今月の予定

6日 (水) お誕生祝膳 18日 (月) 敬老の日 23日 (土) 秋分の日



No. 403 R5. 9. 1 本光苑 文芸部

「山口市川東地域包括支援センター」が移転しました

令和5年8月1日(火)より、山口市川東地域包括支援センターが新事務所での業務を開始しました。 平成22年4月1日、梅光苑内の事務所で業務を開始以来、介護保険サービスの利用や介護予防・健康づくりなど様々な相談に応じて、高齢者の皆さんが安心して生活できるよう支援を行ってきました。 しかしながら、地域福祉に対するニーズの多様化に伴い、職員も増え事務所が手狭となったことから、 移転の運びとなりました。

松原センター長は「これからも、地域の皆さんが住み慣れた地域で自分らしい暮らしが継続できるよう、スタッフー同、力を合わせて頑張っていきますのでよろしくお願いします」と話しています。









かわばた邸 9月のイベント情報

毎週 水曜日10:00~12:00 百歳体操(元気いきいきひろば) 金曜日13:30~15:30 百歳体操(元気いきいきひろば)

9日(土) 13:30~15:30 カフェかわばた 参加費100円

13:30~14:30二胡の演奏会

11日(月) 13:30~15:30 カフェかわばた 参加費100円 13:30~14:30 カフェかわばた8周年 記念講演会

阿部俊昭様 認知症ご本人からのメッセージ

20日(水) 13:00~16:00 囲碁の会

27日(水) 13:30~15:30 うたごえ喫茶 みんなで歌おう

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては変更の可能性があります。 ご確認ください。

新型コロナウイルス感染症 感染収束のお知らせ

この度は、当苑における新型コロナウイルス感染症発生において、ご利用 者様、ご家族並びに関係者の皆様には、多大なご迷惑とご心配をお掛けし ましたこと、心よりお詫び申し上げます。

さて、当苑での感染が判明してから、保健所のご指導、ご支援をいただきながら苑全体で感染対策に取り組んで参りました。

今回、保健所指定の隔離・療養期間が終了し、新たな感染者の報告もないことから、収束と判断いたしました。

多くの皆様にご支援、ご協力を頂きましたことへの感謝を申し上げるとともに、今後も職員一同、更なる感染対策の徹底を図って参ります。

今後とも皆様のご理解とご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

「8020運動」推進表彰として、二名のご利用者が表彰されました

「8020運動」推進表彰として、当苑二名のご利用者が、このほど山口県歯科医師会より表彰を受けました。表彰されたのは、長谷川洋様、岸本和典様の二人です。

「8020 (ハチ・マル・ニイ・マル) 運動」とは「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」という運動です。歯科医の内田先生より山口県歯科医師会へ推薦があり今回の表彰となりました。

ご利用者の口腔ケアを担当する番野歯科衛生士は、「健康寿命を延ばしたり、認知症 予防のためにも、自分の歯を一本でも多く残すことがとても重要です。これからも、ご利 用者のお口の中の健康を保っていきたいです」と話している。







『 祝 敬老の日 教えてください長寿の秘訣 』

特別養護老人ホーム梅光苑

「勝つと思うな 思えば負けよ……」と口ずさむのは、今年1月でめでたく満101歳を迎えた特養入所者のAさん。

美空ひばりが大好きで、特に名曲「柔」は十八番の一つ。

長女さんも「母は、昔から歌が好きで、歌手の美空ひばりの大ファン。よくみんなの前で歌っていましたね」と笑顔が満開です。

Aさんは、特養入所者の最高齢者。市内の海辺で育ち、小さい頃から雑魚をたくさん食べて育ったという。

長寿の秘訣は、「人前で大声で歌うこと。そして、 くよくよしないこと」と話してくれました。

グループホーム 陶ヶ岳

敬老の日おめでとうございます。いつも明るい素 敵な笑顔をありがとうございます。

皆様がご健康に敬老の日を迎えられたこと大変嬉しく思っています。お体に気をつけて、いつまでもお元気でいて下さい。

陶ヶ岳では、利用者様になるべく自分でできる事は自分で行ってもらい、身体機能の維持を図ったり、 家事のお手伝いを継続的に行ってもらっています。 お手伝いや何かされた時には、必ず感謝の気持ちを 伝えるようにしています。

それぞれが役割を持つことによって生活意欲の向上に繋がっており、陶ヶ岳ではそれが長生きの秘訣ではないかと、利用者様に関わっていて感じることがあります。

梅の里かりばた邸(地域連携室)

かわばた邸に来られる最高齢は、97歳のお二人。大正15年のお生まれです。

今年6月、初めて会った日に驚きの事実発見。このお二人は、なんと女学校の同級生。

〇十年ぶりの再会に喜び一杯。それを見て、皆さんもま た新たなエネルギーを分けて頂きました。

皆さんの長寿の秘訣・・・よく食べる事、畑仕事、役割のある事、気持ちを前向きに保つこと、一日のうち少しでも日光に当たること、早寝早起きをすることなどなど、生活の姿が見えてくる言葉がたくさん並びました。

なかには、10人の孫と21人のひ孫に囲まれていることという嬉しい発言も。これには、みんなで大拍手でした。 体も気持ちも前向きで、今日という日を自分らしく楽しんで、大切に過ごされることが一番のようですね。

皆さんの笑顔に私たち職員もパワーを頂いています。

ご長寿本当におめでとうございます。これからもどうぞますますお元気でお過ごしください。

かわばた邸に来ることが元気のもととこれからも言っていただけるように、頑張ります。







デイサービス

デイサービスでは、毎月誕生会を行っています。その時 に「長生きの秘訣は?」とお伺いしています。

「美味しい物を食べる」「良く寝る」「ストレスを溜めない」「デイサービスに来ること」など色々な言葉が返ってきます。皆さんとてもお元気です。

9月には、「敬老会行事」を予定しています。コロナ禍前は、ボランティアの余興などありましたがコロナ後は、 毎年職員の余興をご利用者に見てもらっています。

居宅介護支援事業所

敬老の日おめでとうございます。

私が担当させて頂いている方で、 百歳を迎えられた 方が数名いらっしゃいます。

その方々に長寿の秘訣を聞いてみると、特別な事はしていないと皆さんおっしゃいます。私から見て共通していることは、皆さん芯が強い性格で、制限される事なく好きな事をして、好きな物を食べて、ご自身のペースで生活をされているという事です。

ケガや大病をせず健康に過ごすこともそうですが、 ストレスを最小限にしてこころの健康を保つことも重要なのかもしれないと感じました。

グループホーム 希望の里

今回で70歳(古希)、77歳(喜寿)、80歳(傘寿)、88歳(米寿)、90歳(卒寿)、99歳(白寿)、100歳(百寿)を迎えられたご利用者様おめでとうございます。

希望の里でも80歳(1名)と90歳(2名)を迎えられた方がおられます。これまで生きてこられた道のりも随分と大変だったでしょう。

女性利用者様で、定年まで宇部市役所で課長を勤められた方がいらっしゃいます。その当時は女性職員が課長まで上り詰める事が難しいこともあって大変苦労したとの事をお聞きしました。

長寿の秘訣をお聞きすると「心を穏やかにする」 「規律正しい生活をする」「食べ過ぎには注意する (腹八分目にする)」などやはり基本が大事であると 言われておられました。

何事にも規則正しく気持ちを楽にして過ごすのが一番良いのでしょうね。