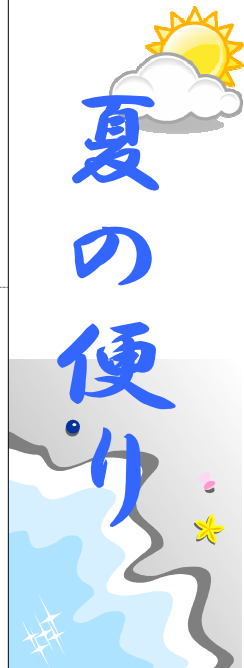




# す が お

No.29

養護老人ホーム  
松楓園 情報誌



暦の上では、まもなく秋を迎えますが、吹く風は、まさしく熱風のように感じられる盛夏このごろです。しかし、介護予防の活動に積極的に参加している利用者の方々は、日頃の鍛錬の成果でしょうか、まったく夏バテの様子もなく、皆さん元気一杯に、夏の季節を満喫しています。

今年は夏野菜づくりにも挑戦しました。皆さんが丹精込めて育てた夏野菜は、成長の過程を楽しませてくれながら、瑞々しい新鮮な夏野菜へと育ち、無事に収穫することもできました。

また、納涼祭や七夕など暑さに負けず、夏を思う存分に満喫しています。

そんな楽しい話題とは一変しますが、元氣な利用者とは対照的に、地球の体調は大分悪いようです。この夏も異常気象により、各地に甚大な被害がもたらされています。

専門家の話では、異常気象の原因には地球温暖化があるようですが、日本ではようやく地球温暖化防止の京都議定書の批准を衆議院が承認したものの、大国のアメリカが批准方針を撤回している為、その効果には疑問があるそうです。

そのような状況では、地球環境の向上を望むのは難しく、今後も異常気象による災害が頻発するのではないのでしょうか。

災害から利用者を守る為には、日々の訓練や防災意識の徹底だけでは不十分であり、地域の協力が不可欠です。特に災害時要援護者にとつては、地域の協力を制なくして安全を確保する事は難しいといえます。

幸い、松楓園のある菅生町は、昔からの伝統を受け継ぐ結束力の強い地域であり、近隣者との連帯感が強く、地域ぐるみで利用者の安全を守ってくれています。

つい先日にも盆踊りに招待され、地域の方々との交流を楽しんできましたが、今後も地域との連携を図りながら、利用者に安心して生活していただける環境づくりに継続していきたいと思っております。

広報誌 編集委員会

# 納涼祭



梅雨も明け、日々暑さが増してきている七月十五日に「納涼祭」を行い、夏祭りの雰囲気を楽しんで頂きました。

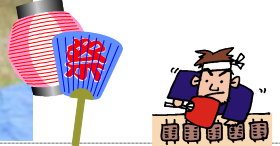


沢山の屋台には、アイスクリームから綿菓子、果物、ケーキ等を並べ、利用者の方々は「どの屋台に行こうかしら」「あっちの屋台には美味しいスイカがあったわよ」と笑顔で屋台巡りを楽しんでいました。  
ゲームコーナーでは、景品を用意して釣りや的入れ

を行いました。皆さん夢中になり真剣な表情で楽しんでる姿が印象的でした。

特にスイカ割では、大きな歓声を受けながら、張り切って棒を振り下ろし、見事に割ったときに見える笑顔が素敵で「今までスイカ割をした事がなかったの、割れた時にはすごく嬉しかった」と興奮気味に話していました。

大いに盛り上がり暑気払いを行う事が出来ました。



# GW園芸




毎年、夏になると皆さんが育てた朝顔がきれいに咲き誇り、訪れる人や利用者の方を楽しませてくれるのが恒例となりました。

今年は更に「夏野菜作りにも挑戦したい」との希望があり、取り組む事になりました。

初めて育てるトマトやきゅうりに戸惑いながらも、少しずつ成長している姿に感動し、初めて咲いた花を見つけた時には全員の歓声があがりました。

# 夏野菜作りに挑戦!

その後も毎日欠かさずに世話を続け、6月中旬には収穫したきゅうりを皆で食べる事ができました。  
いよいよトマトも色付き始め、園庭の夏野菜の成長を見守る事が、毎朝の楽しみになっています。

自然に触れながら、草木の成長を見守る皆さんの表情は、優しい笑顔があふれています。



**皆さんの感想**  
・久しぶりに土いじりをして楽しかった  
・自分で作ったきゅうりを食べてみたけど、今まで食べたどんなきゅうりよりも美味しかった  
・毎日、育っていく様子を見ながら水やりするのが楽しい。

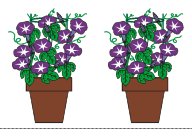
# 七夕




# とうろく作り



今年も、あきる野市観光協会秋川支部の依頼を受けまして、千三百基の「とうろく作り」に励んでいます。  
市内の秋川で八月八日に行われる「とうろく流し」では、皆さんの作ったとうろくが、真つ暗な川面に浮かび、幻想的な雰囲気をかもし出します





### 全居室移動

六月十八日に利用者の方  
全員を対象とした居室移動  
を行いました。

居室移動は身体状況にあ  
ったお部屋の提供・同室者  
とのトラブル回避・居室清  
掃・荷物整理の機会など、少  
しでも快適な生活を送って  
頂けるよう行っています。

更に、毎年移動がある事  
で、同室者や周囲の方も替  
わり「新しい友達も出来る  
から楽しみ」との話も多く  
聞かれています。

しかし、松楓園の居室が  
全て一人部屋であれば居室  
移動の必要はなく、利用者  
の皆さんには大変な労力と  
ご協力を頂いて、全居室移  
動は行われています。



七月二日には荷物作りな  
ど、ご協力を頂いた利用者の方への感謝の気持ちを込めて、お疲れさま会を行い、さ  
さやかではありましたが、  
ケーキとお茶を召し上がっ  
て頂きました。

利用者の方からは、移動  
も終わり、「新しい環境で気  
分も一新して生活が始めら  
れました」「荷物の整理も出  
来て良かったです」との声  
が聞かれました。

しかし、居室移動に伴う  
環境の変化は、利用者の方  
に精神的な負担をかけてし  
まうものと認識し、職員は、  
利用者の心身の状況を注意  
深く見守っています。

### 高齢者 疑似体験セット 購入



なく、疑似体験をする事によ  
って自分の考え方の中に  
新しい発見があるものと思  
います。

危機管理運営委員会では、七月の取り組みとして、  
お年寄りになってからの年  
齢的な体力の低下を体験し  
て見て、利用者の方の気持  
ちを少しでも理解する事は  
できないかと考えました。

その中で今回、高齢者疑  
似体験セットを購入し、職  
員が疑似体験をしました。

健康な人は障害者の方の  
動きを見て不自由さを想像  
して自分と対比する事によ  
って相手を理解するのでは  
ないかと考えました。



早速全職員で、高齢者疑  
似体験セットを使用してみ  
ましたが、知識で得ていた  
感覚とは大きく異なり、実  
際に使用してみても、高齢者  
の身体状況についての理解  
を深める事ができました。  
今回の疑似体験をもとに  
身体の機能が低下して、思  
うように体のコントロール  
が出来なかった時に人はど  
のような行動をするのか、  
周囲はどのような気持ちに  
自分を置くのかをしっかりと  
考えた上で、利用者の方へ  
のサービスの提供に役立て  
ていきます。

### 外出支援 菅蒲見学



桜・チューリップ・つづ  
じ見学に続き、6月26日に  
青梅・菅蒲園へお花見に出  
掛けました。

梅雨時期のため、天候と  
開花状況が心配されました  
が、十二名の方が参加する  
ことができました。

見事に咲いた菅蒲の花と  
田園風景にも似た懐かしさ  
の感じられる道を散歩しな  
がら、楽しい思い出がまた  
ひとつできました。

# 夏バテ



夏バテとは、夏の暑さ  
体が対応しきれず、だるく  
て疲れやすい・食欲がな  
い・寝不足といった状態  
です。

最近の夏バテは、暑い  
だけでなく、冷房の効いた  
室内と、うだるような暑  
さの  
室外の往復をする事によ  
り、体温や発汗などをコ  
ントロールしている自立  
神経がバランスを崩すの  
も原因  
になっていきます。

冷房温度を高めに設定  
しても、扇風機を併用す  
る事で意外と涼しく感じ  
ます。

外出する時は、簡単には  
おれる物を持ち歩きまし  
ょう。また、疲れをとる  
ためにも睡眠はしっかりと  
りた  
いところですが、寝苦し  
い  
夜はそうもいきません。

冷蔵庫で冷やして使う  
ジェル枕を使用したり、  
汗を吸いやすいパジャマ  
を選ぶ等して下さい。

食欲がないからと素麺  
などの冷たい物や、飲み  
物ばかりでは余計にだる  
くなってしまいます。少  
量でも良いのでバランス  
の良い食事を心がけまし  
ょう。疲労回復のために  
は、ビタミンBが多く含  
まれている豚肉や豆類を  
取るのが有効です。

暑くて体が持たないから  
沢山食べる方もいますが、  
夏太りには注意が必要で  
す。  
夏バテを予防して、元  
気に夏を満喫しましょう。



**ホンダ販売労働組合** **車両寄贈**  
**ホンダカーズ東京中央支部様**

この度、東京善意銀行の  
窓口を通して、ホンダ販  
売労働組合（ホンダカーズ  
東京支部）様より、地域  
との共生・貢献に向けて  
の活動が大変重要である  
との主旨で車両（ホンダ  
フィット）の寄贈を受ける  
事ができました。  
組合員様の「こころ」に  
深く感謝すると共に、法  
人全体で車両管理・安全  
運転を徹底し、利用者  
の生活支援に役立って  
いきたいと思っています。

## 菅生町内会 盆踊り



今年も七月二十五日に  
地の菅生地区の盆踊り  
大会に招待して頂きまし  
た。

利用者の方も、やぐら  
に登り、炭坑節を思いっ  
きり踊りながら、盆踊  
りの賑やかな雰囲気  
を楽しんで頂きました。

二十七日には、地域の  
方々十名を施設の大浴  
場にお招きし、温泉気  
分を味わっていただき  
、その後は、手工芸活  
動やお茶のみ会を催し  
て、利用者の方との交  
流を楽しんで頂きました。  
菅生地区の皆さん、あ  
りがとうございました。



### 【編集後記】

夕暮れの涼さを期待し  
つつ、日中の猛暑を耐え  
しのぶ毎日ですが、利  
用者の皆さんは元氣一  
杯です。

今号の「すがお」では、  
元氣一杯の利用者の皆  
さんの様子をお伝えで  
きればと思いい、紙面  
づくりを行ってみました  
が、いかがだったしょ  
うか。

来月、十八日には敬老  
祝賀会を予定してあり  
ます。ご家族の方には  
案内状を同封してお  
りますので、是非ご参  
加をお待ちしております。

広報誌編集委員会

発行者 社会福祉法人松楓会  
養護老人ホーム松楓園  
住所 東京都 あきる野市  
菅生1159番地  
電話 042-558-7010 (代)  
<http://www.showhoen.jp/>