

がーでん

第9号 平成27年7月10日 発行

社会福祉法人ひとひらの会

特別養護老人ホームひとひら

〒028-3172

岩手県花巻市石鳥谷町北寺林11-1351-1

TEL 0198-45-5878

FAX 0198-29-5616



■ 表紙の写真

百歳祝い品贈呈式

平成27年5月3日に熊谷新六様が100歳のお誕生日を迎えられました。それをお祝いして花巻市より記念品の贈呈が行われました。

5月11日に贈呈式が特養ひとひら・もえぎユニットで行われ、当日は市長代理として石鳥谷総合支所長様が出席されました。家族様も多数参加され、熊谷新六様にとって記念の一日になったようです。

○第9号のトピック

『 田んぼアート見物 』

『 買い物ドライブ 』

『 お楽しみ会 』

『 そうめんについて 』

『 水分摂取について 』

田んぼアート見物

(せくぐろユニット)

施設行事として買い物ドライブと田んぼアート見物が行われました。

晴天に恵まれたグループ、突然の悪天候に襲われたグループとさまざまでしたが、それぞれ良い思い出になったと思います。



雷鳴轟き滝のような雨の車中で「これはよろしくないな。」と仰っていた参加者様も、部屋に戻って買ってきたおやつを頬張った時には、「うん！美味しい！」と満足気のようでした。

毎日のように暑い日が続きますが、この夏も良い思い出を作っ行って行こうと思います。

買い物ドライブ

(もえぎユニット)

6月は行事として石鳥谷町の田んぼアートの見学、ドライブとしてナックスとマックスバリュウへ買い物に行きました。

田んぼアートの見学に行った日は、天気もとても良く「こんなにきれいになるんだね、また来たいね」とみなさん楽しそうにしておりました。



買い物では置いてある商品を見て目を輝かせていました。久々の買い物を満喫されているようです。

梅雨の時期に入り、暑い日も続いています。利用者様も職員も体調管理に気を付けて生活したいと思います。

お楽しみ会

(ひまわりユニット)

7月5日に「お楽しみ会」を行いました。ユニットのキッチンを使い、カレーライスとポテトサラダ、具だくさんのみそ汁を作りました。

食事はベランダにテーブルを出して食べました。暑いながらも時折折吹く風が気持ち良く、食事がおいしく感じられました。



いつもは完食が難しい利用者様も「おいしい、おいしい」と言って全てたいらげていました。

岩手の夏は短いですが、その季節を感じられるようなイベントを行っていききたいと思えます。次回は流しそうめんを企画しています。

そうめんについて

(給食)

今年の七夕は晴天の1日となりました。この日の昼食には「おいなりさん、そうめん汁、鶏のかぶらおろし、メロン」の七夕メニューを、おやつには、天の川をイメージした透き通る青い手作りの七夕ゼリーを提供致しました。



そうめんについてですが、平安時代から七夕の行事食となっています。書物には「七夕にそうめんを食べると病気にかからない」と記されており、宮中で食べられ、一般にも普及したと伝えられています。またそうめんは天の川にも例えられています。今年も天の川が見られたでしょうか。

水分摂取について

(医務室)

気温上昇に伴い利用者様の水分摂取の重要性が高まってきました。水分摂取についての研究文献によると「1日に1500ミリリットル水分摂取することが望ましい。しかしこの量を摂取することは困難である。」とされています。当施設でも例外ではなく、無理なく十分な水分を摂って頂くために実施している一例をご紹介します。

『①緑茶よりポカリスエットが好まれる。またポカリゼリーが人気がある。②摂取されやすい時間帯は食事中・食後・入浴直後（お茶・コーヒー）。午後は満腹感により拒否の傾向がある。』

以上のことから午前中の摂取が有効であり、また決まった時間にだけ提供するのではなく、30分から1時間に1回は水分摂取の機会を作ることが摂取量の増加に繋がると思われます。今後も一層、利用者様の健康管理に努めて参ります。



事務室より

7月中旬にホームページ公開予定です。施設からのお知らせ・広報等を掲載いたします。

次号は平成27年10月発行予定です。どうぞお楽しみに。