



# 寿楽荘だより

発行：社会福祉法人 双葉会  
介護老人福祉施設 寿楽荘  
編集：広報委員会

〒198-0213 東京都西多摩郡奥多摩町海澤497  
TEL 0428-83-2338 FAX 0428-83-3705  
URL <http://web.futabakai.or.jp>  
e-mail [jiyurakusou@futabakai.or.jp](mailto:jiyurakusou@futabakai.or.jp)

第47号

謹んで新年のお慶びを申し上げます。  
今年一年が皆様にとって幸せな一年となりますように心からご祈念申し上げます。



奥氷川神社と氷川三本杉

## 氷川三本杉

奥氷川神社敷地内の奥多摩街道に沿った場所に生育した杉です。根元近くから三本に分岐しており、それぞれが直立して一つの樹冠を形成しています。そのため三本杉と呼ばれています。樹高は約四十三メートルで神社の神木として保護されています。

## 謹賀新年

介護老人福祉施設 寿楽荘  
生活相談員 三浦雅彦

明けましておめでとうございます。日頃より施設運営にご理解・ご協力を賜り大変ありがとうございます。新年を迎えるにあたりご挨拶申し上げます。

寿楽荘が新しい建物になり十二年が経過します。昭和四十二年二月の施設開設からしますと四十六年を迎えようとしています。私が入職した二十四年前の寿楽荘は、介護保険制度も存在しないまだ古い建物の時代でした。地元女性の雇用先の一つとしての傾向が強く、強烈な個性を持った職員も少なからず存在しました。利用者の方々も、老人福祉法における措置制度での利用でしたので、こちらにもまた個性的・印象的な方が多く、当時は介護に対する考え方も技術も未熟でしたが、科学的・理論的でない分だけ人海戦術が中心で、共に暮らすという雰囲気非常に強かったように記憶しています。

介護保険法ほか諸制度が整備されるなか、介護老人福祉施設は「行わなければならないこと」と「行うことができないこと」が増え、利用者・職員共に義務と権利が色濃くなり共に暮らす雰囲気が希薄になったように思われます。

職員の資格に関する考え方も変わりました。今月末には介護福祉士の筆記試験が予定されています。試験勉強も様変わりをしてホータブルゲーム機のソフトが便利だとか。ゲーム感覚の受験勉強の延長線に有るものは何なのでしょう。平成二十七年の介護保険制度改正に向けての中期の方針として有資格者の配置整備がすすめられるなか、介護に必要な知識と人の温かみがバランス良く個々、そして組織に集まってくれることを願っています。

そして利用者の皆様には、時代の経過とともに諸制度が整備され、そこに携わる人間が変わっても寿楽荘の生活として変わらないこと、「今日は楽しかった」と思ってもらえる対応や、安心・安全に暮らせる施設を心がけてまいりますので本年も宜しくお願いします。

最後に私事となりますが昨年中は利用者・ご家族の皆様、また関係各所の皆様に大変ご心配をおかけしました。この場をお借りしまして経過が順調であることをご報告致します。



【マス釣り】

年に2回あるマス釣り、今年は天候に恵まれ皆様、楽しくマスを釣り、美味しく召し上がれたと喜ばれていました。



【紅葉ハイク】

奥多摩の四季の中で一番綺麗になる紅葉の季節、今回は御岳方面へと車を走らせ山々を見渡しました。色鮮やかな木々を見て満足されている様子が伝わってきます。



今年も色々な事が有りましたが、2013年も皆様が健康でありますように願っております。

介護職員一同

日常生活・行事活動状況



12月22日  
『劇団たんぽぽ』による慰問



11月23日  
『日本ボーイスカウト東京連盟杉並第8団』による窓拭き奉仕の慰問



### 東京都福祉サービス第三者評価受審終了のお知らせ

平成24年度東京都福祉サービス第三者評価を終了したことを報告致します。

この評価は、事業者の自己評価、職員の自己評価、ヒヤリングによる利用者調査、利用者ご家族によるアンケート調査をもとに集計・分析をおこない報告書が作成されます。

詳細については『とうきょう福祉ナビゲーション⇒介護サービス情報の公表』で確認することが出来ます。

(<http://www.fukunavi.or.jp/fukunavi/>)

**ご家族の皆様にはアンケート調査にご協力を頂いた事に感謝いたします。**

### インフルエンザ予防接種実施状況

アレルギーなどで予防接種を行う事が出来ない方以外は、利用者・職員共に予防接種を行いました。

しかし、あくまでも予防接種であり完全に予防する事は出来ません。身近でインフルエンザを発症した方(体調の悪い方)がいらっしゃる場合はご面会の日程をご検討下さい。



### 栄養課からの一言



明けまして おめでとう ございます。

寒い冬の日食べる一押し料理は、野菜類・肉類・魚介類・大豆製品等が入った熱々寄鍋料理が栄養バランスも良く家族や友人で囲んで食べる鍋は心も体も温まります。

噛む力、飲込む力が弱くなってきている寿楽荘利用者皆様に、安心して楽しく美味しく食べて戴ける食事作りに挑戦し続け、1人でも多くの方に「ごちそう様」「美味しかったよ」と言って戴けるように、2013年(平成25年)も様々なことに取り組み努力してまいりますので宜しくお願い申し上げます。

寿楽荘 栄養・調理一同



### リハビリ室より



新年あけましておめでとうございます。今年も皆様にお元気で過ごしていただけるよう力を尽くしていきたいと思っております。本年もどうぞよろしくお願い致します。今回はとても簡単で、年配の方から小さなお子様まで、見て真似しながら一緒に楽しめる口の体操をご紹介します。

#### ●口の体操「あいうべ」

やり方①口をできるだけ大きく開けて「あー」と言う。

②口をできるだけ横に引いて「いー」と言う。

③唇をタコのように前に突き出して「うー」と言う。

④舌を「べー」と口から飛び出すぐらい下に突き出す。

①～④までを1セットとして1日30回目安にやってみてください。

実際にやってみると30回やるのは大変!!!です。10セットを3回等「ちょっと疲れたなあ～」という回数に加減して行うのがポイントです。ただし、疲れたら休む、痛そうな時はムリしないなど自分の体と相談しながら楽しんで行ってください。

参考文献：口の体操「あいうべ」今井一彰著 マキノ出版



●「あー」と口を大きく開く



●「いー」と口を大きく横に開く



●「うー」と口を強く前に突き出す



●「べー」と舌を突き出して下に伸ばす

医療・診療所コーナー

医師 片倉和彦



平成25年新春クイズ

あけましておめでとうございます。めでたいのでクイズを作りました。全問正解の方にティッシュペーパーをプレゼントしますので、回答が出来上がったら診療所・片倉まで連絡ください。

- 第1問：寿楽荘一階千歳食堂の自動販売機で一番売り上げが多いのは？
A：缶コーヒー（全種類） B：オロナミンC C：ウーロン茶 D：ポカリスエット
第2問：11月の片倉の午前回診の時に寿楽荘の居室で一番見られていたテレビ番組は？
A：あさイチ B：はなまるマーケット C：とくダネ！ D：スッキリ！！
第3問：双葉会診療所で平成24年にインフルエンザ予防接種をした人数は
A：約100人 B：約400人 C：約700人 D：1000人以上
第4問：片倉和彦の畑に2012年中に現われなかった動物は
A：猪 B：鹿 C：猿 D：ハクビシン
第5問：今年は平成25年です。今から25年前に若者がよく使っていた通信手段は
A：携帯電話 B：PHS C：公衆電話とポケットベル D：公衆電話と家の電話
第6問：千支にちなんで蛇の問題です。ヤマカガシの身体の中で毒がないところはどこ？
A：頸部からの液 B：前歯 C：奥歯
第7問：面積が2013となる辺が整数の長方形で辺の総和が最少となるものの総和は？

ご家族の方で、介護、看護職として寿楽荘で働いて頂ける方が居ましたら、ご連絡をお待ちしています。年齢、性別は問いません。

職員募集のお知らせ

看護職と



ご注意下さい

ご面会に見え降雪により路面凍結している場所も発生します。お出かけの際は路面状況をお伝えいたしますのでご連絡下さい。



ご家族向け認知症講座開催 『認知症って何だろう？』

寿楽荘では『認知症』について職員も勉強していくにあたり新たに様々な事に気づき、『認知症とはどんな病気なのか？どんな種類があるのか？認知症それとも物忘れなのか？』等、ご家族皆様に少しでも知って頂ければと発表を行いました。



今後の行事予定

- 1月
・利用者新年会
・買物バス
・鏡開き
・七草粥
2月
・涅槃会
・節分会喫茶
・買物バス
3月
・彼岸供養
・ひな祭り会喫茶
・買物バス



編集後記

十月に入り残暑がいつまで続くかと思っ... 急激に気温が下がりがり秋から冬へと移りました。マス釣りや紅葉ハイクの行事に参加される利用者様の衣服調整を心配しましたが、穏やかな日差しの中、行なう事が出来て良かったと思われ... 今後の行事はインフルエンザの流行が気になりますが、殆どの利用者様には予防接種を受けていただきまし... た。標語「持ち込まぬ・うつさぬ気持ち」を常日頃「気を付けて行きたいと思ひます。」