

# 風のたより

発行元 特別養護老人ホーム 風の木苑

広報委員会

熊本市東区西原1丁目11-63

☎ 096-385-1888

平成25年2月発行

冬号

## 巳年



謹んで新春のお慶びを申し上げます。

旧年中はご家族の皆様、地域の皆様にはご支援ご協力をいただき誠にありがとうございます。

迎えます新しい年は、新政権が誕生し社会保障制度の見直しが必要で最も重要な課題となり、またその財源が「一番問題」になってくると考えられます。日本の人口が減少に転じて久しくなりますが、周知のとおり高齢者の数は増加しています。特に団塊世代が、今後65歳以上となると「一気に高齢化率が高まっていきます。要介護人口がすぐに増加するわけではありませんが、この世代が70代後半を迎えると「介護」の課題は大きくなるでしょう。一方で、当然のことながら若い世代「現役世代」の人口比率が減少していきます。家族介護が難しくなっている今、「社会全体での介護」を担う公的介護保険サービスが提供されていますが、この仕事に従事するマンパワーの増加を見込むのは困難な状況です。海外からの看護師や介護士の受け入れも、思うように進んでいません。このまま介護職員が増加しないようであれば、将来十分な介護を受けられる保証はありません。家族や自分に介護が必要になれば「誰が介護するのか?」考えるのに早すぎることはありません。その中において、特別養護老人ホームなど老人福祉施設の果たすべき役割は以前にも増して大きいものと存じます。このような状況の下、私ども風の木苑としては、ご利用者様の尊厳を大切に、安心して可能な限り自分らしい生活を実現して頂くため、質の高い介護を実現し、より良いサービスを行うよう努力を重ねて参ります。変化する社会情勢の中、地域の方々の福祉ニーズをしっかりと受け止め、今後もご家族の方々に安心してお任せいただける施設となるべく、職員一同日々努力を重ね前進してまいります所存でございます。

本年もご支援ご協力を心からお願ひ申し上げます。

施設長

米澤 幸子



## 通所

11月の施設外活動は県庁へ紅葉見学、その後はフードパル熊本へお買い物に行きました。それにしても県庁のイチョウ並木は綺麗でした。



12月の施設外活動はダイエー大江店へお買い物に行きました。洋服を買われたり、お菓子を買われたり、楽しんでいました！



1月の17日～23日までおやつ作りをしました。前半は風のたより【秋号】に掲載していたさつまいもの重ね煮を、後半は今回の【冬号】に掲載している大根もちをつくりました！どちらもおいしかったのですが、大根もちの方が皆さんには好評だったようです♪

## クリスマス会

ツリーの飾り付けから手伝っていただきました。サンタクロースからささやかですがプレゼントもありました！ケーキ作りもしました。



## 西原中の生徒来苑



今年も、西原中の生徒の方々が11月17日に来苑されました。合唱を披露したり、入所者の方々と楽しいひと時を過ごして頂きました。皆さん手拍子で一緒に歌を歌い、楽しみました。



## 西原校区餅つき



自治会の方々や、子供達も沢山来られて賑わいました。



12月9日西原天神原公園にて餅つきが行われました。当施設からも職員と入所者が参加させて頂き、餅つきをすることで季節感を味わいました。



皆様へのご協力とご案内です。

ご利用者の方々が楽しんで頂ける場所を探しております。これからは、桜など季節の花々が咲くかと思っておりますので、いい場所をご存知でしたら教えて頂けると幸いです。

平日の営業日はいつでも施設見学やテイクサービスの見学ができます。是非気軽におこし下さいませ。職員一同、心よりお待ちしております。

# クリスマス会



12月21日クリスマス会を開催いたしました。西原乳幼児園の園児の演技や当職員による寸劇など披露して入所者・通所のご利用者に楽しいひと時を過ごして頂きました。



昼食に行事食を提供させて頂きました。メインディッシュは「鶏肉のバーベキュー風」パンは、ジャガイモを練り込んで焼いた手作りです。メニューを書いた手作りのクリスマスカードを添えて…… 利用者の皆様には大変喜んで頂きました。



園児のみんなは、元気いっぱい歌って・踊って微笑ましい。

子供たちの元気をもらって長生きしよう

吉本新喜劇には負けません！  
次回を楽しみにして下さ～い！

## お正月

平成25年1月2日。

恒例の「おせち料理」を提供させて頂きました。

- 一の重…煮物、エビ、魚の焼き物、鶏肉の巻物、菊花かぶetc…
- 二の重…栗入り小豆おこわ

調理職員総出で立派なおせちが出来ました。表装、箸袋などの小物でさらに正月らしさを演出し、利用者の皆様にお正月の雰囲気を感じて頂けたかと思えます。今年は、刻み食の方にも楽しんで頂けるように、食材の一部に「ソフト食」を使用しました。



お正月から食欲旺盛です♡



今年も沢山食べて元気でいま～す♡

## 初詣



新年を迎えまして、当施設をご利用されておられる方々が健軍神社へ初詣に出かけられました。寒い中でしたが、お天気にも恵まれてそれぞれ新年の健康を祈られました。



# お誕生日おめでとう

11月  
(期)

12月  
(師走)

1月  
(陸月)

- |             |               |             |
|-------------|---------------|-------------|
| 穂積サト子様 (会所) | 岡本フミ子様 (会所)   | 山本千恵子様 (会所) |
| 佐藤キムノ様 (〃)  | 坂梨美地穂様 (〃)    | 北山マサ子様 (〃)  |
| 坂本初穂様 (連所)  | 東アサ子様 (連所 短期) | 荒井トシ子様 (〃)  |
| 高嶋典子様 (〃)   | 高谷エツノ様 (連所)   | 田中巳敏様 (連所)  |
| 稲村政晴様 (短期)  |               | 佐藤禮子様 (〃)   |
| 山室亀男様 (〃)   |               | 斗山フミ子様 (〃)  |



## スタッフ紹介



福島郁子 (ケア)

ここで出会えた事を大切にしてお一人おひとりが笑顔で過ごせる様に入所者の応援の一助としてサポートしていきたいと思っております。宜しくお願いします。



大塚春子 (ケア)

利用者の方々の笑顔が大好きです。これからも心身の健康管理に努めて参ります。宜しくお願い致します。



一ノ瀬信子 (2F 橋)

通所より、入所の勤務になってアツいと言った。今年が経ちました。今思う事は、介護の奥が深い！深海の様なものです。ね！「行きつくと手はないです。まだまだ未熟な私ですが、これからも頑張ります。宜しくお願い致します。



福田敬子 (管理栄養士)

一年が過ぎました。日々ご利用者の笑顔を見て心が軽くなっています。時には「今日とは何かなー」と正直なお言葉に苦笑いする事も。おいしい笑の為に頑張ります。



梅本喜恵子 (医務)

園の木苑でお世話になりました。二年目となりました。入所の方に様々な年齢の職員です。若い方も一緒に仕事を、元気をもらっています。これからも頑張ります。宜しくお願い致します。



古閑貴裕 (3F 橋)

今は三階で勤務しています。二階に来てまだ一月くらいしか経っていませんが、今後とも利用者さんになれるように努力していきたいと思っています。



勝田美代 (2F 橋)

園の木苑でお住まいの方々と楽しくおたやかにこれいらも通していきましょう。頑張りましょう。宜しくお願い致します。



萩坂美貴子 (3F 橋)

今年で五三歳になりました。いつまでも、元気で若々しく頑張りたいと思っています。



佐藤厚子 (3F)

昨年十月より三階に入りました。経験浅く、未熟者です。でも、行き届かない事も多くあると思いますが頑張ります。宜しくお願い致します。



坊村洋子 (医務)

ご利用者様が毎日笑顔で過ごして頂けるように、お手伝いしたいと思います。これからも宜しくお願い致します。



## 簡単レシピ 大根もち



### 材料

- 大根 100g 薄力粉 25g
- 片栗粉 25g 桜エビ2g
- 小ネギ15g 塩...適量
- ゴマ油・適量 好みのタレ



### 作り方

1. 大根はすりおろしてボールに入れる。  
※水分が多い時には軽く水気をとる。
2. 桜エビとねぎはみじん切りにする。
3. 1に薄力粉、片栗粉、塩を加えてよく混ぜ、2を入れて混ぜ合わせる。
4. フライパンにゴマ油を熱し生地をスプーンで落とし入れて厚さ1cm程度の小判型に広げる。両面に焼き色が付くまでこんがり焼く。

## 栄養・効能 大根の豆知識

**消化促進**：アミラーゼという消化酵素が豊富に含まれており食べ物の消化を促進します。食事に大根おろしを添えると、消化が良くなります。

**大腸がんの予防**：解毒作用があり、発がん性のある焼魚の「こげ」の影響を抑えます。

**血液をサラサラ**：大根の辛みは血圧を予防する働きがあります。肉料理を食べる時は、大根を多く食べると良いでしょう。

**殺菌作用**：大根の辛み成分は白血球を活性化し、身体に害を及ぼす細菌を殺したり力を弱める作用があります。

**消炎作用**：おろし汁には消炎冷却効果があり、火傷や発熱の外用药として利用出来ます。胃の冷えやすい人は、煮たりして食べましょう。

**せき・痰**：昔から「大根あめ」としてビタミンcや蜂蜜の相乗効果で喉の炎症を鎮め、せきや痰を取り除いてくれます。

この冬は、特に感染性の胃腸炎・ノロの発症率が高く、またこれからはインフルエンザが流行の兆しとなります。面会時には手指の消毒やマスク着用を必ずお願いします。

あとがき  
私共は、広報紙を通じて、ご縁があった方々に感謝しこれからも沢山の出来事を載せて行きたいと思っております。

素直で謙虚で、しかも創意に富む人は、毎日が明るく毎日が元気。さあ、みんな元気で新しい日々を迎えよう。