

いとうの杜創立10周年を迎えて

平成18年11月1日に、伊東市内で3番目の老人保健施設として誕生した『いとうの杜』も、お蔭様で、オープンから丸10年を迎えることが出来ました。これまでの地域の皆様方の温かいご支援に対しまして、心よりお礼を申し上げます。

この10年間、私どもは、地域の利用者様と共にある施設を目指して、日々、解決しなければならない多くの課題を抱えております。今、我が国は、超高齢化社会という未知の時代に入ろうとしております。一段と、私どもを取り巻く環境は、不透明性を増してきております。私どもは、これからも利用者の皆様方から喜んでいただけるサービス、地域の利用者と共にあるいとうの杜を目指して、職員一同力を合わせて参りたいと思っております。

変わらぬご支援ご指導賜りますよう、お願い致します。

いとうの杜施設長 福岡 正裕



伊豆散歩 ~稲取細野高原~ ①

秋のススキイベント 自然観察会に参加して



10月29日(土)稲取の細野高原で自然を満喫してきたので報告いたします。

知り合いに細野高原で自然観察会に参加してみないかと誘われ、ちょうどススキも見たかったので参加してみました。自然観察会とは、山に自生している小さな野草や小さな花の説明をネイチャーガイドさんから受けながら野山を歩くことです。参加者はガイドさんを入れ14名で、ガイドさんは何と私が高校の時の生物の先生でした。(もう40年ぐらい前のこと)今は80歳位なのにいろいろなところで講演したり、本を執筆したりとすごく忙しいパワフルな人でした。

まず山に入るため入山料を支払います。東伊豆町観光協会主催で町をあげてのイベント、ススキの会場がまさに散策場所です。

9:30に入山し、小道の脇に生えている普段気づかないような植物、普段気もしないで草刈りしてしまうような野草、あらためて見ると、何とも可愛らしい植物たちでした。ここ細野高原は、世界的にも珍しい野草、絶滅危惧種、準絶滅危惧種に指定されている小さな花が咲いている貴重な山だそうです。一緒に参加した人たちの多くは、定年退職され悠々自適な生活をされており、何度も山歩きをして花の名前をよく知っている方たちでした。

リンドウ類、カワラナデシコ、オトギリソウ、ハンゴンソウ、ヤマトリカブト、センブリ、ウメバチソウ、ノコンギク、リュウノウギク、ヤマラッキョウなど季節の花に出逢えることが出来ます。さらに草原の中には、静岡県の文化財に指定されている4つの小さな湿原が点在しており、貴重な湿原植物を観察することができます。2時間近くかけて1kmほどをじっくり観察し、次にシャトルバスに乗ってススキの群生場所に行きました。前日は雨でしたが、この日は時折日が差し、防寒対策してきたのですが歩くとき少し汗ばむような陽気でした。ススキの会場に着くとそこは別世界でした。360度自然です。地球が丸いことを実感できます。ここは三筋山というそうです。この頂きからは目の下に広がる細野高原の先に、海に突き出た稲取の町を、そこから河津、白浜海岸、爪木崎へ続く伊豆半島東海岸を、さらに西伊豆の山々から、中高年の登山ブームで人気の高い、天城山の万三郎岳、万二郎岳の峰々へと、しつこいようですが360度の眺望を楽しむことができます。ここでお弁当を食べ、再び観察の散策を再開です。

<次回に続く>



職員紹介

5階



そろそろ木枯らし一号が吹く季節です



こんにちは。今回は5階ショートステイの紹介をさせていただきます。昨年からの施設内異動で5階スタッフもだいぶ代わり、フロアの雰囲気も以前とは違ってきましたが、各スタッフそれぞれ個性を活かし、日々利用者様に気持ちよく利用していただけるように努力しております。不慣れな部分や、時には利用者様より御意見をいただいしまうこともありますが、ひとつひとつ解決し、今以上により良い環境を作れるようにとスタッフ一同頑張っていますので、よろしくお願いいたします。5階スタッフ

看護師長	渡邊さゆり	介護主任	吉田茜			
看護師	鈴木育恵	介護職員	齋藤朋美	齋藤希	田中明美	進士廣子
	小林早苗		清藤明子	野口義夫	石田明子	山崎小百合
	石綿智子		原田英司	阿蘇克則	萩原円	松田二子
	綾野真二		徳本美香	植田加奈恵		白鳥カヨ
	岡本麻衣子		五十嵐あや子	遠藤貴枝		望月道子

運動会

今月は5階と2階がそれぞれのフロアで秋の運動会を行いました。

5階



宣誓
我々選手一同は
スポーツマンシップに
乗取り
正々堂々と
闘争を誓います。

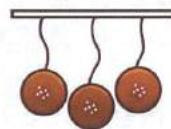
2階



予定種目
玉入れ 風船バレー
そのあと歌とお茶会

同時間に外で高校生の吹奏楽演奏が…
皆さん見学に行って、その後に

玉入れとお茶会を行いました。
予定とは違いましたが、楽しかったです。



予定種目
輪送り競争 借物競争
玉入れ 菓子食い競争

エイエイオー！「白組紅組がんばれー」
元気の良い声が響き渡ります。

結果は紅白同点で引き分けとなりました。
非常に盛り上がった楽しい運動会でした。

秋のバーベキューを楽しもう！



10月20日(木)、21日(金) 通所リハビリテーションでは、10月のイベントの一つとして「秋のバーベキュー」と題し、焼きたての秋の味覚を楽しんでいただきました。

秋といえば、①「さんま」ですね。骨を抜いたさんまを炭火焼で。

そして、②きのこです。今が旬のしめじ、えのき、マイタケ、しいたけ、エリンギをバター炒めで。

それから、③焼きいも。安納芋の焼きいも、ナイスチョイス！！

まだまだ④焼きなすもお忘れなく。その他バーベキューの定番やきとり、えび、いか等も用意しました。

利用者の皆様からは好評をいただきました。



お天気が良く、風もないまさにバーベキュー日和でした。季節的には今回でバーベキューは最後となりますが、また来年初夏から秋にかけて計画して皆様と楽しいひと時を過ごしたいと思います。

通所スタッフ

中学生の職業体験

10月26日、対島中学2年生4名が、3階で施設介護・看護の職業体験を行いました。

朝の体操の参加、ご利用者とのコミュニケーション、車いすの乗車や移動の体験、経管栄養の見学、トロミ茶の試飲、手洗いのチェック、レクリエーションの実施等の活動を体験しました。



レクリエーションでは、体験の感謝の気持ちも込めて、シャギリ(祭りの太鼓)を披露してくれました。いとうの杜祭りは終わってしまいましたが、伊東市内の祭りはいよいよ終盤です。ご利用者様は「懐かしいね」「お祭りだね」「かわいいね」「もっと聞いていたいね」「また来てね」とカメラを構える方もいるほどで、お祭りの気分を楽しまれていました。中学生も、ご利用者様と接し、「大変な仕事だけど楽しかった」「利用者さんと話がたくさんできてうれしかった」「車いすの目線は思ったより怖かった」「口から食べられる事が当たり前事ではなく大切な事だとわかった」「自分の手が手洗いした後でも意外に汚れていることがわかった」「働いている職員がきびきびしていて良かった」と体験を振り返り、たくさんの気づきがあったようです。

この体験を生かし、いつの日か一緒に働ける日が来るといいですね。

3階主任看護師 石井 美和

施設からのお願い

本年も、ノロウイルス、インフルエンザ、上気道炎等感染症の多発するシーズンがやって参りました。11月1日より翌年3月31日に向け、下記の対策を実施し感染防止に努めていきたいと思っております。ご利用の皆様、ご家族の皆様のご理解、ご協力をお願いいたします。

- ①何らかの呼吸器感染症の症状のある職員やご面会の方はマスクを着用する。
- ②トイレや洗面台は、使用后、次亜塩素酸ソーダをスプレーしその後拭き取る。
- ③手すりやドアノブは、次亜塩素酸ソーダで消毒する。
- ④外出後、食事前、トイレ使用後の石鹸での手洗いを徹底する。
- ⑤入所者および職員は、11月中にインフルエンザワクチンの接種を終了するよう努める。

感染対策委員会



地域の特徴を生かしたご当地体操が全国各地に広がっている。ご当地体操は、生活習慣病、介護の予防や地域の活性化を目的に、各地で作られている。自治体が子どもや高齢者の体力づくりを想定して作るものが多く、地域の祭りや文化、特産品にちなんだユニークな動きが特徴の一つだ。

公益財団法人健康・体力づくりの普及・啓発を目的に、投稿されたご当地体操を紹介しており、最近では京都府精華町の「いちご☆体操」や、京都市左京区の「左京さくらちゃん体操」、仙台市青葉区の「んだっちゃ体操」などが投稿されている。どれも親しみやすい音楽に合わせて手を伸ばしたり足踏みをしたりする運動であり、椅子などに座りながらできる体操も多く、誰でも気軽に楽しめる。

ご当地グルメやご当地のゆるキャラが知名度を爆発的に上げた一方で、ご当地体操は少しずつその知名度を上げている。

The Nutrition & Diet Newsより

敬老の日のお祝い



牛久保たい様 (101歳) とフロアスタッフ



佐野幸枝様 (100歳) とご家族様

今年の敬老の日に、当施設で最も長寿となるお二方が表彰されました。施設長より表彰状、記念品、お花がプレゼントされました。お二方も幸せそうで、私たちもほっこりするようすばらしいお顔でした。これからも元気で長生きしてくださいね。

寿司バイキング

- | | |
|--------------|--------------|
| 11月8日(火) 2階 | 11月9日(水) デイ |
| 11月10日(木) 6階 | 11月14日(月) 3階 |
| 11月15日(火) 5階 | 11月16日(水) 4階 |
| 11月17日(木) デイ | |

ご家族の皆様も一緒にいかがですか



お詫び
先月の記事で杜祭りの日付に一部間違いがありました。10月とありましたが9月でした。お詫びし訂正いたします。

編集長

今月の行事

- | | | | |
|----|------------|-----------|-----------------|
| デイ | お誕生日会 | 11/10 (木) | 11/16 (水) |
| 2階 | おやつバイキング | 11/24 (木) | |
| 3階 | 運動会 | 11/14 (月) | お誕生日会 11/30 (水) |
| 4階 | 外出レクリエーション | 11/18 (金) | |
| 5階 | 焼きいも会 | 11/26 (土) | |
| 6階 | 外食レクリエーション | 11/14 (月) | |

移動美容室「クランチケア」さんがいつもの杜に来ます。

11月 28日(月)



ご希望の方は各フロアスタッフまで!!

いつもの杜新聞では、皆様のご意見や投稿など募集しております。皆様と一緒に楽しい紙面づくりをしていきたいと思っております。皆様のアイデアお待ちしております!

〒414-0002 伊東市湯川 288番地9
「いつもの杜新聞」編集部 まで

電話 0557-35-4165
FAX 0557-35-4101

