

(1)

第 168 号

発行日：2013年9月1日

発行人：神 立 秀 明

〒950-2172 新潟市西区内野上新町11810番地3

TEL 代表(025)264-5000

FAX(025)261-4430

在宅ケアセンター ゆうばえ内



夕映えの会

住民の声

良質な睡眠は健康の大前提

健康寝具を商つて



ホームファッション

わたしん

渡辺 忠 男

上新栄町に生まれました。当時は寺尾駅から汽車で内野駅に降り、内野小学校・内野中学校と、12年間通いました。内野との縁は深い。

高等学校を卒業後、上京し製薬会社就職しました。昭和53年、退職し五十嵐中島4丁目に寝具店を開店、4年後に内野町の現在地に移転しました。

新潟県寝具協同組合に加盟しその後昭和63年に西川産業チェーン店となり、有限会社「わたしん」を設立。健康寝具を中心に営業し、特にムアツ敷ふとんは当店の中心商品です。ギックリ腰や腰痛持ちの方にはムアツ敷ふとんをおすすめしてきました。(痛みがやわらぎます)。

当店概要はふとん製造、ふとん打直し、ふとんの丸洗い、羽毛ふとんの仕立直し、貸ふとん等です。

ムアツふとんの洗いは2年から5年に1回、羽毛の洗いは4、5年に1回程度です。ムアツふとんのご使用年数は10年くらいまでが最適です。

羽毛ふとんの仕立直しは、状況にもよりますが、やはり10年から15年位に仕立直しをおすすめします。

健康を保つ上で、良質な睡眠はとて大事なものです。朝、スッキリと目覚めたいとお思いの方は意外に多いと気づきました。しかし寝具に対するこだわりは、案外希薄なよう。

「枕の良いものがないか」とご相談されるのがたびたびあります。実は枕の選び方は意外と難しく、散財されるケースが多いものです。私は「敷ふとんと枕はセット」とお答えし、ご相談におのりしています。

ネットショップピングや量販店、はてはパートの一角で寝具が扱われる昨今です。私はそうした風潮を、とても疑問に感じます。何故なら寝具には個人差があるからです。お客様の体型や生活習慣などを聞き、良質な睡眠を提供することが重要だと思ふのです。その意味で、お客様と対面しながら、寝具のアドバイスこそが私どもの仕事だと考えてきました。

春・夏用と秋・冬用寝具、できれば枕は四季ごとにお持ちになること

をお奨めします。おふとんの中で読書する習慣のある方には、読書用の枕もお考えになったらいかがでしょうか。

人生の3分の1を共にする寝具、ちょっとだけ贅沢に考えたいものです。古希を迎えましたが、お客様の相談にお応えしながら、もうひと踏ん張りです。

(内野町一番町在住)

2013
MILITARY
お知ろせ

■ 9日(月) 民謡

「梅芳会」の皆様

■ 14日(土) いっぺこと歌おいね

川崎和幸様

■ 19日(木) 語り部

「あねさの会」朝妻サワ様他

■ 24日(火) マジックショー

佐々木邦次様

■ 29日(日) コーラス

「花音」の皆様

■ とき

午後2時30分より

※お抹茶を頂く会は

午後3時15分より

■ ところ

ケアセンター「ゆうばえ」

デイサービスセンター

地域の皆様のご来所をお待ちしています。
一緒に楽しみましょう。

平成25年度 夕映えの会
日帰り研修旅行のお知らせ

会員日帰り研修旅行は、会員の研鑽と懇親を兼ねて昨年からはまり好評です。私たちの地域と活動を見直すうえで、大変参考になります。今年は村上市の小規模多機能居宅介護施設「よりあい」を見学します。
ふるってご参加ください。

◎と き 10月14日(月曜、体育の日)

◎施設見学 小規模多機能型居宅介護「よりあい」
(所在地、村上市小口川1331)

◎昼食交流会 夕映えの宿 汐美荘
(村上市 瀬波温泉)



◎参加費 3500円

◎参加申し込み 事務局・高木 (0900-38614552)
またはお近くの世話人まで

◎参加締切 9月30日(月)

(募集人数25名程度、マイクロバスにて送迎)

◎集 合 午前9時 在宅ケアセンターゆづばえ
(午後4時頃に帰着、解散予定)

※紙面の都合で「健やかシニア」しては
は今回お休みします。



平成24年度決算報告

社会福祉法人 ゆうえい会

平成24年4月1日～平成25年3月31日

平成24年度の社会福祉法人ゆうえい会の決算報告をお知らせいたします。

貸借対照表

(単位：千円)

事業活動計算書

(単位：千円)

勘定科目		当年度末
事業活動 収支	収入 介護保険収入他	320,103
	支出 事業経費他	310,701
	事業活動収支差額	9,401
事業活動外 収支	収入 受取利息	17
	支出 支払利息他	6,628
	事業活動外収支差額	-6,611
特別収支	収入 固定資産受贈額	0
	支出 固定資産売却損・処分損	0
特別収支差額		0
当期活動収支差額		2,790
前期繰越活動収支差額		-27,882
次期繰越活動収支差額		-25,092

資産の部		負債の部	
	当年度末		当年度末
流動資産	136,136	流動負債	27,068
現金預金	83,178	短期運営資金借入金	15,000
未収金	52,463	未払金	9,468
立替金	56	預り金	2,599
前払金	439		
固定資産	460,816	固定負債	394,378
基本財産	434,047	設備資金借入金	361,518
建物	261,282	長期運営資金借入金	32,860
建物附属設備	100,129		
土地	72,634	負債の部合計	421,446
その他固定資産	26,768		
		純資産の部	
建物附属設備	1,969	基本金	148,000
構築物	6,706	国庫補助金等特別積立金	52,598
車輛運搬具	3,025	次期繰越活動収支差額	-25,092
器具および備品	12,769	(うち当期活動収支差額)	2,790
ソフトウェア	294		
出資金	50		
その他固定資産	1,953	純資産の部合計	175,506
資産の部合計	596,953	負債及び純資産の部合計	596,953

24年度は6名の方より、合計1,489,457円の御寄附を頂きました。大変ありがとうございました。

施設から発信コーナー

9月になりました。残暑厳しいですが、今回は脱水症についてのお話をさせて頂きます。

高齢者の方は脱水症になりやすい傾向があります。脱水症になると、さまざまな弊害があるにもかかわらず、介護分野では見過ごされがち傾向があります。脱水症の初期症状は、風邪の症状によく似ています。脱水症の特徴のひとつは意識レベルが低下すること、ウトウトした傾眠状態から、うわごとを言ったり、せん妄や幻覚等の精神症状が現れたりすること

があります。そのため、認知症の症状が進行したと誤解されることもあり。発見が遅れると、生命にも関わってきますので、十分に気をつける必要があります。

脱水症を予防するためには、1日の飲水として(食事に含まれる水分以外で)約1,500ml以上の水分摂取が必要とされています。

一例としてですが、猛暑だった8月に熱中対策としてメデイアでも数多く取り上げられていたスポーツドリンクは、意外と高齢者に人気があり、とある施設で「焼酎を飲ませろ」と騒いでいた利用者の方に、スポーツドリンクを温めてお渡しすると

晩酌として飲んでいたりという事例がありました。但し、スポーツドリンクはミネラルを取りすぎても1日500ml程度にすぎた方がよいです。(糖分もかなり入っています)。「飲み物」だけでは、飽きてしまう可能性もあります。ゼリーなど、水分量の多いものをおやつに取り入れるのも、水分摂取には効果的です。

高年齢の方が一回に飲む水分の量は、それほど多くはありません。こまめに水分を摂取することを促しましょう。

シヨートステイゆうばえの里 介護職員兼生活相談員 木村弘之

クレートーク

健やかに生き、健やかに老いるために

心の理論

新潟市中権寺 やぎもと小児科 柳本利夫先生



子どもの発達の研究の中で、心の理論が注目されています。心の理論というのは簡単にいえば「他人にも心があるということがわかる」ことです。相手の心の中は見ることはできませんが、表情や仕草、その時の状況から相手の意図や感情、考えなどを推測することができます。それは普通のことだと思われるかもしれませんが、動物の中で人にだけみられる能力です。

先日、3歳半の孫に「保育園のタロウ君はどうしてる?」と聞くと「誰から聞いたの?」と反対に質問されました。私はママから聞いていたのですが、孫は「おじいちゃんタロウ君を知らないはずなのに、どうして知っているの?誰がそのことを言ったの?」と疑問に思ったらしいのです。これが心の理論です。大体4歳くらいからわかるようになります。

心の理論は、「この方はきっとこんなことで困っている、こうしてあげるとよさそうだ」など人を援助するときの大切な気づきになります。「あの人は私のことを好きかしら」「あの人が怒っているのは私がこう言ったからだわ・・・」などと、日常の人間関係の要としてこの能力は活躍します。職場の人間関係、親しい友人との語らい、大切な家族への思い、感謝の気持ち。心の理論は人と人がうまく暮らしていく時の大切な力なのです。

芦岡さんの

ご飯じやまー!

ゆうばえの里 管理栄養士 芦岡実可子

【ロール白菜】 今回も、ゆうばえの給食で提供しているメニューを紹介いたします。

細かく切った白菜を巻いて作ったもので、ロールキャベツとは違った味わいです。白菜は繊維と直角に細く切って噛み切りやすくしてあります。さらに卵白を混ぜてつなぎにする事で、手間はかかりますが、はらつやすく食べやすくなっています。

【材料】(2人分)

- 鶏挽肉 100g
玉ねぎ 100g
サラダ油 小さじ1

- A パン粉 大さじ1・1/2
牛乳 大さじ1・1/2
塩 小さじ1/4

- B 白菜 200g
卵白 大さじ1
塩 少々

- コンソメスープ 1・1/2カップ
片栗粉 小さじ2
人参(付け合わせ) 60g
パセリ 少々

① 玉ねぎはみじん切りにして炒め、冷ます。

② 挽肉に①、Aを入れてよく混ぜる。

③ 白菜は茹でて、繊維に直角に細く切り、水分を絞ってBをまぶす。

④ 巻きすの上にラップをしき、3を広げて2を中央に置き、のり巻きの要領で巻いたら15分蒸す。

⑤ 人参は千切りにして、電子レンジで約1分加熱する。

⑥ プイヨンを温め、水溶き片栗粉でとろみをつける。

⑦ 4を食べやすい大きさに切り、⑥を盛り付け⑥をかけて、パセリを散らす。

ゆうばえ通信

投稿俳句

デイサービスで岩室の足湯に出かけたことを詠む

茜 峯

本間スミ子様

遠去など
夢となりたる
老の身に

せめて足湯に
さそい給へ

夕ばえに
ほろろわ〜ん〜ん

えがあたかな
おの並ぶ足湯うな

ご先祖様がご光来下さった日に 溝口 幸吉様

平足振きの十手鞋音
孫の指合掌の光り

第9回ゆうばえ祭り

会場 在宅ケアセンターゆうばえ前 駐車場

とき 10月6日(日)

12時00分〜15時(予定)

色々なステーション企画と各種出店を
予定しています。

お楽しみごー!

連絡先一覧

夕映えの会
お弁当配食については
★配食事業部へ
090-3476-2875



生活支援については
★生活支援部へ
090-1431-7996
お気軽にご連絡ください。

生活支援、配食、運転
ボランティア募集

社会福祉法人ゆうえい会
在宅ケアセンターゆうばえ
(代)025-264-5000

ケアハウスゆうばえの里
025-264-5715

ショートステイゆうばえの里
025-264-5730

★介護のご相談はケアプランへ
025-264-5701

編集後記

介護認定の軽度者(要支援1・2)は介護保険制度からは自治体の事業に移し、特養ホームへの入所基準を要介護者3以上にする。政府の社会保障改革の方向がはつきりとしてきました。利用料の1割から2割負担への増額も検討されています。高齢者への対応は徹頭徹尾、経費の削減のようです。
在宅での高齢者の暮らしをどう支えるのか、この秋地域から議論を巻き起こさなくてはと思います。まずは夕映えの会20周年記念講演会(9月21日)で、高齢者の健康づくりについてご一緒に考えてみましょう。(M記)