

第25号

平成25年3月15日

発行：特別養護老人ホーム 眺葉園

〒999-3511
山形県西村山郡河北町谷地字東680
TEL(0237)73-3890

発行責任者・施設長：渡邊 明

印刷：寒河江印刷株式会社

眺葉園 だよう



社会福祉法人 **河北福祉会**

特別養護老人ホーム 眺葉園

指定介護老人福祉施設 眺葉園

指定短期入所生活介護事業所 眺葉園

河北町老人デイサービスセンター ちょうよう

指定通所介護事業所 ちょうよう

河北町在宅介護支援センター はつらつ

指定居宅介護支援事業所 はつらつ

**なごみ広場で
元気にみんなで体操！**

新しい施設とともに よろしくお願い致します。

施設長 渡邊 明

平成二十四年四月に、中野前施設長からの引継ぎにより施設長を仰せつかりました渡邊です。河北福祉会には平成二十二年六月からお世話になっており、約二年間は昨年四月に完成した現在の新施設の計画を進めてまいりました。常日頃より皆様方のご支援・ご協力のお蔭を持ちまして、創立三十周年というめでたい節目に、このような素晴らしい施設が完成し、利用者の方々のお世話が出来ることを大変うれしく思っております。

ここで新しい施設のご説明をしたいと思います。この度、町の施設入所待機者対策として二十の増床を行い全百床となりました。また行政の指導もあって、これまでの全室多床室から、うち四十床をユニット型個室としました。他にショートステイはこれまでと同じ十四床です。また、床面積についてはこれまでの約2.3倍の広さとなりますが、二階建ての施設になったので動線が長く、面会の方にもご苦勞をお掛けしております。デイサービスとは町道を挟むため少し不便ではありますが、来園者の方の駐車場も広く設けており、夏の盆踊りの時にも広々とした環境で行えることができ職員も大変喜んでるところです。

最近の少子高齢化時代、また介護度も重度化が進む中、介護職員の専門化・高度化が求められています。介護というのはメンタルな業種であり、マニュアル通りに進められるものでもありません。IT時代とは言え、ヒトがヒトを介護するという基本的なシステムの中、われわれ職員は常にヒトの痛みを感じながら介護にあたらないといけないと思います。措置時代から現在の契約の時代となつて十数年が経過し、これからはお客様が施設を選ぶ時代です。施設が新しくなり、同時に職員も新たな気持ちでご利用者様をお迎えしていきたいと思っております。



眺菜園 正面入口



1F 個室

リビング



1F・2F 浴室

いこい広場



社会福祉法人河北福祉会 平成23年度決算報告

貸借対照表

(単位: 円)

勘定科目	一般会計	特別会計
流動資産	1,246,576,035	7,005,334
固定資産	1,849,902,185	2,103,487
資産合計	3,096,478,220	9,108,821
流動負債	805,344,283	984
固定負債	761,512,070	0
負債合計	1,566,856,353	984
基本金	11,000,000	0
国庫補助金等特別積立金	630,642,145	0
その他の積立金	88,003,491	0
次期繰越活動収支差額	799,976,231	9,107,837
純資産合計	1,529,621,867	9,107,837

事業活動収支計算書

(単位: 円)

勘定科目	一般会計	特別会計
事業活動収支の部	39,013,017	▲ 473,636
事業活動外収支の部	▲ 2,700,535	1398
特別収支の部	0	0
当期活動収支差額	36,312,482	▲ 472,238

在宅サービス利用状況

	利用延人数	平均利用率	平均介護度
短期入所事業	4,865人	94.9%	3.0
通所介護事業	5,623人	76.7%	2.6
居宅支援事業	1,596件		
在宅支援事業	585件		

※詳細は、法人事務所に於いて閲覧できます。

医務室だより

長寿の特徴

- ①家族同居が多い
 - ②果物は皮ごと食べる
 - ③血液をサラサラにする食品をよく食べる (梅など)
 - ④ミネラルの多い水を飲んでいる
 - ⑤整腸作用をうながすヨーグルトのような発酵食品を取り入れている
 - ⑥動物性油の摂取量が少ない (肉は全く食べないケースがほとんど)
- これらの要素が全部入っている地域は100歳以上が多い

どんな人が長寿であったか?

- 血液型 B型
 - 星座 いて座 (12月生まれ) の人
 - 食事 好き嫌いのない人
 - 性格 自己主張の強い人…自説を曲げない頑固なタイプは融通性がない。一方で本人はストレスがたまらないのかも知れませんが。
 - 生活習慣 日々オーバーペースにならず、ゆったりとした日々生活が身体の生活リズムを整え、精神的な安定も得られます。眠くなったら早寝して、朝には爽快な目覚めがあれば健康に良いはず。
 - 嗜好品 酒、タバコは無理してやめないで、飲みたい時に適度に飲む
 - 趣味 自分好みの事を楽しむ人
 - 長生きする職業 お坊さん、学校の先生
 - 長寿の秘訣
- 男性→色気を忘れない人…男性の長寿に最も大切なのはオチャメなエッチで、これは世の男性の全てに共通した長寿の秘訣だそうです。
- 女性→おしゃれを忘れない人…女性の長寿に最も大切な事のようにです。外に出て行くときの秘訣はお洒落だそうです。

— 長寿の秘訣 —

日本の長寿地域、沖縄の生活習慣を覗いてみましょう

- ①豚をよく食べる
頭から、耳から、足まで豚を丸ごと全て使って長い時間をかけて煮込み、浮いてきた脂肪を取り除いて食べる料理が多い。
- ②黒糖を使う
黒糖の成分、フェニルグルコシドは糖分の腸管吸収を緩和する。カルシウム、カリウムなどが多い。虫歯になりづらい。ストレス抵抗性を高める。体力維持増進。寿命延命。作業能率をあげるなどの効果があるという。
- ③海藻をよく食べる
沖縄ふともすく→抗腫瘍、抗潰瘍作用をもつフコダインと呼ばれる食物繊維が特に多い。
- ④豆腐をよく食べる 良質の植物性たんぱく質を十分にとる。
- ⑤野菜をたくさん食べる
沖縄などの亜熱帯特産のようさい、よもぎ、ゴーヤ、へちまなどをスープや味噌汁などにして食べる。
- ⑥薬草を食べる アロエ、ういきょう、しまつゆくさ
- ⑦茶をよく飲む 香片茶 (サンピン茶)、清明茶 (シーミー茶)
- ⑧漬物を食べない
一年中野菜がとれるため野菜を漬物として保存する習慣がない。
- ⑨身体をよく動かす
気候が温暖で一年中農作業が屋外で出来る為、よく体を動かす。

沖縄の高齢者たちは食べ物のことを「ヌチグス」と呼ぶがこれは命の薬という意味を持つ。このように沖縄では食べ物を薬とみなし昔から重要視していたようだ。百歳以上の高齢者の職業をみると男性では7割以上、女性も6.5割は農場従事者だ。長生きしている人たちは、いいものをよく食べよく動いている。このために元気で長生きするらしい。また、気候が温暖で皆のんびりしており、ことあるごとに踊りを踊るのが沖縄県民。こののんびりした陽気な気質も長生きの秘訣だろう。

トロミ剤を使用した食事

厨房より



私達の施設では、利用者の方々に食べやすい食事を提供したいと思い、トロミ剤や料理に合ったカッターやミキサーを使用して工夫をしています。今使用しているホット&ソフトのトロミ剤は、べたつきもなく料理がふんわりでトロツとし食べやすくなりました。お粥ミキサーやみそ汁トロミもブルブルと飲みこみやすくなりました。もし、家庭の方々でも、水分やお粥でむせりのみられる方はぜひお試しください。



おりの詩



つつじを前に
ハイ、チーズ!



夏祭り
浴衣着て、みんなで
上手に踊りました



バスハイク
“間沢の菊人形展に行ってみました”



生活リハビリ
“いっぱい釣れるかな?”



大勢でワイワイ 楽しく夕食会



クリスマス会 サンタさんが来ました!
どこかで見たことある!?



「だんご木飾り」
みんなで協力きれいに出来ました!



四季おり



手作りクリームソーダ
んめいな...



散歩日和り、
ジュースもおいしい。



楽しみにしていた出前寿司



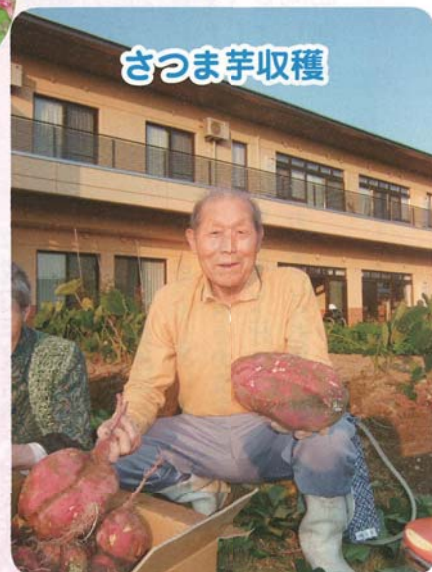
日常の様子



朝顔の手入れ、
きれいに咲いたね。



おいしい芋ようかんが
できました。



さつま芋収穫



通所介護事業所「ちようよう」 河北町老人デイサービスセンター

電話 72-3786



コスモス畑に、紅葉と楽しい
バスハイク！きれいですね



ボールを使ってボーリングゲーム
皆さんストライクを狙っています。



風船を使って気球作りをしました。オリジナル作品が出来ました。



クリスマスにリースを作りました。
松ぼっくりやキラキラモールを使い、



心をこめて花束を！

指定居宅介護支援事業所 はつらつ

電話 72-3788

介護に関することは、なんでもお気軽に、私たちに、
ご相談ください。秘密は厳守致します。

河北町在宅介護支援センター

河北町から委託を受けて、お一人暮らしの方の自宅を
訪問しています。介護保険サービス紹介、困りごと等
ありましたら、お気軽にご相談ください。秘密は厳守
致します。



編集後記
眺葉園も新施設となり、早くも一年をむ
かえようとしています。
多くの方々の支えがあつてのこと心より
感謝申し上げます。今後ともご支援・ご協
力よろしくお願いいたします。

眺葉園だより編集委員一同

平成23年度苦情・相談件数1件



とったど〜！
今年も豊作。美味しくいただきました。