特別養護老人ホーム

平成25年10月20日

やまゆり

秋の号

Vol.54

10/5　やまゆりまつり

- 第14回　やまゆりまつり
- いろんなことがありました
  (夏祭り・芸北小学校２年生交流会・追弔法要 など)
- こんにちは！やまゆり居宅介護支援事業所です
- からだいきいきコーナー
- ご寄付御礼

社会福祉法人　芸北福祉会

特別養護老人ホームやまゆり

Tel　0826-38-0177
IPTel　050-5812-1347
Fax　0826-36-1100

ホームページアドレス
http://www.khiro.jp/kh3374376/

(題字は元芸北町長増田氏)

第14回 やまゆりまつり

あいにくの雨で、急きょ屋内での開催になりましたが、たくさんの方にご来場いただき盛大なお祭りとなりました。

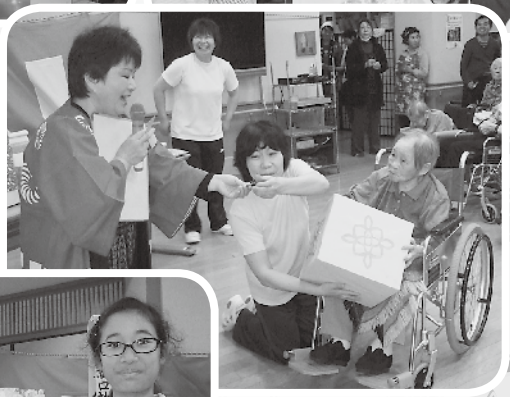
バザーの出店や催し物の参加、ご協力いただきました方々に心から感謝申し上げます。

○ 催し物 ○

太鼓　つくし保育園
舞踊　八千草会
　　なかよし会
神楽　雄鹿原こども会
　　大暮神楽団
　　溝口神楽団

○ バザー出展 ○

米沢女性会
さあくる
文化ランド
やまゆり



抽選会も
盛り上がりました。
一等賞おめでとう！

いろんなことがありました 7月～9月

これまでの行事

7月 5日	芸北小学校２年生交流会	8月20日	芸北オークガーデンで昼食会
9日	法話　浄謙寺　様	25日	地域総合防災訓練
27日	夏祭り	9月16日	敬老会
8月 7日	追弔法要	17日	法話　専光寺　様

※毎月第１火曜日に誕生日会を開いています。
※毎月第２、４金曜日には『さあくる』の皆様に喫茶を開いていただいています。
※毎月散髪ボランティアにお越しいただいています。

夏祭り

やぐらを囲んで
皆で踊って、
楽しいひととき

芸北小学校２年生 交流会

芸北小学校として初の交流会☆２年生のみなさまから元気と笑顔をいただきました。また来てね～

追弔法要

芸北オークガーデンで昼食会

地域総合防災訓練

地域の皆様、消防団の皆さまにもご参加いただき、防災について考える良い機会となりました。

敬老会

ささぐり演芸様による催し物☆たくさん笑いと感動をいただきました。

こんにちは！ やまゆり居宅介護支援事業所です

ひごとに寒くなってきましたが、みなさまお元気ですか？

ケアマネージャーの中束です。日々訪問をしていると、１日１日、日が短くなり、上着が徐々に増えていくのを感じます。

これからだんだん寒くなり、本格的な冬の訪れもあっという間ですね。冬は高齢者にとって不安がいっぱい。「春になったら足が立たなくなった。」と言われる方も多く聞かれます。冬の危険はどんなところにあるのでしょうか？

要介護認定を受けている方であれば、介護サービスを利用して入浴の支援を行っていただいたり、デイサービスに出かけ人と話をしたり、運動の機会を持つこともできます。福祉用具を活用して、転倒を防止することもできます。

自宅での生活に不安のある方、介護保険・介護サービスについて知りたい、利用したい方…まずはご相談ください。

自宅までご訪問いたします。

連絡先：0826－38－0177

ご寄付お礼

○金一封

七月

北広島町　南屋　幸盛　様
北広島町　石橋　俊秀　様
北広島町　平田　福男　様
北広島町　石橋　孔一　様
北広島町　折本　香　様
広島市　住田　憲治　様
北広島町　(有)オカダ　様
北広島町　宮本　安恵　様

八月

北広島町　溝口青年団　様
北広島町　藤野　光茂　様
北広島町　渡　マサエ　様

九月

北広島町　河野　喜八　様
北広島町　岡本　清重　様
北広島町　星野　政則　様

○その他

九月

呉市　(株)ますやみそ　様
北広島町　長広　修　様

(平成二十五年七月～九月分)

この他にもたくさんのご寄付や物品を頂戴しておりますので、合わせて御礼申し上げます。

管理栄養士泉の からだいきいきコーナー

今回は「たんぱく質について」です。

年をとってくると、食事量が減ってきてたんぱく質が不足気味になります。

ここで問題！

Q1 **たんぱく質からできている部分はどれでしょう？**
① 髪の毛　② 筋肉　③ 血液

Q2 **75才の人は20才の人よりたんぱく質を摂らない方が良い ○か×か？**

答え　Q1①②③（全部正解です）　Q2×です

人間の体は筋肉も血液も、皮膚もそして髪の毛から爪までたんぱく質でできていて、生命の維持に不可欠です。また、成人から高齢者まで必要なたんぱく質の量は同じです。

年をとるとごはんと漬物と煮物といったような食事になり、たんぱく質が足らなくなります。たんぱく質が不足すると、免疫力が低下して感染症などの病気にかかりやすくなったり、筋肉が減り、骨も弱くなるため転倒や骨折を起こしやすくなります。

次回に続く…

編集後記

この秋最も私が心に残ったニュースは、東京オリンピック開催決定です。そして佐藤真海選手のスピーチに大きく感銘を受けました。特に「私にとって大切なのは、私が持っているものであって、私が失ったものではない。」という言葉。素晴らしい言葉だと思います。７年後の東京オリンピック、きっと結果だけでなく希望や感動をたくさんあたえてくれると思います。そして私はきっとオリンピックに出場することはできませんが(>_<)、佐藤選手のように人に元気をあげられる笑顔と、物事を受け止めプラスにする力を身につけられるよう頑張ります。