



まろごと りんごと ご

第 21 号
2011年7月8日発行

社会福祉法人ジェイエー長野会
特別養護老人ホーム
りんごの郷
発行責任者：宮島功

長野県長野市大字穂保字町裏207番1
TEL: 026-296-1165
FAX: 026-296-1788
E-mail: ringo-ja3@i.wakwak.com
http://www.ringonosato.com

防災訓練



5月18日に昼間防災訓練がありました。今回は、東日本大震災があり、さらには増床後初めての防災訓練でもあり、一つ一つの手順を再確認し、災害に対する心構えをしっかりと持ち直しやすい機会になりました。長野県内でも地震や土砂崩れが発生し影響がでていきます。いざ、災害が起きたときにどのような対応がとれるか、それは、日頃からの心がけで大きく変わってくるものなのではないでしょうか。

もぎたてニユース

いしらうのお願いします

5月16日、地元の農家の方に、たくさんさんの「のびろ」をいただきました。早速、利用者さんに「のびろ」のこしらえをお願いしました。

利用者さんのテーブルの上に新聞紙を広げて、手際よく次々にこしらっていただきました。さすが主婦

歴？十年、昔の思い出話やらお話ししながら…いつの間にかいい香りの「のびろ」の山になり、たくさんさんの「のびろ味噌」が出来あがりました。ホールいっぱい季節の香りが広がり春を感じる一日になりました。



提供いただきました農家の方、いつもありがとうございます。

季節浴『よもぎ』

気持ちも体も

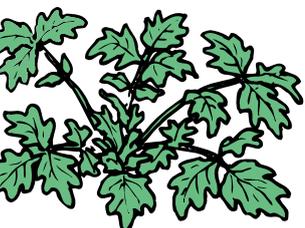
リフレッシュ！

5月下旬、春になり

草木も大いに育ち始めた頃、季節を楽しむお風呂その名も季節浴『よもぎ』が始まりました。

効能としては、血行促進や殺菌効果、香りには安眠・リラクセス

の効果があると言われています。今回の季節浴では、摘んだ『よもぎ』の汚れを落とし、そのままの形で浴槽に入れました。利用者の皆様も直に『よもぎ』を手に取り、香りを楽しまれ、昔は道端や土手などでよく摘んだことを思い出されました。



『よもぎ』ひとつにも、その方にとっての思い出はたくさんあるようです。



よってけや

6月21日、今年度初めての

「よってけや」（お菓子の販売）がありました。利用者さんの中には心待ちにされている方もいて、いろいろなお菓子を買われていました。今回は、ソフトクリームの販売もおこない、皆さんおいしくいただいております。

この「よってけや」には、ボランティアの方々に協力していただき露店の雰囲気



利用者に味わっていただくことが出来、楽しい一時を過ごすことができました。



天気の良い日は

リフレッシュ!!

天気の良い日も多くなり、時には外に出て散歩を楽しんでいます。なかでも、施設の中庭に毎年咲く、赤、紫、ピンクのボタンの花は、今年も立派に咲き、利用者の皆様にも大変喜ばれています。自然と会話も弾み「私とボタンの花どっちがキレイ？」なんて冗談も聞かれたりして・・・。



また、施設の周辺を散策する中でも、自然と触れ合い利用者の皆様の笑顔をたくさん見る事ができました。外の空気でリフレッシュされ、楽しい一時を過ごされました。



まるごとクッキング



暑さで食欲が低下しがちな夏こそ、多くの食材を利用して、栄養素のバランスをとりましょう。今回は、朝食・昼食・夕食に利用できる1品です。様々な組み合わせを工夫して、バランスの良い献立にしてみましょう。

☆朝食☆ ～オクラ納豆～

材 料 納豆40g、オクラ20g、添付たれ1袋、添付からし適宜

- 作り方** ①納豆はよくかき混ぜます。オクラはゆでて包丁でよくたたき、粘り気を出します。
- ②納豆、オクラを合わせ、添付たれ、からし（お好みで）を加えてさらによく混ぜます。

☆昼食☆ ～そうめん・エビごま汁～

材 料 そうめん（乾）80g、きざみのり1g、エビ60g、かたくり粉小さじ1、すりごま（白）小さじ2、だし汁1/2カップ、しょうゆ小さじ2、みりん小さじ2、万能ねぎ小口切り3g

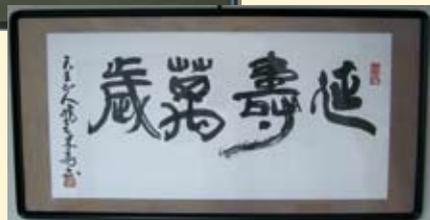
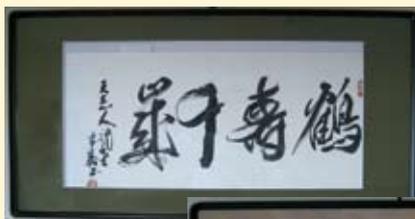
- 作り方** ①鍋にたっぷりの水を熱し、そうめんをゆでます。
- ②エビは殻と背わたを取って小さく切り、かたくり粉をまぶします。
- ③鍋にだし汁を熱し、エビを加えて煮ます。
- ④しょうゆ、みりんで調味し、ひと煮立ちさせ、ごまを振り入れます。
- ⑤器にそうめんを盛り付け、のりを散らします。
- ⑥器にごまだれを注ぎ、万能ねぎを散らします。

☆夕食☆ ～アジの南蛮漬け～

材 料 アジ1尾、塩1つまみ、小麦粉大さじ1/2、A（しょうゆ大さじ1/2、酢大さじ1、砂糖小さじ1/2）、長ねぎ5g、トマト30g、しそ1枚、揚げ油適宜

- 作り方** ①アジは三枚におろして一口大に切り、塩で調味し小麦粉をまぶします。
- ②長ねぎは白髪ねぎにし、トマトは角切りにします。
- ③揚げ油を熱し、アジをじっくり揚げます。骨も低温でじっくり揚げます。
- ④Aを合わせて、つけだれを作り、ビニール袋に入れて③のアジを漬けます。
- ⑤器にしそを敷き、④のアジを盛り付け、トマト、ねぎを飾ります。

りんご美術館



絵画の寄贈

利用者さんご家族のご心配により著名の方から絵画の寄贈をいただきました。施設へお越しの際は是非ご覧ください。

▲作者▼

財団法人 日本書写技能検定協会会長

同 毎日書道会顧問 内閣府認定 國展

名誉会長 大学教授 加藤達也 (京都府)

▲作品名▼

「鶴寿千歳」・「延寿万歳」(長寿を祝う言葉)

「慈愛」の3点

他 遊筆書道院会長 森田孤城 (東京都)

新構造社会員 桜井房子

(長野市赤沼出身・浅川在住)

介護まめ知識



地域密着型特別養護老人ホームとは

私たち りんごの郷は「特別養護老人ホーム」ですが最近よく聞かれるようになった「地域密着型特別養護老人ホーム」(小規模特養ともいわれています)をご説明します。

「地域密着型サービス」は、認知症高齢者や独居高齢者の増加等を踏まえて、要介護状態になっても住み慣れた自宅や地域で生活が継続できるようにする観点から、平成18年創設されました。

地域密着型の特別養護老人ホームの主な特徴は

- ・入所定員が29名以下と小規模であること
- ・居室は原則個室 (ユニット型を推奨)
- ・入所の対象は

原則として事業所の所在する市や町の住民で、要介護1以上の方

現在、長野市には3施設ありますが今後徐々に増えてくる予定です。

【お問い合わせ】りんごの郷ケアマネージャー 西澤利恵

ボランティア通信

施設をきれいに

梅雨の季節の中、天気もよく5月26日にJAながのケアワーカー「つくしの会」の会員の皆さんにより、施設の除草作業をしていただきました。

昨年もこの時期にお越しいただき、伸びていた雑草をきれいに取り除いていただきました。大勢お越しいただいたものの、そこは施設。さすがに広いため雑草の量も半端じゃありません。「さすがに一回じゃ無理だね」「もう一回やろうか」と大変な作業にもかかわらず、6月30日にも今期2回目の除草作業にお越しいただきました。

後日、利用者さんと施設の周りを散歩していた時に、きれいに除草されている庭を見て、「きれいになってるね。きれいなってると気持ちいいね」と話しが聞かれました。

JAながのケアワーカー「つくしの会」の会員の皆さん、いつもありがとうございます。ごじます。



これからの行事



7月

30日(土) ふれあい夏祭り23

16:30~18:30に、りんごの郷の駐車場にて行います。雨天の場合は中止とさせていただきます。催し物は長沼和太鼓チャレン見くらぶ、長沼アルプス楽団の皆様による演奏と歌を予定しております。飲食物等ご用意し、大勢の皆様のお越しをお待ちしております。

8月

13日(土)・16日(火) 迎え火・送り火

牛馬を利用者の皆さんと作ります。

9月

24日(土) 寿祭り

内容は現在検討しております。決定次第お伝えいたします。

6月~10月

外出ドライブ

赤沼のスーパーマーケットに出かけて、買い物を楽しみます。

おねがい

●夏祭りに、多くの皆様のご来場、お待ちしております。

●暑さも厳しくなってきました。衣替え(タオルケット含む)が、まだお済でないご家族様は、よろしくお願いたします。



新しいスタッフ紹介



根岸麻衣子 (介護職員)

まだなれずにご迷惑おかけしてしまうかもしれませんが、がんばりますのでよろしくお願いたします。



町田 典代 (介護職員)

早く利用者さんの顔と名前を覚えたいと思います。よろしくお願いたします。



山岸 靖 (介護職員)

4月から介護職員として勤務しております。利用者さんと「やさしく・ゆったり・よりそって」を基本に、誠意と情熱を持って頑張ります。よろしくお願いたします。



佐藤 康徳 (介護職員)

亡き母の介護を自宅でやっていたのが縁で福祉の道に進むようになり現場未経験の為、みなさまにはご迷惑をかけることが多々ありますが亡き母に出来なかったことをこれから介護を必要としている方々に弱輩者ですが少しでもお力添えになればと思っています。



湯本みす江 (食事パート)

一日も早く、皆様のお顔とお名前を覚えてお役に立てるように努力して参ります。皆様と一緒に楽しいひとときを過ごせるお手伝いをさせていただきます。どうぞ、宜しくお願いたします。



石坂 徳子 (食事パート)

5月よりお仕事をさせていただいております。覚えることがいろいろありますが早く覚えて皆さんのお世話をしていきたいと思っています。

平成22年度 りんごの郷収支報告書 (単位:千円)

勘定科目	本年度 決算	前年度 決算	増減	説明
事業活動収入計	347,789	325,393	22,396	介護報酬・利用者負担金 国庫補助金等取崩額 他
事業活動支出計	317,538	304,252	13,286	人件費・直接支出・管理 費 他
事業活動収支差額	30,251	21,141	9,110	
事業活動外収入計	1,441	2,082	-641	寄付金・雑収入 他
事業活動外支出計	0	0	0	
事業活動外収支差額	1,441	2,082	-641	
経常収支差額	31,692	23,223	8,469	事業活動収支差額+ 事業活動外収支差額
特別収入	91,400	0	91,400	施設整備等補助金
特別支出	95,403	3,588	91,815	本部運営資金 特別積立金繰入額
特別収支差額	-4,003	-3,588	-415	
当期収支差額	27,690	19,635	8,054	経常収支差額+ 特別収支差額
(繰越活動収支差額の部)				
前期繰越活動収支差額	54,873	43,238	11,635	
当期末繰越活動収支差額	82,563	62,873	19,689	当期活動収支差額+ 前期繰越活動収支差額
積立金積立額	-31,000	8,000	-39,000	修繕積立金取崩 積立金積立額
次期繰越活動収支差額	113,563	54,873	58,689	当期末繰越活動収支差額 -積立金積立額