



信頼と安心の“やなせ苑”
Trust and Peace of mind yanaseen

特別養護老人ホーム
やなせ苑

〒939-1313 砺波市柳瀬3
TEL(0763)32-3050
FAX(0763)32-6543
<http://yanaze.org/>

題字 砂田 順一氏

やなせの森



楽しいステージに
大喜び



利用者さんの
作品

2009やなせ苑まつり

目次

CONTENTS

- やなせ苑まつり..... p.2
- 特集「脳トレ」..... p.3
- 子育て支援・ショート改修について p.4
- 思い出アルバム p.5
- ボランティアさん募集 など p.6

2009 やなせ苑 まつり



9月27日(日)に「ここから、未来へ。みんな来て！見て！やなせ苑」をテーマとし「2009やなせ苑まつり」を開催しました。天候にも恵まれ、ステージでは、Gワールドの演奏。オールデイズの生演奏の迫力に感動しておられました。職員による出し物、抽選会も行われました。

飲食コーナーでは、今年も市内外の飲食店に依頼をし、出店していただきました。利用者の皆さんにとっては、一年ぶりのラーメン、焼き鳥を「楽しみに待っていたよ。美味しいよ」という声が聞かれました。



ゲームコーナーでは、「介護に関する」問題を解きながらスタンブラリーを行いました。

また、子育て支援ということで、職員の子供達(小学生以下)を招待し、未来を担う子供に福祉を知っていただく機会を作りました(ごとも参観日)。

多くの方々に支えていただき、また、地域の方々に足を運んでいただき、成功に終わりましたこと、本当に感謝いたします。



やなせ苑まつりにご支援いただき
ありがとうございます

●協賛いただいた方々

- ・福野観光社(株)
- ・スリーティー運輸(株)ヘルスケア事業部
- ・(有)重松
- ・(株)サンコー
- ・サムライラーメン
- ・秋吉
- ・ブルーランジェリーマシユー
- ・日本海ツーリスト(株)
- ・J.Sコーポレーション(株)
- ・はやし家(やきそば・やきいも)

●ボランティア団体の皆さん

- ・パナソニック
- ・半導体労働組合砺波支部
- ・パナソニックエレクトロニクスデバイス労働組合キャパシタ松江支部富山分会
- ・南砺総合高等学校井波高等学校
- ・となみ野高等学校
- ・砺波市連合婦人会



ご協力ありがとうございました

脳

認知症予防に トレーニングが効果的!!

脳を活性化しよう

年を取ると全身の機能が衰えますよね、脳も例外ではありません。皆さんも経験があると思いますが、最近物忘れが多くなったと感じたり、言いたい言葉がなかなか出てこないなど、思い当たることはありませんか？最近、それらが認知症の始まりであると考えられるようになりました。

他方、体の老化は、トレーニングの普及である程度維持することが可能で、ジョギングやヨガなどシニアの方でも可能な方法で実行されている方も多いと思います。脳もいろいろな刺激を与えることで、鍛えられ、機能が改善することが最近いわれるようになりました。

また、お子様や若い方も、脳を鍛えることによって創造力や記憶力を高め、我慢強くなるという効果が期待できます。

最新の研究により、「音読」や「計算」、漢字の「書き取り」が脳に効果的なトレーニングであることが明らかになりました。



声に出して読む・考える・鉛筆で書く・消しゴムで消す・書きなおす…
頭を働かせ、手や指を動かす、この毎日のくり返しが「心」と「体」と「頭」
の健康に役立つと考えます。

シニア向けの脳トレーニング用の計算ドリル・漢字の書き取りドリル等が市販されています。ゲーム機にも脳を鍛える大人用のソフトが販売されています。



トレーニングの ポイント

トレーニングは
継続することが
大切です

家族や友達と楽しみながらしましょう。

誰かといっしょにやったり、採点をしあったりしてコミュニケーションをとりましょう。お互いに刺激し合いながら楽しく続けましょう

決められた時間にしましょう。

十分な睡眠を取り、朝食を取ってからの学習が理想的ですが、朝できない方でも、決まった時間に続けることが大切です。(規則正しい生活の中で行うのが理想的です。)

毎日の習慣が頭の健康のひけつ。

頭の健康を維持するには、継続的に学習することがとても大切です。

頭の回転を速めよう。

スピードを速め、達成難度を上げていきましょう。時間制限にプレッシャーのかかる人は自分のペースで続け、少しずつ速めていきましょう。



育児や介護を行いながらも 安心して働ける職場を目指します

社会福祉法人 砺波福祉会では、財団法人21世紀職業財団 富山事務所長から「職場風土改革促進事業実施事業主」として指定を受け、仕事と家庭の両立支援の取り組みを今後2年間にわたり、計画的に進めているところです。

女性の多い職場でもあり、育児や介護を行いながらも安心して働ける職場をめざしていきます。また、職員1人1人が生き生きとその能力を十分発揮できるように環境を整備し、サービス利用者様によりよい介護をご提供できるよう、取り組んでまいります。

社会福祉法人砺波福祉会 理事長 加藤 清和

Q 育児休暇を取得した職員に感想を聞きました。

Bさん(男性)

長女が生まれた時に4日間の育児休暇を取得しました。世の中には取得したいお父さんはたくさんいると思いますが仕事の関係上、理解が得られない等々あると思います。

当苑では、事業者側から声をかけてもらったので、出産にも立ち会えました。そういった取り組みが働く本人だけでなく、家族にも安心感を与えられるのではないのでしょうか。



Aさん

妊娠中も具合が悪くなり、突然休んだりして迷惑をかけましたが、無事出産し、1年くらいの育児休暇が取れて、ゆっくり子育てができて助かっています。また長い間、母乳をあげることもできました。



Cさん

1年間の予定で育児休暇をとっています。子供と過ごす時間をいただけたことで、成長を間近で見ることができ、親としての実感を味わっています。この時間が、仕事復帰するうえでの活力となりそうです。



ショート棟 ホールを 改修します

ホールでゆったりすごしていただくために、
ショート棟ホールを改修します。
現在の乾燥室あたりに新しくホールができます。
完成は12月の予定です。



あの日あの時

思い出 アルバム



お花見

庄川の桜を
観賞しました。



やすんごとのもちつき

目の前でついたできたての
おもち。とてもおいしくいた
だきました。



松風会 慰問

すばらしい詩吟・詩舞にみな
さん見入っていました。



外食ツアー

きときと寿司でワンコインで
このボリューム!
おなかもいっぱいで大満足で
した。



青空昼食会

中庭で昼食をいただきました。
場所が違えば味も格別! ?で
した。



流しそうめん

三世代交流の一環として子供
たちと流しそうめんをいた
だきました。



来苑される皆様へお願い

県内でも、新型インフルエンザの発生が確認されています。来苑される皆様には、次のことを必ず守ってくださいますようお願い申し上げます。

- ① 配置のマスクを着用してください。
- ② 配置の消毒液で、必ず手指を消毒してください。

また、これからの季節、感染症（ノロウイルス）などの流行も懸念されます。

発熱、咳などの症状がある場合には、来苑をお断りするごこともありますので、ご了承ください。



新型インフルエンザなどの発生状態によつては、在宅系サービスが臨時休業する場合があります。あらかじめ、ご了承くださいますようお願いいたします。

ボランティア募集について

個人ボランティア

- ・ 玉のれん製作のお手伝い
- ・ 話し相手
- ・ 趣味活動の指導、お手伝い（編み物、折り紙・パッチワーク等）
- ・ 書道、絵画などの指導
- ・ 送迎車のタイヤ交換
- ・ 囲碁、将棋の相手

グループボランティア

- ・ シーツ交換、外出介助、清掃
- ・ 音楽活動や手品など

「約1000名!!」やなぜ苑と庄東デイサービスセンターでの一年間のボランティア活動の延べ人数です。

ボランティア活動には、グループ活動と個人の活動があります。それらは定期的に継続するものと、単発的に来ていただくものがあります。

右枠内はボランティア活動の例ですが、自分の得意なこと、無理の無い範囲で、曜日や時間を決めて活動していただけます。

まずは、連絡してください。施設内を案内いたします。

感謝申しあげます

たくさんの方の寄付をいただき、まことにありがとうございます

● 寄付品

土田 恭子様	堅田 毅様
舘 光子様	八田 正晴様
林 寛子様	法嶋 節子様
岡部 忠臣様	遠田 泰子様

● 寄付金

清原 孝志様

〈順不同〉

ありがとうございました。



● ● ● 編集後記 ● ● ●

台風18号が、本州を通過しました。やなぜ苑でも、在宅サービスで臨時休業、短期入所でも入退所日の変更など皆様にはご迷惑をおかけしました。苑でも万が一の時に備え準備していましたが、大きな被害もなく、無事に一日が過ぎていき、ホっとしています。短い夏も(特に今年)は過ぎ、秋も深まり、寒い冬がやってきます。今年、新聞によると「暖冬」ではないかとのことでしたが、どうでしょうか?そしてこれからは感染症などの流行も... 気分的に落ちついて過ごせるのはいつになるのでしょうか?