

# 大口一期一会だより

おおぐちいちごいちえ

Vol.32  
2017  
4～5月

母の日にバイキングを行いました。皆さんに日頃の感謝を込めて厨房さんのお手製料理が、たくさん並びました。いつもより沢山食べ過ぎちゃいました！



バスドライブでフラワーパーク江南に行ってみりました。見たことの無い花が沢山咲いていて皆さん興味津々、時間を忘れ楽しみました。



## 毎年恒例！★大口一期一会荘納涼祭りのご案内★



日時：平成29年8月5日（土） 17:30～受付・チケット配布 18:00～開始  
場所：大口一期一会荘向かい長松寺 駐車場（雨天時：大口一期一会荘 施設内）  
盆踊りや屋台など盛りだくさん！みなさまのお越しをお待ちいたしております！  
※屋台をチケット制にさせていただいております。チケットに限りがございますのでご了承ください。

## 一期一会福祉会のホームページにブログのコーナーが出来ました。

新しくなったホームページに、毎週職員がブログを更新しています。  
近況報告や行事の報告等、情報が満載！  
新しくなったホームページに、是非遊びに来てください。



社会福祉法人 一期一会福祉会

検索

紫陽花が大輪の花を咲かせる頃となりました。皆様方におかれましてはご健勝のこととお慶び申し上げます。日頃は当法人の運営にご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。

「笑い」が健康に良い、ということはテレビ等で紹介され、皆様もご存知かと思えます。当法人の職員心得の中にも「ユーモアのセンスを持つ」という言葉があり、大笑いだけではなく、クスッと笑えるようなことも普段から心掛けています。17年程前に実習で岩倉一期一会荘に来たときに「こんなにたくさんお話できて、お互いに笑い合うことができる施設があるんだ！」と驚きと感動を覚えた記憶があります。

私はこの仕事に出会ってから「どうしたらお互いに笑えるのだろう」、「どうしたら喜んでもらえるのだろう」と考えるようになりました。就職当初は先輩職員の笑いのセンスに圧倒され、なかなか成果の出ないときもありました。そんな自分に対して苛立ちを感じていたときに、サッカー元日本代表の中山雅史さんのインタビューでのコメントを耳にしました。

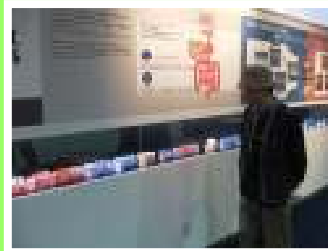
「僕は他の選手よりもサッカーが下手くそです。だからこそ、練習から全力でやる。人よりも沢山ボールを蹴る。日々の生活でも「これはサッカーに役立つのでは？」と意識している。イメージは薄い紙を毎日1枚ずつ重ねていく感じです。でも、積み重ねた分厚くなっていけば、今よりも上手くなれると思うんです。」

日々の中で成長を実感できる機会は少ないと思いますが、「きっと自分の目標につながる」と信じて継続していくことが大切なのだと私は感じました。また、その時のことだけでなく、先々のことまで考えていく大切さも知りました。それからは、常にチャレンジしよう！職員に「オヤジギャグだ!」、「朝からテンションが高い…」と言われても気にしない！等々、自分で決めたことを意識して、毎日実践するようにしました。この積み重ねのおかげで、ご利用者様から他では学ぶことのできない経験や、数えられないくらい多くの笑顔、そして感動をいただきました。

私自身、まだ至らない点ばかりではありますが、紙1枚分の厚さであっても職員と共に日々成長していき、ご利用者の皆様笑顔で、自分らしく暮らしていただけるよう努めてまいります。これからも皆様方からのご指導・ご鞭撻を賜りますよう、よろしくお願い致します。



## 軽費老人ホーム一期一会荘



毎年恒例！桜見散歩に出かけました。途中の休憩では飲み物とお菓子でちょっとしたお花見気分◎また来年も行きましょうね！

日帰り旅行で日進市にあるヤクルト工場の見学に行きました！プロ野球ヤクルトスワローズのブースもあり皆さん楽しめました。



母の日ということでバイキング食を行いました！沢山の美味しい手作りメニューに食べ過ぎてしまったという方もちらほら(^)/

春日井小牧看護専門学校の学生さんが実習に来てくれました。午後からは皆様と学生さんと一緒に押し花！お話にも花が咲きました🌸



# 大口一期一会デイサービスセンター



おやつ作りです。今回は変わり種にこだわって、たこ焼きを作りました。チョコレートとも考えましたがそこまでの冒険は・・・

バスドライブに行ってきました。何日か前から雨が降らないようにと、皆さんで祈っていたかいもあり、お天気はバッチリ ☀️



カルタ大会に出場の方が、対戦者を驚かせる秘策を練るとの事で、マニキュアに挑戦相手が釘付けになる素敵な爪になりました。

今月の造形クラブは、母の日もあってカーネーションを作りました。先生の工夫が詰まった。大輪の枯れないカーネーションです。

## 体カアップ教室

### 身近なものを使って体操



住み慣れた地域でできる限り自分らしい生活を続けるためには、いろいろな努力や協力が必要です。その中で適度な運動や他の方との交流は大切なことです。

体カアップ教室はご自宅付近までお迎えに伺い、多くの利用者様と一緒に楽しく体操をしていただいております。

左下の写真は牛乳パックを細く切って、積み上げていく指の運動です。

その他にもペットボトルやタオルなどを使用したご自宅でもできる体操を実施させていただきます。



バランスをとるのが難しい～！



歌いながらリズムにあわせて♪

## 食中毒について学びました



地域包括の職員の方に来荘いただき、食中毒についてのお話を伺いました。手洗いの正しい手順を学び実践した際には「きれいに洗うって難しい！」「いつもの洗い方では足りなかったわ。」との声も聞かれました。意識して食中毒を防ぎたいと思います。



## ご利用情報

6月1日現在

軽費老人ホーム一期一会荘

満室（入居待機者3名）

## 大口一期一会デイサービスセンター

見学・体験など随时お受けしております！  
希望の曜日などご連絡ください。

☎ (0587) 95-7788

お気軽にお問い合わせください!!

## 看護師より

### 脳梗塞は夏こそ注意



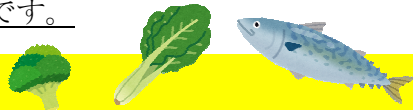
脳の血管が詰まって起こる脳梗塞は、夏に多く発症することがわかっています。冬と違って血圧が低下しやすいことや脱水症などで、脳の血流が悪くなって血管が詰まりやすくなるからです。

特に、猛暑日が続くときや夏かぜをひいているとき、生活リズムが変わりやすい月曜の朝などは血液の粘度が上がりやすく、注意が必要です。

こまめに水分補給をしつつ、血液の流れをよくする食事を取りましょう。

ビタミンCやE、ポリフェノールなどの酸化を防ぐ成分が多いブロッコリー、小松菜やキャベツなどのアブラナ科の野菜、

DHAの多い青魚、酸味のあるものなどはおすすめの食材です。



## 栄養士より

### 血管力をあげる五色の食べ物

高血圧・高血糖・高コレステロール。ひとつは当てはまるという方も多いのではないのでしょうか。今回は血管力を上げる五色の食べ物をご紹介します。

毎日の食事の中で意識して摂る事で血管への負担を和らげ、いつまでも柔軟な血管を維持して元気に過ごしましょう。



**赤色の食べ物**・・・トマト・唐辛子・鮭など

悪玉コレステロールの発生を防ぐ

**青色の食べ物**・・・さんま・いわし・鯖などの青魚

中性脂肪を下げ、血栓をできにくくする

**黄色の食べ物**・・・人参・マンゴー・南瓜など

血管が固くなるのを防ぐ

**緑色の食べ物**・・・ほうれん草・ブロッコリーなど

悪玉コレステロールの酸化を防ぐ

**黒色の食べ物**・・・昆布・わかめ・ひじきなど

血圧を安定させる

## 大口一期一会ケアプランセンター

### ケアマネジャーが訪問します！

介護保険のサービスを利用することとなった場合、担当のケアマネジャーがご自宅に月1回訪問することとなっています。特に変わらないのだから、月1回も来なくていいよなんて言われてしまう事もありますが、この訪問が実はとっても大事なのです。家の中に入ることで、その方の趣味や大事にしている習慣を知ることもありますし、部屋の様子から体調の変化を察知することもあります。汚いから来ないで～なんて言われる方もいますが、そのままです、本当に。これからも訪問します！



**当センターにて相談をお受けしております。お気軽にお電話ください。わかりやすくご説明させていただきます。**

☎ (0587) - 95 - 7277

### 寄付御芳名



平成29年2月1日

～平成29年5月31日

金20,000円	匿名
金200,000円	匿名
金50,000円	匿名
金200,000円	匿名
金33,954円	匿名
金100,000円	匿名
金1,000,000円	匿名
金200,000円	匿名

温かいご支援ありがとうございます。より一層のご利用者様へのサービス向上と施設運営に役立たせていただきます。

社会福祉法人一期一会福祉会  
理事長 臼井和香奈



## 社会福祉法人 一期一会福祉会

大口一期一会荘

〒480-0137 愛知県丹羽郡大口町大屋敷三丁目 207 番地

Tel: (0587) - 95 - 3118 (代)

Fax: (0587) - 95 - 0887

E-mail: oguchi@ichigoichie.or.jp

ホームページ: <http://www.ichigoichie.or.jp/>

\*施設見学、お問い合わせなど  
随時お受けしております。