



長船荘だより

SUMMER

社会福祉法人岡山千鳥福祉会
特別養護老人ホーム長船荘
発行 広報委員会
長船町服部1141
(0869)26-5068

長船荘、開設25周年!



長船荘は6月6日(土)に開設25周年を迎えました!
この日は開設記念行事として、劇団花みずき様に公演をお願いいたしました。
「水戸黄門」の演劇に、皆様とても喜ばれていました。介護職員も飛び入りで
悪代官役を演じさせて頂きました。

利用者様、ご家族様、職員一同楽しいひとときを過ごす事が出来ました。
劇団花みずき様、ありがとうございました!



特別養護老人ホーム・ショートステイ

お大師参り



毎日、楽しく過ごせますように!!

藤見物



きれいな藤の花にうっとり♡

ジャガイモの収穫



母の日



お母さん
いつもありがとう♡

七夕



父の日



お父さん
いつもありがとう♡



星に願いを...♡

若葉会様 4月誕生日会



東備ジュニアオーケストラ様 母の日



福田コミュニティ様 7月誕生日会



天理教の皆様 清掃ボランティア



黒住教の皆様 清掃ボランティア



美和小学校交流会 3・4年生



皆様楽しませてくださりありがとうございました。



デイサービスセンター

えんどうの収穫



たくさんとれました^v^

おやつ作り



おいしい「みずらしだんご」
ができました。

熊山英国庭園



大滝山へ紫陽花見物



ソフトクリーム



つめとーて
おいしい^v^

ホッホッ♪
ハッハッ♪

笑いヨガ



公開参観日&地域交流会



おやつを食べながら
わきあいあい♪
ケアカフェタイム
^v^

大田和子さんと 楽しい仲間の皆さん



笑顔が
いっぱい

まみれ会の 皆さん



にこまる劇団 の皆さん



在宅介護支援センター



5月19日(火)にゆめトピア長船で「認知症サポーター養成講座」が開かれました。長船荘在宅介護支援センターは、キャラバンメイト応援隊として寸劇に参加しました。地域の皆様と交流し意見を交換しあう貴重な体験をさせて頂きました。今後ご期待下さい。





夏のおすすめレシピ



かぼちゃごま豆腐

地産地消を心がけ、瀬戸内市牛窓産かぼちゃを使ったごま豆腐を作ってみました。わさび醤油をつけるとまろやかでおいしいです。

栄養価 (1人分 かぼちゃごま豆腐のみ)
エネルギー 88kcal/塩分 0.1g



材料 (5人分)

- かぼちゃ……………200g
- ねりごま……………20g
- 豆乳(無調整)………200cc
- 粉ゼラチン…小さじ1杯
- 水……………小さじ2杯
- 醤油……………適量
- わさび……………適量

作り方

- 1 かぼちゃは種とわた、皮を取り除き、適当な大きさに切り、やわかく蒸しておく。
- 2 ゼラチンは分量の水でふやかしておく。
- 3 蒸したかぼちゃ・ねりごま・豆乳をミキサーにかけ、なめらかにする。
- 4 ③を鍋に移し沸騰直前に②を加え混ぜ、型に流し入れ、冷蔵庫で冷やし固める。
- 5 適当な大きさに切ってわさび醤油をかける。

抹茶蒸しパン



栄養価 (8号アルミカップ1個あたり)
エネルギー 90kcal/塩分 0.1g

材料 (8個分)

- 蒸しパンミックス…200g
- 水または牛乳……………140cc
- 抹茶……………小さじ2
- 甘納豆……………30g

作り方

- 1 ボールに蒸しパンミックスと牛乳・抹茶を入れさっくり混ぜる。
- 2 ①をカップに入れ甘納豆を散らす。
- 3 沸騰した蒸し器に入れ10分程度蒸して出来上がり。

*アレンジ

さつま芋1センチ角50g・ココア大さじ2でも美味しく出来ます。

長船荘からのお知らせ

◆◆◆ご利用料金についての重要なお知らせ◆◆◆

H27年8月1日より介護報酬の改定によりご利用料の変更があります。大幅にご利用料が変わるご利用者様もおられますのでご注意ください。また、詳しくは長船荘ホームページにも新しい料金表をアップしていますのでご覧ください。

◆◆◆訪問歯科診療所の変更について◆◆◆

H27年7月1日より訪問歯科の先生が変わりました。

一般的な歯科治療、義歯調整、嚥下訓練、口腔ケア等今まで以上にきめ細かい対応がして頂けるようになりました。

「草ヶ部歯科診療所」赤澤 洋 院長
岡山市東区草ヶ部913-12
TEL (086) 238-9840



◎誤嚥性肺炎の予防や経口摂取継続の為に、定期的な口腔ケアを是非お勧めします。

◆◆◆敬老会・第2回家族会の開催について◆◆◆

H27年9月21日(月)敬老の日 10:00～(食事後自由解散)

長船荘食堂・長船荘デイサービスにて

◎詳しくは文書にて改めてご連絡いたします。沢山のご家族様のご参加を心よりお待ちしております。

看護のコラム

高齢者の熱中症

大変暑い日が続いています。熱中症の原因に気をつけて予防しましょう。

—高齢者が熱中症になりやすい3つの理由—

★体温調節の低下

高齢になるにつれ汗をかきにくくなり、体温を下げるができなくなるため、体内に熱がこもりがちになります。

★気温に対して鈍感になる

皮膚の温度感受性が鈍くなることで暑さを自覚しにくくなり、衣服の調節や冷房の利用などによる体温調節が遅れがちになります。

★体内の水分量が少ない

高齢者の体内水分量は若年者に比べて少ない上に、のどの渇きを強く感じないため水分が不足がちになります。

※唇や舌が乾燥する、汗がでる、元気が出ない、体が熱っぽい…等の症状も熱中症サインのひとつです。「まだ大丈夫」と油断せず、涼しい場所へ移動、安静にして、水分を十分に取らしましょう。頭痛・吐き気・嘔吐により水分摂取が出来ない場合は迷わず病院で受診しましょう！

編集後記



「長船荘からのお知らせ」でも取り上げていますが、8月から介護保険の仕組みが変わります。お支払いいただくご負担金が大きく増える方もございます。ご不明な点や疑問に思われることがございましたら、お気軽に生活相談員、もしくは窓口までおたずねください。



長船荘ホームページはこちら→<http://www.okayama-chidori.or.jp/osafune/index.html>

長船荘行事予定表

8月	9月	10月
誕生日会	誕生日会	誕生日会
	敬老会	ミニ秋祭り
ホーム喫茶	家族会	お月見会
	お月見会	菊花展見物
散髪	防災訓練	衣替え
		散髪