



# 往還通信



## 新恭 年賀



新年明けましておめでとうございます。

昨年は、往還の運営にあたり、多くの皆様方の暖かいご支援を賜り、心より感謝申し上げます。皆様方の往還をご利用後の生活は、どう変化されたでしょうか。お家での生活から、往還入所、という環境の変化は、ご利用者様やご家族様にとって、戸惑いと不安の日々だったと思います。そんな不安なお気持ちを少しでも取り除き、穏やかに暮らしていただけますよう、ただ出来ない事をやって差し上げる介護ではなく、一つでもご自分で出来る事を増やしていけるように、ご本人と一緒に考えて、いつかはご自分で出来るようになっていただくための介護を目指して参りたいと思います。

今日を良い日で終えていただき、そして、明日を良い日で迎えていただけますよう、職員一同取り組んで参りたいと思いますので、本年もどうぞ宜しくお願いいたします。

特別養護老人ホーム 往還 施設長 柿澤佳世子

## 12月の往還風景



12月5日(水) 音楽療法  
皆で懐かしい歌を歌ったり、歌に合わせて楽器を演奏したりしました。



12月24日(月) クリスマスミニコンサート 小学生兄妹がバイオリンとギターの演奏を披露してくれました。



12月16日(日) 朝日町年末さわやかフェスティバル 朝日町社会福祉協議会主催のお祭りに招待して頂き、7名が参加しました。つきたてのお餅を食べたり、バンド演奏を聴いたり、楽しいひと時を過ごしました。



12月20日(木) クリスマス会(オカリナコンサート) オカリナのやさしい調べを楽しみ、サンタからプレゼントも貰いました。



お花クラブ



書道クラブ



太極拳教室

12月より3つの施設内クラブ活動が始まりました。

## 1月の施設行事

9日(水) 新春お茶会

16日(水) 新年会

23日(水) 音楽療法

24日(木) 口腔ケアモデル事業

※「口腔ケアモデル事業」とは県の健康福祉部が行う「口腔ケアによる介護支援モデル事業」です。県より歯科医師と歯科衛生士が来られ、口腔ケアの正しく、効果的な方法を、レクリエーションを通して、楽しく教えて下さいます。

## 1月のクラブ活動

11日(金) 太極拳教室

17日(木) 書道クラブ

29日(火) お花クラブ

## 2月の行事予定

マンドリン演奏会 20日(水)

音楽療法 27日(水)

## 医務だより

こちらの「医務だより」では毎回、往還の嘱託医である米田勝紀先生に、人体の事、病気の事、医療の事などについて解りやすく解説して頂きます。



### 人体は年齢とともにどう変わるか？その①



今回からしばらくは加齢に伴う臓器の変化について書いてみようと思います。個人差はあるのですが、髪が白くなる、薄くなる、しわやシミが出てくるなどは歳をとると誰にでも起こってきます。このような変化は体の中の臓器にも起こってきているのです。各臓器に共通してみられることは、萎縮であり、臓器を構成している細胞の数が減少しています。細胞の数が減るわけですから減った細胞の場所には代わりに脂肪や線維性分が入り込み小さく軽くなっていくのです。細胞が少なくなることはその臓器の働きが落ちてくることを意味します。また体全体では水分が減り脂肪が増えるためにみずみずしさ、潤いが無くなってきます。でも加齢に伴う臓器の変化は異常（病気）とは考えません。

しかし加齢に伴う機能の低下（たとえば腎臓や肝臓機能の低下）から高齢者の特徴がでてきます。各臓器の加齢による変化を知り、その結果どのようなことが起こるのか、起こりやすいのか、病気からくる状態とどう違うのかを知ることが高齢者を介護するのに大変重要なことになってきます。

次回は脳神経・運動機能について述べるつもりです。

### 往還(編集部)より

新年明けましておめでとうございます。皆様どのような新年をお迎えでしょうか？

去年一年間、往還では色々な出来事がありました。あまり皆様にお伝えする事が出来ませんでした。今年は、この「往還ニュース」を通して一つでも多くの出来事をお伝えして行ければと思っています。どうぞこの一年も宜しくお願い致します。

社会福祉法人 三重健寿会  
特別養護老人ホーム 往還

〒510-8103  
三重県三重郡朝日町  
大字柿熊之田564

電話 (059)377-6011  
FAX (059)377-6001

### 栄養士より

一ヶ月に一度、その節句にちなんだ食事を「行事食」として利用者の皆様に提供させて頂いております。今回は12月の「クリスマス特別食」、1月の「お正月特別食」を紹介させていただきます。

#### クリスマス特別食



- ・えびピラフ
- ・唐揚げ
- ・里芋グラタン
- ・グリーンサラダ
- ・コンソメスープ

#### お正月特別食



- ・ぶりの照り焼き
- ・おせち（数の子、伊達巻、豆きんとん、etc.）
- ・吸い物

### おまけの ひとコマ



3階、藤ユニットに年末、ミニ神社が出現しました。職員手作りの力作です。元旦には沢山の利用者の方が、初詣に来られました。