭



毎年恒例の納涼祭。今年は、「入居者の皆さんのもっと近くに」をテーマに開催しました。なかなか模擬店まで足を運ぶことの出来なかった入居者様がもっと近くで鉄板焼きの香ばしい匂いを嗅ぎ、かき氷を削る音を聞き、お手伝いの子供さんと一緒にお菓子すくいを楽しんで、皆さんの沢山の笑顔が見たい。と行事委員会が立案しました。広いはずのフロアが入居者さん、ご家族の皆さん、ボランティアの方々が集まると狭いこと！大賑わいの中、最後は職員による「ソーラン節」の披露で締めくくりました。ソーラン節を踊り終えた職員に皆さんから施設全体に響く拍手の渦。今年の夏の一大イベントも皆様のご協力で大好評でした。ありがとうございました。



華道とは、四季折々の樹枝・草花などを切って花器に挿し、その姿の美しさを表現し観賞する芸術



工作



クラブ活動報告

夏の工作クラブの作品は、「うちわ作り」です。職員が作った消しゴムはんこは、朝顔、金魚、うちわ等の夏の柄。「はんこが乾くまで預かりますね」と職員が伝えると少し寂しそうに表情だったのが印象的でした。

