

こんにちは。皆さんお元気にお過ごしでしょうか。

現在世界最高齢は日本人の女性、田中力子さん（117歳）だそうです。長寿の秘訣はオセロだとか。さて先月末、夫の祖父が90歳の誕生日を迎え、節目の年に親戚・友人が勢ぞろいして南島ネルソンにて誕生日パーティーが開かれました。ネルソンという場所はサニーネルソンとして有名で、ニュージーランドでも随一の晴天率で知られています。その名の通り、4日間滞在したうち一度だけ通り雨が降りましたが、残りは晴天、夏の陽ざしを存分に楽しみました。祖父は90歳になった今も大変元気で、奥さんと二人で一軒家に住み、車を運転し、ゴルフを楽しみ、コンピュータ・テレビも使いこなします。毎朝の日課はクロスワード、辞書をひきながら全部埋め終わったら朝食を食べます。50人程がかけつけた今回の誕生日パーティーもこの祖父がほとんど計画をしました。長寿の秘訣はたくさんあるのですが、先日聞いた時には笑いながら「アボカド、バナナを食べているから元気なんだよ」と教えてくれました。この祖父は初めて会った時からよく笑い、いつも笑顔の印象でした。よく笑う事、これも長寿の秘訣だろうか？と思った出来事でした。



それではまた来月。See you!

ブース千尋

昭和レトロコンサート
美空ひばり 島倉千代子 豪華 夢の競演
「悲しき口笛」「この世の花」「東京だよおっ母さん」ほか
日時：三月 四日（ケアハウス王喜の郷）
三月二十五日（グループホーム王喜の郷）
十三時三十分～一五時〇〇分
会費：三〇〇円（お茶代）
問い合わせ：ケアハウス 王喜の郷
283-2834（担当：山田 山根）



事務所より病院送迎についてのお願い
現在病院行きについては毎週火曜日に車を出しておりますが3月より都合により1火曜日と3火曜日の2回車を出させて頂きます。利用されておられる方々についてはご迷惑をおかけ致しますかご理解の程よろしくお願ひ致します。

つなぐ会（お習字）についてお知らせ
今月も美王の都合によりお休みを頂きます。ご了承下さいね。

たんぽぽ通信

3月1日発行 157号
ケアハウス王喜の郷 令和2年3月号

新型コロナウイルスも COVID-19（コビッド19）と命名され3月現在まだ世界中への広がりを見せています。罹患者の情報はさりながら、経済活動に与える影響や市民のさまざまな集団活動の制限も多く、暗いニュースを毎日耳にします。

そのような中先日ニュースに武漢（中国）へ日本青少年育成協会からマスクが寄贈され、その段ボール箱に次のような漢詩の一節が書かれている映像が出ていました。

「山川異域 風月同天」（土地は違っても、同じ空の下で自然の営みは変わらない）これは奈良時代の皇族、長屋王が唐の高僧鑑真を日本に招く際に送った詩の一節だそうです。受け取った武漢の方々はその一行に大変喜ばれていました。私も連帯感を感じると共に同じ文化を共有していることをしみじみ感じました。

インフルエンザは毎年予防接種を受け備えますが、コビッド19はどうなるのか心配ですね。手洗い、うがい。よい睡眠・栄養。で体調を管理して参りましょう。施設長 末谷千秋

3月のお誕生日 & 行事予定

日	月	火	水	木	金	土
1	2	③ 桃の節句 ** 病院行き	4 ***レトロコンサート (ケアハウス)	⑤ 啓蟄 ****イズミ行き	6	7
8	9	10	11	12	13	14 誕生日会
15	16 ***ビューティヘルパー (理・美容)	⑦ 彼岸の入り ** 病院行き ***ビューティヘルパー(美容)	18	19	⑩ 春分の日 ****イズミ行き	21
22	⑬ 彼岸明け	24	25 ***レトロコンサート (グループホーム)	26	27	28
29	30	31				

*誕生日：お名前記載の方の誕生日です。ささやかなカードとお菓子をプレゼントさせて頂いております。
**病院行き：午前8:30玄関前集合 王喜、小月方面の病院へ送迎します。白板にご記名ください。
<施設の都合により今月より月2回となりました。よろしくお願ひします。>
***ビューティヘルパー：出張の理美容です。白板に申し込みを貼っています。ご記名ください。
****イズミ行き：午後1時出発、2時30分頃帰着。長府ゆめタウンへの買い物バスです。月に2回あります。
*****レトロコンサート：午後1時～3時 昔懐かしいレコードやビデオを見たり、歌ったりお茶もあります。参加費300円。
第1水曜日はケアハウス食堂、第4水曜日は隣のグループホームで。同じ内容で行っています。
****ななの会(習字)は3月はお休みさせていただきます。
☆ご不明な所はなんなりと職員に御尋ねください☆

ケアハウス 王喜の郷

2月1日よりケアハウスに勤務しています生活相談員の「梶原恵美」と申します。
 こちらに勤務する前は、宇部市にあるデイサービスに勤務しておりました。施設での勤務は初めてで、わからないことも多くありますが、まずは皆様のお顔とお名前を1日も早く覚えていきたいと思っておりますので、これからどうぞよろしくお願い致します。

～入居者様の紹介～

ケアハウス 王喜の郷(厨房)

3月3日の雑祭りは「桃の節句」とも呼ばれ、県内では1ヶ月遅れの4月3日に祝う所が多くあります。王喜の郷では、3月3日の昼食時に桜餅、甘酒、ちらし寿司、うしかい汁をお出しします。



楽しみにされて下さい。

※ 毎年3月末位から王喜産の筒か入荷してきます。



温かくお手に持って、春を感じられる食材を使ったメニューを出せればと思っています。

まだまだ寒い日が続きます。今はインフルエンザに加えて新型コロナウイルスが流行しています。

肉・魚・卵・牛乳などの動物性たんぱく質をしっかりと食べて体力をつけましょう。食事前の手洗いや忘れぬようにしましょう。

管理栄養士 河内美子

王喜の郷 デイサービスセンター

3月14日(土)は2月、3月生まれの方の誕生会を行います。

今回の催しは、11月にも来て下さったダテウエダさんとその師匠さんが来て下さいます。

今回デイサービスが担当する最後の誕生会です。

皆さんに楽しんで頂けるよう私達職員も頑張ります。

どうぞ楽しみにされて下さいね。

デイサービス 百田法江

グループホーム 王喜の郷

2月8日(土)曜日におやつ作りでホットケーキミックスを使用し、ドーナツを作りました。皆さんホットケーキミックスを混ぜる作業は可能でしたが、ドーナツ型に丸める作業が難しく出来る方が少なかった事が残念でした。

15時のおやつに出し「もう少し甘い方が良かったね」「丁度良くて美味しいよ」と様々な意見がありました。皆さんあ、という間に完食されました。

田中美優

王喜の郷 居宅介護支援センター

口腔ケアの効果についてお話しします。
 歯磨きや口の中を清潔にすることは、口腔内だけでなく栄養摂取や歯周病・認知症・誤嚥性肺炎の予防といった身体機能の回復も含まれています。「噛む・飲み込む・おいしく食べる」ことができることは大切なことです。デイサービスなどで口腔ケアの取り組みをされている事業所も増えてきています。また歯科医や歯科衛生士などの専門家に口の中をチェックしてもらうのも良いかと思えます。

自分で歯磨きや入れ歯の洗浄(夜は外して洗浄剤につける)・うがいをする習慣をつけて健康に繋げて行って頂ければと思います。

主任介護支援専門員 野平 千加子

王喜の郷ヘルパーステーションいるか

ヘルパーの支援で生活援助に該当しない行為の中で今回は買物支援についてを説明したいと思います。

1. 家族も使用する物品の買い物は認められません。
2. 家具、家電、趣味の物品、酒やたばこなどの嗜好品などです。
3. 高価な食材、遠方への買い物、専門店での買い物(百貨店での物産店など)契約を要する買い物などが対象です。

この他にももしわからない事やお困りの事などがある時はご相談下さい。

白石真理子

王喜の郷 ミントの家・シニアハウス 王喜の郷

日向ぼっこをしながら、春の七草が話題となりました。七草粥には何を入れますかと尋ねると、かぶや大根葉の柔らかい部分を小さく刻み入れていたとの話でした。せりは霜が降りる冷たい頃きれいな水際に生えて手が真っ赤になったものであかぎれが痛かった。下痢の時食べると薬になった。等知らない事を皆さんが話されていました。ふと昔の生活を振り返るひとときでした。

3月はギター、オカリナ演奏を予定しています。

ミントの家 吉村 日出子

放課後等デイサービス さくら

厳しい寒さも少しずつ和らぎ、ポカポカと春の陽気を感じられるようになってきました。

さくらでは、2月3日に豆まきを行いました。鬼になった職員に豆をぶつける子、豆まきがよくわからずに口へ入れたりする様子も見られましたが、皆楽しんでいました。

2月におやつ作りを子ども達としました。マーガリンとマシュマロを鍋に溶かしコーンフレークを入れて、マシュマロコーンフレークを作りました。皆、おいしいおいしいとおかわりをし大好評でした。

3月には桜の花見を行う予定です。桜を見る事で子ども達が季節を感じる事ができればと思っています。

季節の変わり目ですので体調の変化を見落とさないように気を付けて支援していきたいと思っております。

さくら支援員
 藤井 雄大

