

～すべては愛から始まる～



社会福祉法人成仁会

祥風苑通信

令和5年2月号

発行：社会福祉法人成仁会
養護(盲)老人ホーム祥風苑
住所：岩手県大船渡市
猪川町富岡176番地
電話：0192-26-3111
FAX：0192-27-8807



「鬼は外！福は内！」

兎年生まれ福むすめ ～節分の豆まきにて～

目次

- P1 全集中で鬼退治 輪投げ大会に向けて
- P2 水木団子作り 希望昼食会
- P3 栄養健康だより お便りコーナー

成仁会のホーム
ページはこちら



全集中で鬼退治！

今年の節分は「兎年生まれ」5名の入居者様が福娘となりました。参加した入居者様は赤鬼、青鬼に扮した職員めがけて、「鬼は外！福は内！」元気な大声と手にした豆をまきました。これには赤鬼も青鬼も降参し逃げ帰ると「これで今年も健康で素敵な年になるね！」と皆様笑顔で話されておりました。



輪投げ大会に向けて



来月の輪投げ大会に向けて、コツコツと練習を重ねています。白杖で輪投げの台の距離を測って「ここらへんだな」と投げる位置を確認したり、音を頼りに投げる方など様々な方法で頑張っております。



さあいくよ～



それいけ！！



これなら優勝間違いなし！



水木団子作り

1月13日に小正月の伝統行事「水木団子」を作りました。色とりどりの団子を丸めながら「小さい頃はよくやったもんだなあ」と昔を思い出し、会話も弾み楽しんでいる様子も見られました。午後には男性の入居者様も参加され、一生懸命思いを込めて水木に団子をさし、苑内を綺麗に彩るように飾りました。



さあどこにつけっぺね



こんなんでもいいべがね~

希望昼食会

今月のメニューは「牛丼」「ホットケーキ」「おにぎり・どんこ汁定食」「鶏南蛮そば」「焼うどん」の5つから選んで召し上がって頂きました。中でも焼きうどんとホットケーキが人気！「ホットケーキが甘くておいしい」「おかわりしたいぐらいだ」と大好評でした。「来月はどんなメニューなんだろうなあ」と次回開催を心待ちにしておりました。



美味しいです



とっても美味しいです

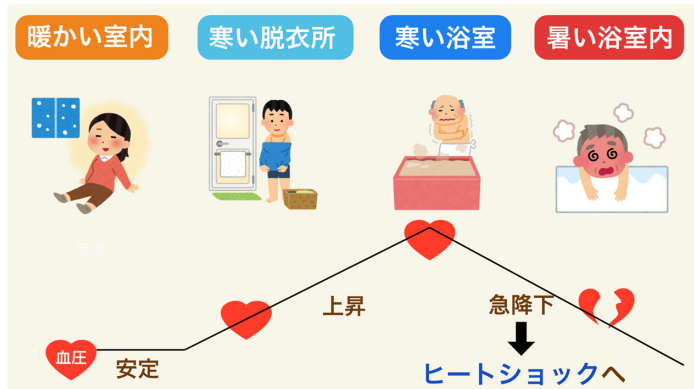


二刀流で頂きます

栄養・健康ワンポイント

ヒートショックについて

大きな気温の変化によって血圧が急激に上下し、心臓や血管の疾患が起こることをヒートショックと呼びます。具体的には、冬場における浴槽でのヒートショックが代表的です。血圧の乱高下に伴って、脳内出血や大動脈解離・心筋梗塞・脳梗塞などの病気が起こるので、油断できない現象と言えます。



セルフチェックシート

- 1.メタボ、肥満、糖尿病、高血圧、高脂血症、心臓や肺、気管が悪いなどと言われたことがある
- 2.自宅の浴室には暖房設備がない
- 3.自宅の脱衣室に暖房設備がない
- 4.1番風呂に入ることが多いほうだ
- 5.42度以上の熱い風呂が大好きだ
- 6.飲酒後に入浴することがある
- 7.浴槽に入る前のかけ湯をしない または簡単にすませるほうだ
- 8.シャワーやかけ湯は肩や体の中心からかける
- 9.入浴前に水やお茶など水分をとらない
- 10.1人暮らしである、または家族に何も言わずにお風呂に入る

5個以上当てはまった場合は「ヒートショック予備軍」となるので、生活を改善することをお勧めします。

祥風苑からのお知らせ

面会制限中にて、みなさまには大変ご不便をおかけしております。

コロナウィルス感染者が全国的に拡大しており、当面の間面会制限の継続をさせていただきます。引き続きご了承の程よろしくお願い申し上げます。リモート面会もしておりますので、どうぞお気軽にご連絡ください。

お便りコーナー

担当職員

～ありがとうございます～

- 短歌教室講師 佐藤不二雄様
 点訳ボランティア 「美杉会」様
 音声訳CD 声の福祉図書館ボランティア
 「せきれいの会」様
 短歌作品朗読CD寄贈
 「オープンハート」様



〈苦情・相談窓口について〉
 施設に関する苦情・要望がございましたら、お気軽に相談してください。
 施設玄関には「施設長への直送便」箱も設置しております。
 養護（盲）老人ホーム祥風苑（〒226-3111）
 苦情解決責任者 施設長 崎山美知枝
 苦情受付担当者 生活相談課副部長 菅野 洋子