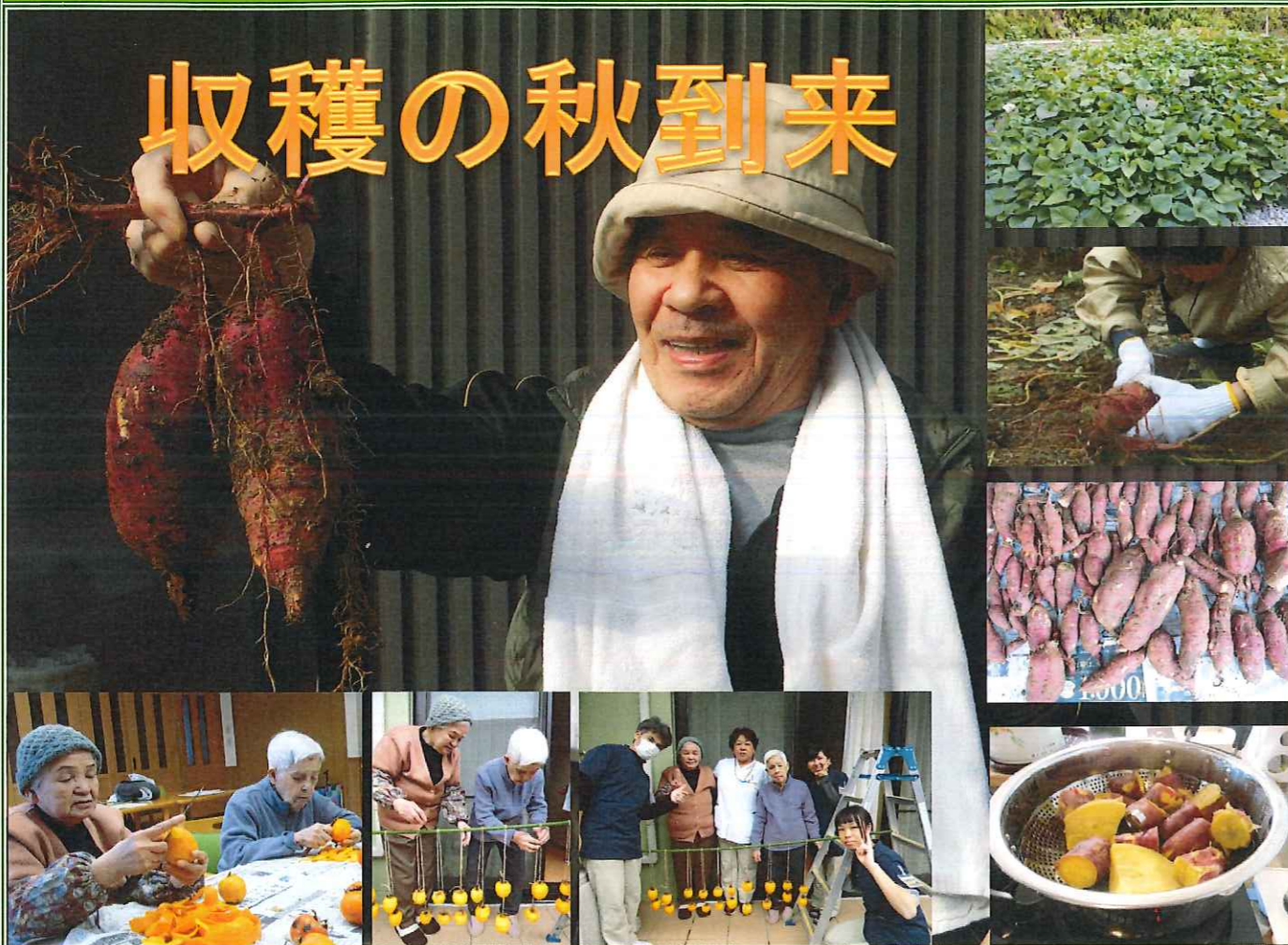




# せいひ会だより

2016年(平成28年)  
12月1日発行  
<第200号>  
社会福祉法人せいひ会  
<http://www.seihikai.jp/>

## 収穫の秋到来



グループホーム利用者の皆さんは、玉ねぎを植えたり芋を掘ったりと大忙し。手間と愛情をかけて育てたお芋は、ご覧のとおり立派に育ちました。一番大きな芋は、なんと長さ30センチ!「ふとかねー!」と驚きの声が上がっていました。ふかし芋の味は抜群!「甘くておいしかね〜」と、とても好評でした。小規模多機能じゅげむの皆さんは干し柿づくり。包丁を上手に使い、慣れた手つきで柿むきをされました。「皮は捨てんとよ。漬物にせんば!」「自分の家でも作りたいか〜」「イワシも干したかねー」と、会話も弾み、楽しんで作られてました。収穫の秋、食欲の秋…。それぞれの秋を満喫しました。

### 11月の行事

- 05日 たまねぎ植え(GH)
- 13日 いも掘り(GH)
- 19日 琴海ふるさとまつり参加(寿限無・じゅげむ)
- 22日 SVせいひ消火訓練(SV)
- 2-25日 せいひ会職員旅行

### 12月の行事予定

- 16日 運営推進会議(GH)
- 16日 クリスマス忘年会(GH)
- 24日 クリスマス会(じゅげむ)
- 25日 クリスマス会(風和・寿限無)
- 下旬 もちつき(各事業所)

## 11月生まれの皆様、お誕生日おめでとうございます



富永キノ様 麻谷エイ様 富永タミ様 野口カ様 内野繁様



嶽本テイ様 伊東イツ様 春崎美利様 千草政治様 梅園弘様



伊藤ツル子様 松尾アイ子様 中尾レイ様



山崎絹代様 宇曾秋子様 山口和子様 松江恵美子様

### 今回は寿限無：松江恵美子様にお話を伺いました

昭和21年、琴海町西海(現在の長崎市西海町)にて、次女として出生する。定時制の学校に通い、家のお手伝いとアルバイトをしながら学校生活を送った。20歳の時にお見合いで意気投合し結婚、3人の男の子に恵まれた。専業主婦で3人の男の子を育てるのは大変だったが、子供が大きくなっていくにつれ、楽しいことや幸せなこともあったと話される。5年前にご主人は他界されたが、両親・家族・周りの人たちに対して、とても優しい男性だったとのこと。

現在は寿限無に入居されている。野菜作りを趣味として、職員と一緒に毎朝水やりをされている。また、手先が器用で、作品作りにも取り組まれている。先日開催された琴海ふるさとまつりには、他利用者と力を合わせて、みごとな貼り絵(富士の紅葉)を作り出展した。今後も、いろんな作品にチャレンジしていきたいと意気込みを語っておられた。いつまでもお元気で、趣味や作品作りを楽しんでください。

# Vitality Space

バイタリティー・スペース

体力  
田中アキ

風和:田中アキ

紅葉  
大川千代子

風和:大川千代子

大天下  
浦崎フクエ

通所:浦崎フクエ

五待月  
竹下品子

通所:竹下品子

## うたの時間



(写真上)じゅげむ大坪公子様作品  
新聞紙で作ったとは思えない美麗さです

足早に過ぎ  
紅葉も落ち葉に変わり  
冬の兆し  
ああさみしいな  
(風和) 平野マサ

枯れススキ  
別れに手を振る  
母に見え  
(風和) 立石ミドリ

運動会  
はがらに過ぎした  
秋の一日  
(風和) 作中和子



＜グループホームめぐりえ:『コスモス』＞

←(写真左)

左上:山口良江様 右上:大浦延雄様  
左下:小島チエ様 右下:伊藤イツ様

(写真右)→

左上:田崎マス子様 右上:山口キクエ様  
下:森多鶴江様

## 文化の秋(琴海ふるさとまつり)



11/19~20に行われた「琴海ふるさとまつり」に作品を出展していた特養 寿限無・小規模多機能じゅげむの皆さん。出展した作品を見学に行ってきました。「これ私が作ったとよ!」「よう作ったね～」と、飾られた作品を改めて見ながら感心の声。他の施設の作品を見て「よう作ってるね。来年はもっとよかとば作るよ!」と、気合も入られていたようでした。



貼り絵で作られた秋の風景。  
小規模多機能じゅげむ利用者の力作です!

## 食欲の秋



11/29、風和の里のお昼ご飯は、普段と違った「行楽弁当」でした。天ぷらや白和え等のメニューに加えて、テーブルにも紅葉したもみじや職員手作りの箸袋が添えられました。「食べるのがもったいないね～」といいつつ、みなさんのお箸はしっかり進んでいましたよ。

## 職員旅行



11月、せいひ会職員が4班に分かれ、職員旅行に行ってきました。1日目は福岡のビール工場見学後、熊本・黒川温泉へ。いいお湯に浸かり、普段の疲れを癒すことができました。2日目は大分へ。九重”夢”大吊橋では、高くて怖がっている職員もいましたが、絶景を楽しむことができ、とても楽しい旅行となりました。



## 新人職員紹介



じゅげむ  
武田 彩さん

少しでも早く慣れて、利用者の皆さんと楽しく過ごしたいです。そして、職員の皆さんに迷惑をかけないように頑張ります。よろしくお願いします。



寿限無  
阿部 多恵さん

久しぶりの現場の皆様迷惑をかけるよう頑張ります。入居者様にいち早く慣れて笑顔で楽しく過ごしていきたいです。

## インフルエンザ等の感染予防について

インフルエンザやノロウイルス等の流行時期となりました。施設来苑時の手指消毒や体調不良時のマスク着用等、皆様方のご協力をよろしくお願い致します。今号の本紙5面にて、せいひ中央クリニック:木下Dr.がインフルエンザ・ノロウイルス予防について記事を執筆いたしました。併せてご覧くださいませ。

ずいずい  
随・随

## ずっころばし

せいひ会の職員が、思うがままをリレー方式で綴るコーナー。  
今月は、通所・丘の家の垣原さんです。

秋も深まり冬の足音が近づいて来ました。個人的には秋と言えば「食欲の秋」ですが、今回は「芸術の秋」としてポラロイドカメラの魅力の一つをご紹介します。現在では携帯電話やスマホのカメラ機能などで気軽に写真を撮られている方も多くおられると思います。しかし、ひと昔前、ポラロイドカメラが流行した時代があり、私の唯一の趣味と言えるものでした。ポラロイドカメラは、撮影したらすぐに写真が出来るという、当時としては画期的なものでした。1948年の発売当初は魔法の箱とよばれ、車と同じくらいの価格で非常に高価だったそうです。ただ、ポラロイドカメラの楽しみはそれだけではないのです。イメージ・マニピュレーションというものをご存知ですか?ポラロイドカメラで撮影した写真を上から擦るこ

とで、まるで油絵で描いたように加工して楽しむ技法です。カメラの腕が無くてもかっこいい作品が出来るんですよ。フィルムの製造中止になってから楽しめなくなっておりましたが、フィルムが再販されるようになったようで、今年は食欲を抑えて、再び挑戦してみたいと思っています。確かにデジタルは簡単で便利です。でも、手間はかかりますが味のあるアナログにも興味を持っていただけると嬉しいです。



(写真左)  
GHの利用者の方が収穫したおいもです。とても大きいです。このあと、ふかしイモとしておいしく頂きました。

## Dr.キノシタの独り言

せいひ中央クリニックの木下先生によるコラムコーナーです

### 『インフルエンザとノロウイルス予防from木下博史』

暦も最後の一枚となり、師走になりました。北海道では、先月のうちに根雪になったそうです。長崎でも、急に冷え込んで来ました。体調を崩される方が増えてきました。これからの健康について、ひとこと！お付き合いください。

**インフルエンザの予防:** 予防接種は、発病しにくくなり、発病しても程度が軽く済む可能性が高いと言われてます。次に、外から帰ったら、手洗い(ノロウイルスの予防を参照)とうがい(水道水で有効性が確認されています)をしましょう。空気が乾燥したら、マスクをしましょう。マスクは、鼻を覆う上部に金属が織り込まれていると鼻の形に添って漏れが少なくなります。鼻と口を全て覆いましょう。使い捨てのマスクは、毎日交換しましょう。ガーゼマスクであれば洗濯してください。

**インフルエンザの特徴:** 感染力が強いので、免疫力の弱い高齢者や小児は気を付けましょう。空気感染なので、マスクが有効です。人混みでは、マスクをしましょう。空気が乾燥すると、咳の時に広がるしぶき(飛沫)が乾燥して、水分がなくなり長時間空気の中に浮かびますので、これを吸い込む可能性が高くなります。乾燥した部屋では、加湿器などの利用が有効です。

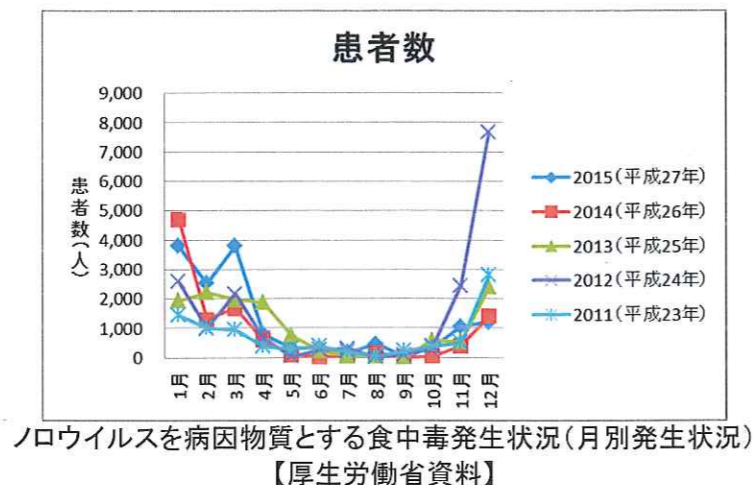
もし、発病した時は、周囲の人にウイルスを広げ難い様に、必ずマスクをしてください。早目に病院を受診すると、ウイルスに有効な薬もありますし、重症化を早めに予防できるでしょう。

**ノロウイルスの予防:** 特に抵抗力の弱い子どもやお年寄りの方は、注意してください。一番大事なのは手洗いです。食事の時は、手が口に行くことも考えられます。また、トイレの後は、手に大量のノロウイルスが付着していると思われます。石鹸をつかい、30秒から1分ほど丁寧に泡立て洗います。水道水で泡をきれいに落として、自分専用のタオルやハンカチまたは使い捨て手拭などで乾燥させます。顔・髪・目や口を触る(化粧も含め)前には、手を洗いましょう。人は色んなものを手で触りますので、ウイルスが付着している可能性が高く、ほとんどの場合、ウイルスは口を通して身体に侵入します。

**ノロウイルスの特徴:** ノロウイルスに汚染された二枚貝(牡蠣など)でも、十分に(85度90秒)加熱すると発病しません。発病すると、大量のウイルスが、便に混じります。これを早く身体の外に出そうとして、下痢をしますので、水の補給が大事です。時には、おう吐します。これらの便や吐物には、物凄い数のウイルスが含まれ、周りの人が次々に発病し易くなります。必ず、次亜塩素酸(ハイターなど)の希釈液で処理してください。

一般的に感染症では、その人の免疫力の強さにより、病気になったり、ならなかったりします。適切な食事や運動と良質な睡眠で普段から免疫力を高め、感染症にならないようにしましょう。

皆様、ご健康にご留意頂き、良き新年を迎えられます様に、御祈り申し上げます。



# 新しい セカンドライフ

を提案します

### 田舎暮らしを満喫しながら、余暇を収入につなげてみませんか?



せいひ会はあなたの豊かな知識、経験を必要としています



快適な住まいでの田舎暮らしに興味をお持ちの方はまずはご連絡ください

## 元電の家

西彼町中山郷  
元電の里は  
生まれ変わりました!

〒851-3302 長崎県西海市西彼町中山郷2116

☎0959-27-1064

せいひ会 検索 <http://www.seihikai.jp>  
(社会福祉法人せいひ会)



シニア世代以外の方でも、ご利用いただけます