

毛里田の風

9月号



法人理念： 「自分も周りもしあわせに！ そして、円満へ！」 平成31年4月1日制定

(説明) 仏教には『自利利他円満』という教えがあります。まずは、自分のために、それが満足したら、次に周りの人々のためになるように行動するという。他人の利益のために行う行動は、「利他行」といい、仏の行いであり、仏のこころでする菩薩行であります。しあわせも不しあわせもすべて自分次第。極楽も地獄もあの世だけの話でなく、毎日の実生活にあります。この理念を胸に、幼児教育、介護、障害者支援の業務を通し、自分も周りもしあわせに、そして、円満にしていきたいと思います！

社会福祉法人 毛里田睦会 理事長 長谷川俊道

施設運営の方針

「安心してやすらぎのある生活」を送っていただけるよう施設サービスの充実に努めます。

8月のご様子

8月27日14:30～すいか割りを楽しみました。



この時だけは自然と腕が上がり、力が入っておりました。

皆様一生懸命に棒を振り、何度も叩きました。紙製の棒のためなかなか割れませんが遠慮しながらも真剣な表情で「我こそは」と頑張っておられました。



すいか割りの後は大きめにカットされたすいかを皆様で美味しく、頂きました。



大きめのすいかを2ヶを準備しました。とても甘いすいかでした。



施設の正面玄関横の花壇に、大葉がたくさん生えました。面会にいらした際に摘んでいって頂けたらと思います。新しい軟らかい葉を摘んで召し上がってください。



ご存じですか？軽度認知障害 (MCI)

今回は、最近耳にする方も少なくないMCIの症状例をご紹介します。

- ・ 会話をしている中で同じ話をするようになった。
- ・ 先ほど食べたものや知人の名前、銀行口座の暗証番号など、これまでは忘れる可能性が低かったものを忘れる。
- ・ お金の計算やスケジュール管理ができなくなった。
- ・ 料理の味付け、仕事や車の運転などの様子が変わった。
- ・ 好きだった趣味活動をしなくなった。

などです。

9月の行事予定

9月14日（土）敬老会（バンド慰問）
9月21日（土）八木節（スバル民謡部慰問）



9月のお誕生者様

土生津様（86歳）
前原様（79歳）
村田様（84歳）



介護より

せん妄と認知症の違い

せん妄とは意識障害の一種で、軽い意識混濁のために注意力・記憶力・判断力・見当識が障害される病態のことです。特徴は、発症が急激であり数時間から数週間症状が持続して、日常生活機能障害が出現することです。一方、認知症の基本症状は、記憶・認知機能の障害であり、意識は基本的に清明で、症状の持続は永続的です。

医務より

「暑さ寒さも彼岸まで」といわれますが、天候が変わりやすいこの季節は、体調を崩しやすくなります。夏バテは通常は涼しくなってくると解消しますが、夏の生活習慣による冷えが原因で自律神経のバランスが乱れ、秋口になって症状が出ることを「秋バテ」と言います。秋バテの原因は大きく分けて2つです。1つめは、暑さ対策のため、冷たいものを摂りすぎて胃腸の機能が低下した「内臓冷えタイプ」。2つめは、冷房の効いた室内で長時間過ごしたための冷えや外気温との温度差のため、疲れや怠さがおこる「冷房冷えタイプ」です。どちらにしても血の巡りを良くし体を温めることが対策としては有効です。体調管理をしっかりし、秋を迎えましょう。



調理より

～お知らせ～

管理栄養士が産休のため、9月より管理栄養士が変更になります。

『9月の行事食』



16日敬老の日(昼食)お赤飯・茶碗蒸し・天ぷら
ほうれん草の胡麻和え・すまし汁・メロン
(おやつ)練り切り

21日秋分の日(昼食)栗ご飯・サンマ塩焼き

《秋刀魚について》



昔から食卓にサンマがのぼる季節になると、夏バテや肩こり、腰痛が治ると言われている。また、サンマには頭の良くなるDHAや動脈硬化を防ぐと言われるEPAが多く含まれている。さらに、目の老化予防に効くビタミンEや、風邪予防に効くビタミンA、貧血予防のビタミンB12なども豊富にあり、これにビタミンCのレモンと大根おろしを添えれば栄養満点である。

施設長

敬老の日が来ると思い出すが、祖母に教えられた、「ご飯粒は残さず食べなくちゃだめだよ、お百姓さんが大変な思いをして作ったお米だから一粒だって無駄にしちゃいけないよ」という言葉です。小さなころ言われたことですが、いまだにその習慣は続き、もったいない、物を大切に使う・長く使う、という習慣を身につけさせてもらいました。

何気ない一言でしたが、今でも思い出せます。自分の子どもにも言い聞かせていますが当時の私よりは響いていないようです・・・。

もうすぐ敬老の日です、感謝の気持ちを伝え、ゆっくりお話をする時間を作りたいと思います。

高橋 政巳

特別養護老人ホーム毛里田 連絡先

〒373-0016 太田市矢田堀町361番1 TEL0276-56-9357 Fax0276-56-9358

E-mail : info@tokuyou-morita.com

HP:https://www.tokuyou-morita.com/