

とんがりぼうし

平成26年 2月発行 第26号

基本理念 共働・共生・共感

〒309-1107 筑西市門井 1687-1 社会福祉法人 恒徳会 董授園 ☎0296-57-3400

発行責任者 大泊 幸三 編集委員 中原 誠・市村 真幸



目次

- 良い睡眠を！！ 董授園忘年会 新しい仲間（2）
- 日帰り旅行、東武ワールドスクウェアに行ってきました。（3）
- とんがり工房より、董授園からのお知らせ、編集後記（4）

良い睡眠を！！

睡眠は、一日の疲れを癒す大切な時間です。体は睡眠中に細胞の修復や再生、免疫細胞を活発に働かせ、体のメンテナンスを行い明日への活力を養います。質の良い睡眠がとれないと、翌日体にだるさが残ったり、頭がボーッとして注意力や判断力が低下します。さらに眠れない日々が続くと、免疫力が低下し風邪をひきやすくなったり、うつ病や生活習慣病にかかる可能性も高くなります。起床就寝時間を一定にし、昼夜のメリハリをつけて体内時計を整え、生活リズムを作って健やかな毎日を過ごしましょう。

看護師 谷島 朋子

平成25年度 堇授園忘年会



今年度の忘年会は、余興として、筑西市ボランティア団体「豊遊会」様によるマジックやフラダンスを披露していただきました。その他にも、職員と利用者による大正琴の演奏やカラオケを行いました。緊張している様子も見られましたが、練習の成果を発揮して、会場より大きな拍手が送られていました。また、会場のディスプレイには余暇活動において今まで作成した物を飾り、和やかな雰囲気の中、利用者の方達や来賓の皆様、職員一同楽しむ事が出来ました。

生活支援員 門井 施樹

新しい仲間 皆さん宜しくお願い致します。



梶間 利昌さん

平成25年 9月 5日入所

上野 雅之さん

平成26年 1月 14日入所

退所された方

遠藤光秋さんが平成25年12月17日に特別養護老人ホームへ施設移動となりました。

東武ワールドスクウェアに行ってきました！！

平成25年11月12日



日帰り旅行

11月12日に、日光の東武ワールドスクウェアと3D宇宙恐竜館に行ってきました。利用者21名が参加し、同行した職員共々、楽しい1日となりました。

日本や世界各地の名所がミニチュアとなって展示されており、班ごとに心ゆくまでゆっくりと見学する事ができました。昼食も様々な種類があり、各班ごとに好きな所で、好きな物を食べ楽しんでいました。

日常生活から少し離れ、世界各地の名所を巡りながら、新鮮な空気をたくさん吸ってとても良い気分転換となりました。

生活支援員 安達 はるみ



利用者より

- ・ミニチュアでも、スカイツリーが大きくてびっくりしました。どれも本物そっくりでした。 Yさん
- ・初めて行ったけど、どの建物も思っていたより大きかった。人や車も動いていたのでよく出来ていると思った。 Nさん
- ・日光は寒かったけど、東武ワールドスクウェアに行けて楽しかったです。 Mさん

とんがり工房より



新しく 2 種類のパンが発売しました。「たっぷりチーズのフランスパン」(写真左)と「チョコブレッド」(写真左)です。

「たっぷりチーズのフランスパン」は 2 種類のチーズをたっぷりと使用しており、焼き立て時には溶けたチーズが味のアクセントになっています。時間がたって冷えてしまった場合にはレンジ等で温めてから召し上がるのがおすすめです。販売当日

の朝、生地作りから始める為、販売は月曜日～金曜日 11 時 30 分過ぎからとなります。

「チョコブレッド」はチョコが何層にも重なり、どこを食べてもきちんとチョコの風味を感じることが出来ます。甘さも意外とあっさりとしています。好みの厚さに切ってトースターで焼くとカリッとした食感と香ばしさが加わり、より一層おいしくお召し上がりいただけます。販売は月曜日と木曜日だけの限定販売となります。

両商品ともに当方の都合により販売できない場合が御座いますが、ご了承ください。販売時に見かけた際にはぜひ一度ご賞味ください。

とんがり工房 担当 市村 真幸

堇授園からのお知らせとお願い

面会簿を新しい物に変更します。従来はノート形式でしたが、平成 26 年 3 月より利用者 1 名につき 1 枚の面会用紙となります。お手数ですが、面会時には必ずご記入いただき、職員にご提出をお願いいたします。感染症や不審者対策等の為にもご理解・ご協力をお願いいたします。

編集後記

寒さが厳しい日々が続いておりますが、いかがお過ごしでしょうか。ノロウィルスやインフルエンザが流行していますので、手洗いやうがい等を常に行い、予防に努めていきたいものです。今年は 4 月の消費税増税を始めとした、私達の生活に直接関わる大きな社会変化が訪れる年でもあります。そのような中で、将来に期待をもてる話題もありました。理化学研究所で研究リーダーとして、再生医療の研究をしている小保方晴子さんが、30 歳という若さではあるが、STAP 細胞という万能細胞の作成に成功したとのニュースです。以前にノーベル医学賞を受賞された、京都大学の山中教授が発見した iPS 細胞に匹敵するような細胞で、人間の細胞でも成功すれば、病気や事故で失った機能を取り戻す再生医療への応用が期待されています。「どんな細胞にもなれる万能細胞を作成する過程には、ものすごい苦労と失敗の日々だった。明日この研究を失敗したら、もうやめようかと思い、悔しくて何度も泣き明かした夜もあったが、必ず周りで支えてくれる。助けてくれる人がいたから頑張れた」と話していたのが印象的でした。小保方さんのように、常に努力しながら、諦めない気持ちで辛抱強く挑戦する前向きな姿勢は、私達にとっても大切な事だと実感しました。

職業指導員 中原 誠