

# つれづれの郷

第157号 発行人 社会福祉法人上磯康啓会 理事長 小松 格一  
 令和 元年 9月 1日 所在地 北斗市追分7丁目11番21号  
 TEL 48-1777 Fax 49-7337 メール k-turedure1@wing.ocn.ne.jp  
 ホームページ <http://www.turedurenosato.sakura.ne.jp/>



## ご利用案内

「特別養護老人ホームつれづれの郷」「地域密着型特別養護老人ホームつれづれの郷ー北斗」は、介護度3以上の方がご利用できます。  
 (つれづれの郷ー北斗は北斗市在住の方対象)施設サービス計画に基づき入浴、排泄、食事等のケアを行います。

「特別養護老人ホーム」

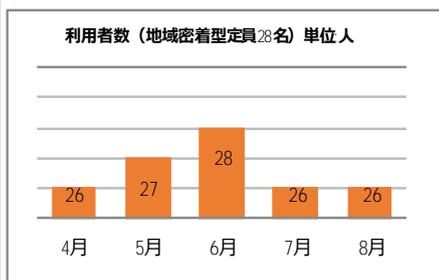
「地域密着型特別養護老人ホーム」

「介護度3以上の方がご利用できます。」

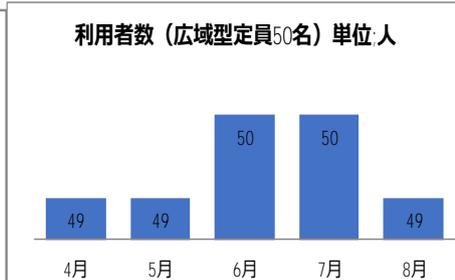
「(つれづれの郷ー北斗は北斗市在住の方対象)」

「ショートステイつれづれの郷」は、一時的に施設に入所して日常生活のサポートを受けることができます。「デイサービスつれづれ」は、在宅で生活されている要介護、要支援者が利用できます。介護のことでお困りの際は、お気軽に声をかけてください。利用者様、家族様に寄り添う提案をさせていただきます。

☆グラフ2



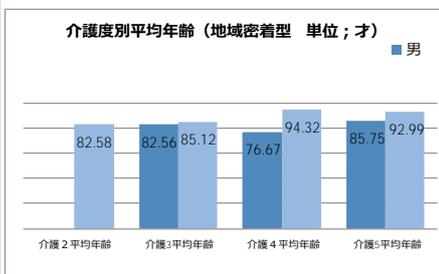
☆グラフ1



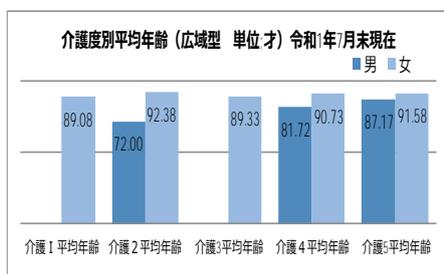
この傾向は全国の特別養護老人ホームでも同様といわれています。グラフ1と2に今年4

## 特別養護老人ホームの近況

☆グラフ4



☆グラフ3



別平均年齢で、平均年齢は八九・五歳でした。人生百歳時代の到来が目前といわれていますが、この壁を超えるにはまだ時間がかかるのか、心配ではないかと思われ

27年度から特別の事情がない限り介  
 特別養護老人ホームの利用は、平成  
 月から8月の当法人の入所者数を示し  
 ました。グラフ3、4は男女別介護度

## おねがい・お知らせ

- ◎9月17日(火)は、サービス費、自己負担分の郵便口座自動払い込み日になります。お客様の口座残高をご確認下さい。
- ◎個人預かり金残高を来所の折にご確認下さい。なお、毎月、預かり金使用済みの領収書を送っておりますので、ご確認下さい。
- ◎清拭用タオルのご寄付をお願いします。

## ☆食中毒・熱中症警戒中!!!

☆残暑が厳しくなっています。「生ものなど」の持ち込みはご遠慮願います。  
 ☆体調がすぐれない方は面会をお控え願います。  
 ☆面会時の手消毒、マスク着用をお願いします。(施設長)

## ◇意見下さい◇

「意見箱は一・二階の公衆電話横に設置しています。苦情は左記へご連絡下さい」

お客様相談窓口 賢持 堀合  
 でんわ 48・1777  
 FAX 49・7337  
 メールでも受付しております。

# デイサービスつれづれ



↑ 盆踊り用ポスター制作中



↑ ピンポン玉は落とさないで!



↑ みんなで踊っています!

8月デイサービスは、夏の風物詩である「盆り大会」を楽しみました。函館港まつりで恒例となっている「函館いか踊り」「いいんでないかい」や「大門音頭」などを手上げたり下げたり、たいたり音楽に合わせて楽しみました。そのほかピンポン球リレーなどを行い、毎日楽しい一日を過ごしています。

## 長生きの秘訣

日本には百歳を超える方が6万人以上いると推計されています。(2019年2月現在)昭和38年には全国で153人でしたが平成27年には6万1568人となりました。また、百歳を超える人のおよそ87%は女性だそうです(男性ガンバレ)。

ある統計によれば、「幸福感が高い人が長生きする」という調査があるそうです。周りの人と良い人間関係を作れる人が幸せな老後を迎えられるのではないかと考えられています。さらに、一日中テレビをじっと見ているだけではなく、少しずつでも身体を動かす、健康に留意した生活を送ることも大事だそうです。

例えば、家の階段を上り下りする、家の周りを散歩する、犬を飼われている方は、一緒に散歩をするなど、なるべく人に頼らずに自分でできることは、無理のない範囲で行ってみてはいかがでしょうか。

9月16日は、元号が令和となつて初めての敬老の日です。人気のプレゼントは、1位和菓子、2位花束、3位はお酒だそうです。ご家族やお孫さんの顔を見るのが、何よりも一番のプレゼントになるのではないのでしょうか。

施設での面会はいつでもできますので、お気軽に足を運んでいただければと思っています。



## 「寄付ありがとう」です

- 北斗市 日晃清掃様
- 石田構造様 福田悟様
- 金子由利子様 佐藤美子様
- 小西ミヤ様 須藤久子様
- 坂上智子様 佐藤則子様
- 田島慶子様

## ボランティアありがとうございます

- 熊本淑子様 森元君枝様
- 葛西和子様

## 「リンクブルで車椅子を」活動

「リンクブル」で車椅子を回収して活動しています。



## 9月の行事食

《9月18日(木)》

### 昼食 / 寿弁当

赤飯、吸い物、茶碗蒸し、紅鮭、寿たまご、和え物、炊き合わせ、果物等

◎18日は敬老を祝う会です。昼食には、敬老会ではおなじみ「寿弁当」と称し、お弁当箱にて提供させていただきます!おやつもいつもより少しだけ豪華なものを用意いたしますのでお楽しみに!

あとがき

お盆が過ぎてもまだまだ暑い日が続いています。体調管理に気をつけてください。今月は「敬老を祝う会」があります。当施設では八十八歳の米寿を迎える利用者さん3名、百歳を超える利用者さんが4名おられます。令和になつて初めての「敬老の日」、誠にありがとうございます。いつまでもお元気で過ごして下さい。(S)

\*掲載記事写真等は社会福祉法人上磯康啓会に所属しています。無断転用を禁じます。

## 9月の行事

- 16~20日 理美容室
- 19日 役員会
- 20日 傾聴ボランティア来所
- 機能訓練は、つれづれの郷は午前
- 北斗は午後実施
- クラブ活動 不定期
- 嘱託医は毎週木曜日午後回診
- 歯科検診は第三水曜日午後