



秋号 No.136

発行

特別養護老人ホーム  
やすらぎ荘富山県南砺市天池1570  
Tel. 0763(52) 6166  
Fax. 0763(52) 6159

題字 ▶ 吉田 武雄(97)

**選手宣誓**

**運動会**

フレー！  
フレー！

**パン食い競争**

**応援合戦**

**仮装レース**

**白組が優勝ござしました**

**玉入れ**

がんばれ～!

ハッスル賞  
いただきました

第36回

# 夕涼み会



フラ・ハイビスカス様



職員によるアトラクション

たこ焼も  
おいしいよ

盆踊り

1等狙うぞ！



## 夕涼み会お礼

8月2日(金)に第36回夕涼み会が開催されました。今年もたくさんの方にご来場いただき、大盛況で終えることができました。ボランティアの皆様、フラハイビスカス様のご協力もいただき、心より感謝申し上げます。

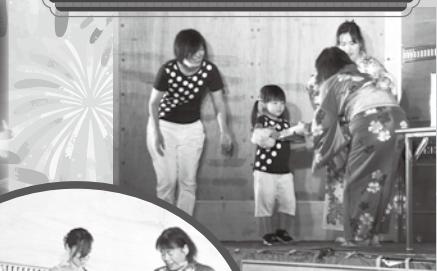
やすらぎ荘 職員一同

やすらぎ荘名物打ち上げ花火



たまや～！！

くじ引き抽選会



令和賞！

## やすらぎ荘デイサービスセンター

**1,2,3...**

**リハビリ風景**

**男性陣も頑張っています！**

**4月に植えました**

**じゃがいも収穫**

**大きくなつて昼食のおかずに！**

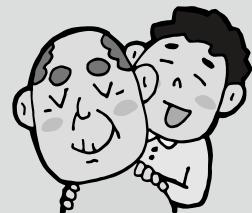
**パクリ！**

## ・やすらぎ荘・ふく満在宅介護支援センター・

### 背中をなでて手当て効果について紹介します。

親しい人や安心できる人に触れられた時などに癒しホルモン「オキトシン」が脳から出ます。

慢性の痛みの軽減や日頃のストレスの解消、不安の軽減や、認知症の徘徊が減る、血圧が下がる等の効果があると言われています。



### 手当てで感じる健康法

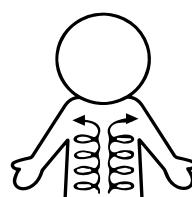
- ①椅子やテーブルにもたれて楽な姿勢にする。
- ②両手の手のひらを背中にぴったりとつけ全体をなでる。

**<ポイント>** 1秒間に5センチ程度のゆっくりとした動き。手のひらでアイロンをかけるようなイメージです。目安は1回10分程度。

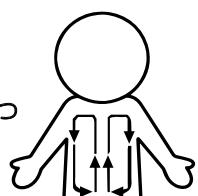


**なで方①**  
背中の真ん中から弧を描くように、背中全体をまんべんなくなでる

**なで方②**  
肩、背中の一番外側のラインに沿ってなでる

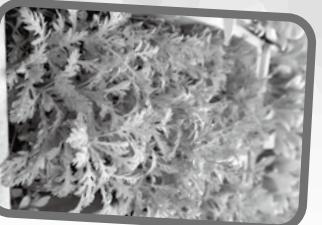


**なで方③**  
腰の位置から首に向かって、ハートを描くようになでる



### プランター菜園






たくさんなったね!



ちんげんさい、トマト、こまつな  
春菊、ブロッコリー、カリフラワー

青々とじとるわ~

収穫!





昼食のスープやおかずには!  
いただきます!

おいしいわ~

# ふく満 デイサービスセンター

### 砺波地区 ヘルパー研修会

研修内容

- ・排泄ケア商品の種類
- ・尿とりパッドの基礎知識
- ・尿汚染（モレ）の原因について
- ・正しいパッドの使用方法
- ・パッド・パンツ・テープ止めオムツの選定方法・履き方

に行ってきました。

テーマ 「1人1人に合わせた  
おむつ選びの提案」



幅広く、いろんな研修に参加しています。また学んだことを生かせるよう頑張ります。

# やすらぎ広場

年号が令和にかわった5月27日、消防職員の方を講師に迎え「救命入門コース」の講習やAEDの使用方法などを学びました。初めて参加する方や何度も受けたことのある方などいろいろでした。傷病者を見た実践的な動きを体験しました。実際に動いてみたことで「こんな時はどうするのか」等の質問も出てきて、とてもわかりやすく教えていただきました。研修終了後には参加証もいただきました。



6月19日 南砺市訪問看護ステーションより吉田祐美子氏を講師にお迎えし、「介護施設における自然な看取りの支援について」と題して研修会を行ないました。看取りとは何か、死に近づいた時に生じる症状などを教えていただきました。残された時間をその人らしく生きるために普段からたくさん話したり、気持ちを理解できるように関わることが大切だと気持ちを新たにしました。

「人生の最終段階」を迎える時に本人やご家族に寄り添つてあげることの大しさを改めて感じ、看取り介護への向き合い方を考えることができました。

## 救命入門研修

## 看取り研修

皆様方にたくさんの御厚情・御協力を頂きまして、誠にありがとうございます。紙面にて御礼申し上げます。

## ご寄付・ボランティア

金岩喜美子  
高瀬美弥子



篠島 横歩  
山田 真由



吉田ルーテス  
大道 悅子



### △ご寄付 [敬称略]

・ 民生委婦人ボランティア  
・ JAひだまりの会  
・ ヘルスボランティア

・ 上田竹次郎  
・ 坂田福美  
・ 渡辺久美子  
・ 栗山忠雄  
・ 吉田妃那  
・ 大道記子

・ 雨空ひばり

・ 福光婦人会  
・ 婦翔会  
・ 成瀬社中  
・ 吟声会  
・ 瑞声会

・ 福光児童館きつずうんど  
・ 福野高校  
・ (学校)

・ 福野記子

・ フラ・ハイビスカス  
・ 点クラブ  
・ 太陽一座  
・ 若瀬会

・ しゃくなげ会  
・ ふるさと民謡

・ 道端邦子

・ 案山子友の会  
・ 真宗大谷派高岡教区第三組  
・ 第一小会  
・ 谷村清(金3万円)  
・ 齊藤孝臣(金5万円)

・ 福光こども教会  
・ 福光幼稚園きつずうんど  
・ 福野高校  
・ (学校)

・ 道端邦子

・ 信子(金3万円)  
・ 石野博之(金10万円)  
・ 山田信名(金10万円)

・ 信子(金1万円)  
・ 石野信名(金10万円)  
・ 山田信名(金1万円)

・ 道端邦子

### △ご寄付物品 [敬称略]

・ すみれグループ  
・ フラ・ハイビスカス  
・ 福光こども教会

・ 福光幼稚園きつずうんど  
・ 福野高校  
・ (学校)

・ 道端邦子

・ (ティッシュペーパー5個入り×36pc)  
・ 才川茂(中古タオル1袋)

・ 福光こども教会  
・ しゃくなげ会  
・ ふるさと民謡

・ 道端邦子

・ (ティッシュペーパー5個入り×36pc)  
・ 常本栄子(雑巾60枚)

・ 福光こども教会  
・ しゃくなげ会  
・ ふるさと民謡

・ 道端邦子

・ (ティッシュペーパー5個入り×36pc)  
・ 中川(タオル90本)

・ 福光こども教会  
・ しゃくなげ会  
・ ふるさと民謡

・ 道端邦子

### △来訪・ボランティア [敬称略]

・ (個人)  
・ 山田与志信  
・ 山坂年夫  
・ 村田喜美居

・ 福光こども教会  
・ しゃくなげ会  
・ ふるさと民謡

・ 道端邦子

・ 安達さよ子  
・ 出村一枝  
・ 下崎富美子

・ 福光こども教会  
・ しゃくなげ会  
・ ふるさと民謡

・ 道端邦子

・ 北島佐弘子  
・ 吉田夕子  
・ 語り部ひまわりの会  
・ 明るい社会づくり運動  
・ ヘルスマイトOG

・ 福光こども教会  
・ しゃくなげ会  
・ ふるさと民謡

・ 道端邦子



## 感謝 表彰

### ◎富山県老人福祉施設協議会 会長表彰(10年表彰)

・ 佐次優子(副主委調理員)  
・ 井口えりか(副主委調理員)  
・ 古舘彩紀(副主委調理員)  
・ 小西俊美(嘱託)  
・ 宮口登志子(嘱託)



### ◎全国老人福祉施設協議会 感謝(15年表彰)

・ 吉田智視(副主任介護職員)  
・ 池田友子(主任介護支援専門員)



