



## 2017年1月号

第63号 平成29年1月1日発行

社会福祉法人 寿老園老人ホーム



## レークサイド土師

発行責任者/谷 一輝

広島県安芸高田市八千代町土師12251-1

☎ 0826-52-3833

メールアドレス info@lakehaji.jp

ホームページアドレス http://lakehaji.jp

平成28年度

## 家族介護者教室のご案内

※下記の日程で開催しますので多数ご参加下さい。予定が変更になることがありますので、ご了承下さい。変更の際にはご案内申し上げます。よろしくお願い致します。

第5回 3月17日(金) 10:30~12:00

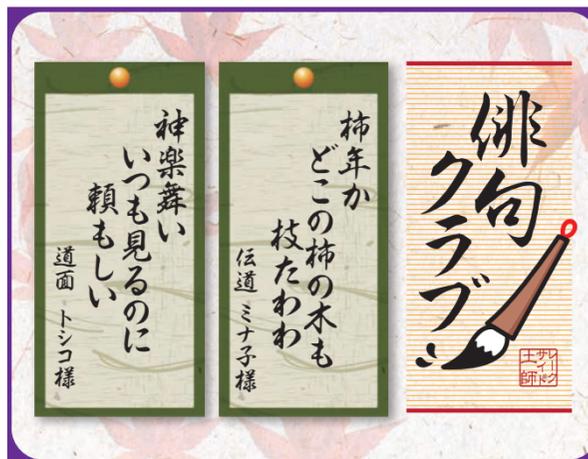
認知症について

場所:八千代文化施設フォルテ

講師:未定

**対象者** 八千代町で、現在介護されている方、  
介護に関心をお持ちの方

**お申込み** 八千代町在宅介護支援センター  
担当:石川真美江(送迎もご相談に応じます)  
TEL :0826-52-3833



## AED研修



## ボランティアさん募集

デイサービスでは、折り紙や裁縫など教えて下さるボランティアさんを募集しています。ご利用者と一緒に楽しい時間を作っていただけませんか? ご連絡お待ちしております。

## 編集後記

私は、93才の舅、92才の姑と長年同居しています。舅は、春は田植機やトラクター、秋にはコンバインに乗って田んぼで走り回っているスーパーおじいちゃんです。元気の秘訣は、毎朝早い時間に雨が降ろうと雪が降ろうと駅まで往復約1kmの散歩をかかした事がある時、見てしまったのです! 「駅の待合室のど真ん中で女子高校生たちが囲まれて座っているおじいちゃん」を、学生の皆さんも「いつもいるおじいちゃん」と思っているみたいで特に気にしていない様子。なるほど! 毎朝駅で休みしているおじいちゃんに、出勤前のいろいろな方が話しかけて下さっているようです。気にかけて下さっている駅員さん、利用されている皆さんに、とても感謝しています。このおかげからさあ、くお願ひします。  
そんな皆さんの優しい心を受け止めて、私も仕事に反映していけるよう励みたいと思います。

奥本成美

八千代町在宅介護支援センターより

## お知らせ

介護を要する在宅のお年寄りと、その家族に対して在宅生活に関する相談を、デイサービスのサテライト会場で受付けています。より身近な相談窓口としてご利用ください。

なお、レークサイド土師では従来どおり相談窓口を設置しています。

**日時** 毎月第2水曜日 午後1:00~3:00

**場所** 八千代町上根 市表集会所

八千代町在宅介護支援センター レークサイド土師  
担当/居宅支援相談員 石川真美江  
(TEL. 0826-52-3833)

## レークサイド土師 近郊マップ



TEL0826-52-3833 FAX0826-52-2154

## 新年のご挨拶

明けまして  
おめでとう  
ございます

皆様におかれましては、輝ける平成二十九年をお迎えのことと心より喜び申し上げます。平素より当施設、各事業所の事業推進に格別のご理解、ご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。本年も「誰もが、いつまでも住み慣れた地域で安心して暮らし続けることが出来るよう」に当施設、事業所も地域、行政、医療、福祉等関係機関と連携を深め、その推進によりいっそう尽力して参りたいと考えています。そして地域の皆様方のおそばに行かせていただき、お困りごと等を一緒に考えお手伝いしていきたいと考えます。そして、「レークサイド土師は頼りになるよ。あなたも相談してみんさい。」と言っていたいただける心の通う施設として、職員一丸となって取り組んで参ります。今後ともご理解、ご支援を賜りますようお願い申し上げます。

平成二十九年 元旦  
特別養護老人ホーム レークサイド土師

園長 谷 一輝



# トピックス topics

特養

## 園外喫茶

10月28日(金)

あいにくの雨で屋内での開催となりました。好きな飲み物とお菓子を食べながら、参加されたご家族の方にも喜んでいただきました。



## 八千代神楽団来園

11月12日(土)

今回は「八岐大蛇」です。白熱した大蛇との格闘にみなさん見入っておられました。



## 民謡友情会来園

11月21日(月)

ほとんどの方が80代後半の友情会の皆様。あちらこちらの病院や施設を訪問されているようです。張りのある歌声と三味線を披露して頂きました。



## マツダ音楽同好会 やまびこ来園

12月3日(土)

10年ぶりにレークサイド土師へ来て頂きました。バンド演奏や手品・踊りと盛りだくさんに披露。華やかな空気に包まれたひと時でした。



## 作ってみませんか?

### 油揚げピザ

【材料:2人分】

- 油揚げ.....大1枚
- ミニトマト.....4個
- さやいんげん.....4本
- ピーマン.....1個
- ウィナーソーセージ.....4本
- ピザ用チーズ.....40g

【作り方】

- ① 油揚げに切った具材をのせ、その上にチーズをのせる
- ② オープントースターで焼く

糖質・小麦粉との比較	小麦粉.....73.4g
	油揚げ.....1.4g

糖質を大幅カットでダイエット!!



焼きたてが  
たまらん

## 介護者教室にお邪魔しました。

### 心も体もリフレッシュ

9月14日(水)

安芸高田市地域振興事業団  
毛木 瑞穂 先生

35名の参加をいただきました。体をさすったり、足をバタバタさせたり。リフレッシュと同時に尿もれ防止などの効果も教えていただきました。



### 介護者の集い

11月11日(金)

10名の参加をいただきました。日頃抱えている悩みや辛さを話すことで共有でき、有意義な集いとなりました。



### デイサービスだより

#### 刈田小交流会

11月18日(金)



#### 紅葉ドライブ

11月7日(月)~12日(土)



### 薬草湯

- 3月 柑橘
- 2月 米ぬか
- 1月 レモン



あけまして  
おめでどう  
ございます

今年もデイサービスを  
宜しくお願い致します。

冬が来ました。  
寒い時期も  
暖かいお風呂で  
元気!!  
元気!!

