

# ほたる

No.13

社会福祉法人 永光会  
 特別養護老人ホーム 清流の郷  
 発行日 平成21年7月13日  
 渋川市赤城町敷島44-1  
 TEL0279-56-9201  
 発行責任者 村上 忠明



## 日帰り旅行

清流の郷デイサービスとして、初めての試みとなる「日帰り旅行」を六月十四日に企画・実施しました。

企画する職員側も初めての経験であり、何から準備し始めたら良いのだろうか？場所は？家族やケアマネには？沢山の不安材料を抱えながらも「みなさんの喜ぶ顔が見たい」その思いで、進めていきました。

参加者は、利用者二十一名・職員十名の計三十一名。行先は「ぐんまフラワーパーク」に決定し、梅雨の不安定な時期でしたが、当日は曇りも寒くもないお出掛け日和となりました。

利用者さんの、いつも以上にお洒落をしている姿や満面の笑みが見られ、帰りの車では「ありがとう」「の言葉を聞き、心から喜びを感じることができました。

今回、多数の方から参加の希望をいただきましたが、ご迷惑おかけし、すいませんでした。今後も、こういった企画を実施していきますので、参加をお待ちしております。

最後に、みなさんが笑顔で楽しく元気に暮らせるお手伝いができ「安心・安全・信頼」のデイサービスを目指していきますので、よろしくお願致します。

デイサービス生活相談員

森田 将義

## 水虫

足のお悩みありますか？ これからの季節、気になる症状・水虫！

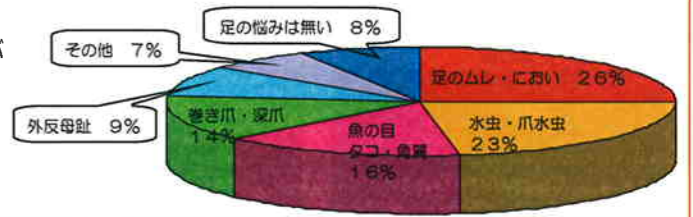
日本人の5人に1人は「水虫持ち」。こんな調査結果があるのをご存じですか？靴を履き、温度調節された室内で過ごす日本人にとって、今や水虫は国民病といえるかもしれません。「足がむずがゆくなる病気」「足指の股（また）がジュクジュクする病気」といったイメージを抱きがちですが、実は症状は人によって色々。気づかれにくいわりに、再発しやすく、家族など身近な人に伝染しやすいのも特徴です。

上司も、同僚も、気になるあの人も！？人知れず水虫の悩みを抱えてる人は、予想以上に多いようです。

「足のトラブルなどにお悩みありますか？」という質問に対し、「水虫・爪水虫」と答えた人は、なんと23%「足のムレ・におい」に次いで、2位となりました。「魚の目・タコ・角質」（16%）を上回る結果となっています。「私には関係ない」と思っている、そのあなた！水虫は伝染しやすい病気。決して人ごとではありませんよ。特にこれから梅雨にかけては水虫が大いに活発になる季節。是非、注意しましょう！

○一般的な水虫のケア

- ①足先の開いたサンダル等、風通しの良い素材とデザインの靴を選ぶ
- ②風通しの良い素材の靴下を選ぶ
- ③なるべく素足の時間を長くする
- ④意識して足の指の間を広げる様にする
- ⑤足全体を涼しい所に置く
- ⑥足を清潔に保ち、洗った後はよく乾かす



## 新じゃがのガレット



\*写真は65人分です

ガレットとは・・・  
 ・チーズが溶け、焦げ目がおせんべい状になることをガレットと言います。



### 新じゃがのガレット材料（4人分）

- |        |      |           |     |
|--------|------|-----------|-----|
| ◆ 玉ねぎ  | 40g  | ◆ ナツメグ    | 少々  |
| ◆ バター  | 小さじ1 | ◆ 塩       | 少々  |
| ◆ ジャガ芋 | 大1ヶ  | ◆ こしょう    | 少々  |
| ◆ トマト  | 1/2ヶ | ◆ とろけるチーズ | 60g |
| ◆ 牛乳   | 大さじ1 |           |     |

- ◆ ジャガ芋は1/4ぐらいの大きさに切る
- ◆ トマトは1cmのサイコロ状に切る
- ◆ 玉ねぎはみじん切りにしてバターで炒める
- ◆ 茹でたじゃが芋、トマトを加えじゃが芋をつぶすように炒める
- ◆ 牛乳を加え、ナツメグ、塩、こしょうで味を調える
- ◆ バター（分量外）を塗った皿に炒めた材料を上げ、チーズを乗せ焦げ目がつくまで焼く

## 協賛：大正琴アンサンブル <ブラウニーマーケット>

5月1日（金）渋川市金島ふれあいセンターに、渋川広域特別養護老人ホーム事業者連絡協議会・主催の大正琴演奏会にホーム3名・デイ10名の利用者で見学に行きました。

ブラウニーマーケットの皆様は、メンバー全員が大正琴の指導資格を有しており、それぞれ指導にあたるかわら大正琴のアンサンブル演奏の魅力と、その未知の可能性を多くの人々に伝えるべく1994年に結成されました。



## 秋祭り

日時 平成二十一年 九月三日（日）

会場 清流の郷 一階 地域交流スペース

\*お子様を始め、ご家族皆様楽しんでいただけるよう模擬店も出店致します。皆様のお越しをお待ちしております。

## 善意

【寄付】

- |       |       |       |       |
|-------|-------|-------|-------|
| 松井キミ子 | 吉澤美枝子 | 蔵品ふさ子 | 野村さだの |
| 小澤トヨ子 | 須田キミ  | 池田さえ子 | 高橋ノブ  |
| 兵藤チヨ  | 戸塚テル  | 須田ゆは子 | 津久井恵美 |
| 角田与一  | 藤井輝子  | 金子さと子 | 北田以津子 |
| 須田昭司  | トマト薬局 |       |       |

皆様からたくさんのご援助をいただきました。厚く感謝し、お礼申し上げます。（順不同・敬称略）

## ニューフェイス

新人職員の紹介



ホーム介護職員 荒木 直樹  
 わからないことが多く、まだまだ勉強することはありますが、みなさんに「迷惑をおかけすることもあるかもしれませんが、元気で笑顔で頑張りたいと思います。よろしくお願致します。」

## 設置しました

### AED（自動体外式除細動器）

群馬ヤクルト販売様より、AED付自動販売機を二階、交流ホールに設置していただきました。販売機の内容も一新しましたので是非、自動販売機でのご購入を宜しくお願い致します。四月二十七日に取扱説明会を実施しました。



# ぐんまフラワーパーク **デイ** 日帰りの旅行

3つのグループに分かれ、パーク内を見て歩きました。少し傾斜があり休みながら、パークタワー・熱帯花木温室・あじさい園など目的の場所へ行きました。

昼食後は売店でおみやげや、直売所で花木を購入したり「フラワー号に乗りたい」ということで、パーク内を一周したり、時間が足りないくらい楽しんできました。

熱帯花木温室



パークタワー



あじさい園



チューチュートレイン「フラワー号」



レストラン「花みずき」



- 花御膳 水仙  
 ○下仁田コンニャクと野菜の煮物  
 ○天ぷら ○鯖塩焼き  
 ○卵焼き ○フライ ○サラダ  
 ○ご飯 ○みそ汁 ○漬物

こちらの要望に応じていただき、おいしく頂きました。



## お花見

### 365日開館

平成21年 4月1日より年中無休にて開館いたしました。

元気なスタッフが、安心・安全を第一に皆様のご利用をお待ちしております。

※ご不明な点は、お気軽にご連絡下さい。

0279-56-9201  
 担当：生活相談員 森田

社会福祉法人 永光会  
 清流の郷  
 デイサービスセンター

4月1日から4日の4日間、ドライブに出掛け、前橋の敷島公園やバラ園にお花見に行きました。『満開のサクラ』を見ることはできませんでしたが、お花を見ながら焼きまんじゅうを食べ、楽しい時間が過ごせました。

# 家庭菜園 ひなげし ショートユニット

昨年より園芸をスタートさせ、今年、菜園として発展させました。

4月16日に朝顔の種を蒔き、地域の方々の厚意にて色々な野菜の苗をいただき順調に育てています。収穫するのを今から、楽しみにされています。



初収穫のトマト「おいしいね！」



# ホーム

ほおずき・ユニット



# めだか・バタ

現在、ほおずきリビングにて「めだか」と「バタ」を利用者と一緒に飼っています。

数日前、メダカの卵が孵化（ふか）し、日々の成長を楽しみにしている今日この頃です。

時間があつたら是非、見に来て下さい！



# ROOKIES ルーキーズ -卒業-



TVドラマを見ていて、「是非、映画を観たい！」ということで『ルーキーズ』を観に高崎イオンに行きました。

Q 映画の感想は？

A 70年ぶりに映画が観れて良かった。

A 感動して涙が出た。観に来て良かった。



# お花見

今年は、暖冬の影響により桜の開花が早まることが予想されていましたが、4月6日から9日の日程で、満開の桜の中、お花見を楽しむことができました。市内のお花見の名所へ出かけ、おやつを食べたり、外食をしたり、自宅近くの昔懐かしの桜を訪れたり、ご利用者の心身の状況やニーズに合わせてお花見を実施しました。

今後ともご利用者と一緒季節に合わせた外出行事を企画して行きたいと思っております。

