



# 天心らんまん

第69号 編集発行／天心ケアハイツ

〒966-0902 福島県喜多方市松山町村松字北原3656-3

TEL 0241-23-3422(代)

URL <http://www.tenshinkai.or.jp>

## 喜愛ヒルズ

### 敬老会・お茶会



9月19日の敬老の日に敬老会を開催致しました。

大正琴ボランティア3名様をお招きして、「荒城の月」や「ふるさと」など素晴らしい演奏を披露して

頂きました。ホールには大正琴の優しい音色が広がり、利用者の皆様方は熱心に聞き入っておられました。また、ボランティアの方からは利用者様全員にプレゼントとして、折り紙で折った可愛らしい壁飾りを頂き、皆様大変喜んでいらっしゃいました。



その後、お茶会を開き、生クリームたっぷりのロールケーキと紅茶を頂き、笑顔いっぱいの楽しい時間となりました。

10月6日寒空の中、喜多方市立松山小学校の子供たちが鼓笛の演奏をしながら、来所してくださいました。ご利用者様も、大変楽しみにされており、1時間前から準備していらっしゃいました。中には、「私は泣き虫だからたオルを準備したよ」とお話されている方や、「寒いところ、よく来てくれたねえ」と、感謝の気持ちを口にしている方もあり、演奏を終えたときは拍手喝采、笑顔に包まれました。忘れがちですが、これは交通安全を呼びかける運動の1つです。常に安全運転を心がけ、交通事故防止に努めたいと思います。

## 喜愛ヴィラ

### 敬老会

9月16日(金)

敬老会を開催致しました。今年は、喜多方市長様より、敬老のお祝い金を贈呈していただき、また、入居者の皆様の余興も盛り上りました。楽しいひとときとなりました。



## シルバー棟

### 敬老会

9月19日に敬老会を行いました。民謡の先生と一緒に季節



の歌をうたったり、お話したりと、素敵なお顔をたくさん見ることができました。また、感動して涙を流されるご利用者様もいらっしゃり、とても温かな雰囲気に包まれました。

## 《秋の交通安全鼓笛パレード》



芸能発表会

リハビリテーション部

さる9月29日に、リハビリホールに於いて、「芸能発表会」を開催いたしました。

リハビリテーション部では、毎週火曜日の午後に、レクリエーションの一環として「民謡の会」を行っています。講師として、ご自身でも民謡教室を主宰している先生をお招きして、楽しくそして真剣に練習を重ねております。芸能発表会は、その成果をご披露する場でもありました。

今年は、初めての試みで、民謡の他に歌謡曲、演歌、唱歌なども織り交ぜ、また職員による踊りや餅つきのパフォーマンスなども行いました。

当施設・関連施設の利用者、ご家族に加え、多くの地域住民の方が来所され、ステージと会場が一体となり、楽しいひと時を過ごすことができました。

**野菜の収穫祭**

今年も、名人（運転手の佐藤さん）のおかげで、裏の畑でたくさん楽しめました。

今年も、スイカはみんなで食べながら種を取り、ひまわりと朝顔の種も集め、来年に向けて苗の越冬準備完了です。プチトマトの苗は職員が調達予定。来年も楽しみ〜！

夏も、8月19日から27日まで、天候をみながら三ノ倉のひまわり畑に行つきました。お天気もよく見晴しも最高でした。

毎年の恒例行事のため、楽しみにされていた方も多く、「今年も綺麗だね」と喜んでいただきました。また来年も皆さんで来ましょうね！！

**ユースフルまつやま**

**三ノ倉ヒマワリ畑**



①山都の祭囃子  
②勇駒  
③飛龍三段返し  
④大地の響き1番  
⑤大地の響き2番  
⑥飯豊大権現阿吽の

飯豊権現太鼓保存会慰問

9月25日、暖かい日の中、ケア棟のご利用者様と散歩へ出かけました。ケア棟の前の花壇には、コスモスが満開に咲き誇り、花を見たり、摘んだりと、楽しまれました。田んぼは稻穂がこうべを垂れ、陽の光があたり、一面黄金色に輝いていました。もう少しすると、稻刈りが始まり、山々は紅葉で色づき、秋本番を迎えます。また天気が良い日には、散歩へ行きましょう。

**たんぽぽ保育所来所**

9月16日、ケアハイツに可愛らしい声が響きました。お昼前、ご利用者さまのいる食堂に園児たちが入っていくと、皆様いっせいに笑顔になり、目を細めていらっしゃいました。子供たちの小さな手をそっと握っている姿に、私たち職員にも、笑顔がこぼれました。また遊びに来てくださいね！



## 《新入職員・異動職員紹介》

藤城智一  
栄養給食課



7月から栄養給食課に入職いたしました。他部署とも協力して頑張ります。

遠藤義浩  
ケア棟



9月21日よりケア棟でお世話になつております。皆様のお役に立てるよう、努めさせていただきます。

シルバー棟



まだまだあればない部分が慣れます。願いよろしくお引き続きご指導よろしくお引き受けください。

宮城和恵



8月より、入職いたしました。早く職場の環境に慣れるよう、精一杯頑張ります。

在宅介護支援センター

伊関薰

北原莊より異動となりました。体力と食欲だけは自信があります。大好きな季節です。

## 実習生・ボランティア紹介

### (実習生)

◎平成28年6月1日～7日

喜多方准看護高等専修学校

◎平成28年6月14日～20日

喜多方准看護高等専修学校

◎平成28年6月28日～7月4日

喜多方准看護高等専修学校

◎平成28年7月12日～19日

喜多方准看護高等専修学校

◎平成28年9月5日～10月27日

仁愛看護介護福祉専門学校

◎平成28年9月5日～10月27日

仁愛看護福祉専門学校

喜多方准看護専修学校	喜多方桐桜高校	喜多方高校	仁愛看護福祉専門学校	仁愛看護福祉専門学校
9名様	4名様	4名様	3名様	3名様
10名様	34名様	34名様	17名様	17名様
4名様	9名様	9名様	4名様	4名様
3名様	3名様	3名様	3名様	3名様

### (ボランティア)

◎平成28年6月15日

笛まきづくり

関柴ボランティア

3名様

慶徳町ボランティア

2名様

上三宮ボランティア

2名様

いわつきボランティア

17名様

◎平成28年6月30日

夏祭り

緑町ボランティア

2名様

ボランティア桜の会

3名様

慶徳ボランティア

4名様

生協ひまわり会

3名様

関柴ボランティア

3名様

喜多方准看護専修学校	塗物町祭囃子保存会	村松祭囃子保存会	仁愛看護福祉専門学校	仁愛看護福祉専門学校
9名様	4名様	4名様	3名様	3名様
10名様	34名様	34名様	17名様	17名様
4名様	9名様	9名様	4名様	4名様
3名様	3名様	3名様	3名様	3名様

## 編集後記

朝夕冷え込む季節になりましたが、皆さんお変わりなくお過ごしでしょうか。この季節は行事がたくさんあり、良い季節ですね。しかししながら、季節の変わり目は体調を崩しやすくもあります。当施設でも、お見聞、敬老会にスポーツ大会と行事が盛り沢山でした。気温の差があればあるほど、美しく色づく紅葉とは裏腹に、この気温差が私たちには危険です。なるべく暖かくし、気温の差を少なく過ごして頂きたいと思います。次回の発行は、年明けとなります。また元気にお会いしましょう。

## 在宅介護支援センター

脱水症や熱中症は暑い季節に

起ころるイメージが強いてですが、これから秋から冬にかけても

ピーカがあります。寒くなり乾燥してくると、風邪やインフルエンザ、ノロウイルスが流行しますので、予防のひとつと

して、ペットボトル2本程度の水分をこまめにとつていきま

しょう。

子供や高齢者は自覚症状が分

かりににくい場合もあるので、高

温乾燥などの環境により、日頃

から皮膚状態や食事や睡眠など

知つておくことが大事です。ま

た、「なんとなく元気がない」

と言つたささいな症状も大切な

サインです。

## 栄養給食課より

栄養給食課で、月に1度行っている「団欒メニュー」で好評だったメニューをご紹介します。



### 《春菊と柿の白和え》～季節のメニュー～

材料 4人分

・春菊	300 g	★・白ごま	5 g
・柿	1個	・味噌	15 g
・絹豆腐	1/4丁	・酒	少々
		・塩	1.5 g

- ① 豆腐を3～4分茹でる
- ② 茹で上がったら、キッチンペーパーで包み、軽く重石を乗せて水けを切り、冷ます。
- ③ 春菊を一口大に切り、茹でる。茹で上がったら、水を入れて冷まし、水分を絞る。
- ④ 柿を食べやすい大きさに薄く切る。
- ⑤ 白ごまをすり鉢で、②の豆腐と★を加え、衣を作る。
- ⑥ ③、④、⑤を軽く和える。

「皆さん、是非一度作ってみてください。」

