



白寿荘だより

2021年10月発行
 社会福祉法人白十字会
 特別養護老人ホーム白寿荘
 〒314-0134
 茨城県神栖市賀2148-112
 TEL 0299-92-7443
 FAX 0299-92-8910



十月になりました、新型コロナウイルス、インフルエンザウィルスの流行季節となります。近隣施設でクラスターになるケースもまだあります。施設職員、入居者様等、ワクチンを打っておりませんが、今後も細心の注意を払い、感染予防に努めてまいります。感染力、感染予防策に引き続きご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

さて、「敬老の日」を迎え、今年も百歳以上の高齢者の方は全国で八〇、四五〇人。県内でも一、〇六三人と寿命も長くなって、過去最高となっております。高齢者時代になっていきますので、皆さん一人一人が日頃より健康で元気でいることが大切です。ウィルスに負けないように、毎日意識して元気に生活していきましょう。全体での敬老会は開催できませんでしたが、各ユニット内でささやかにですが入居者様をお祝いしております。

また、今まで白十字会のホームページの中でかなり古いものを掲載してまいりました。まだ準備中の段階ですが、白寿荘のホームページを徐々に完成させていきますのでご覧ください。

少しでも施設の事や入居者様の生活等を分かかってもらえたらと思います。よろしくお願い申し上げます。

ご挨拶
 施設長 田中 健



新入職員紹介



介護員

永岩 麗華 (ながいわ れいか)

(令和 3年 9月 1日入職)



9月1日付けで入職しました永岩麗華です。約三年間障害者支援施設で働かせていただいております。特別養護老人ホームで働くのは初めてで、分からない事もたくさんありますので、ご指導よろしくお願いいたします。精一杯頑張りたいと思っています。

生活相談員

松岡 晶子 (まつおか あきこ)

(令和 3年10月 1日入職)



10月から相談員として入職いたしました松岡晶子と申します。利用者様が、元気に明るく過ごせるお手伝いができるよう、一生懸命頑張っていきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。

栄養士からひとこと



管理栄養士 網代 紘子

🍎 林檎を食べましょう

林檎には・・・ ①便秘解消作用 ②浮腫み改善作用があります。

①水溶性食物繊維の一種である「ペクチン」には老廃物を包み込んで体の外に排出してくれる働きがあります。その為、便秘の解消に効果が期待できます。

②浮腫みは体に余分な水分が溜まる事により引き起こされます。その浮腫みを解消するのに力を発揮する栄養素の一つが林檎に含まれる「カリウム」です。カリウムにはナトリウムと共に体の外に排出する事で、浮腫みの解消をしたり血圧を調節したりしてくれるのです。

林檎は凄い食べ物です。

消防訓練を行いました！！



お知らせ

～入居者のご家族の皆様へ～

日に日に寒さが厳しくなってきましたので衣替えを行っております。お忙しいとは思いますが、衣替えのお済でない方は、お持ちいただけますようご協力よろしくお願い申し上げます。

編集後記

秋風が気持ちよく過ごしやすい季節になりました。今号では、敬老会でみられた皆様の笑顔をお届けします。笑う事は、心と体が健康になるといいますので、これからも長生きして笑顔をたくさん見せてください。今年もあと3ヶ月、引き続き感染予防を行い、お身体を大切に、程よい息抜きをしながら笑顔でお過ごして行きましょう。

伯耆





宝ユニット敬老会を9月18日行いました。利用者様の中で88歳の米寿を迎えられる方がおり、他利用者様と職員一同でお祝いしました。その後、皆で歌をうたい、体操カルタなどをして楽しんで頂きました。おやつにはクレープを焼き、トッピングは、自分で好きな物をはさんで頂き皆で食べ、とても喜んでいました。介護員 田村 明美



雪ユニットでは、9月19日に敬老会を開催いたしました。今年度は、古希を迎えられた方が1名おられました。敬老会では、古希を迎えられた入居者様に賞状を授与し、ジュースやおやつを食べながら、職員の演芸を見て楽しめました。職員の演芸では二人羽織を行い、お化粧をしておやつを食べに行く設定だったのですが、職員の顔が粉まみれになったり、おやつを上手に食べることが出来ず、その姿を見て、皆さん手を叩いて笑って喜ばれていました。今後も安心して、楽しい毎日を過ごして頂けるよう、雪ユニット職員一同入居者様に寄り添っていければと思います。おめでとうございます。介護員 山本和史



月ユニット敬老会を9月11日に行いました。利用者様と一緒に、箱の中身を当てるゲームをしました。箱の中に手を入れ、ドキドキしながら皆さん物を当てていました。〇×クイズでは、旗を揚げながら答えており、楽しまれておりました。ユニット内大きな笑い声が響いており、楽しかった～またやりたい～との声がたくさんありましたので、また行いたいと思っています。介護員 小野瀬 知美



星ユニット敬老会を9月14日行いました。皆様の長寿のお祝いできた事、入居者様に改めて感謝の言葉を伝えられた事をとてうれしく思います。各居室担当者が一生懸命作成した賞状やメッセージカード、職員演芸を笑顔で見てくださり、とても嬉しかったです。入居者様にはこれからも元気で過ごしてほしいと思います。介護員 齊藤 郁恵

元気でーす!!



おいしい!♡



花ユニットでは、敬老会を9月19日に行いました。卒寿、傘寿、喜寿の方をユニットの方々とお祝いしました。皆さん甘い物が好きなのでアイスクリームでパフェを作り喜んで食べていただきました。白寿(九十九歳)を目指して皆でがんばろうと声をかけ、来年もおいしいものを食べながらお祝いしたいと思います。介護員 岡田 あけみ



宙ユニット敬老会を9月21日に行いました。1名の方のお祝いをし、希望の多かったアイスクリームを提供させて頂きました。『やっぱりおいしいね』と笑顔も見られ、小さくではありますが、行えて良かったです。介護員 秋山 涼子



ごちそうさま♡

