



# 長船荘だより

SUMMER 夏号

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

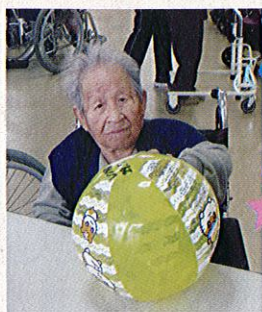


今年も、母の日・父の日には、ご家族様からの感謝の気持ちを添えたカーネーションなどが多く届き、本当にありがとうございました。  
当たり前のことですが、どんなに歳を重ねても皆さま母親・父親なんですね…  
ご家族思いの優しい表情がたくさん撮れました。「ありがとう」の気持ちが伝わる素敵な一日でした。



# 特別養護老人ホーム・ショートステイ

## ゲーム大会



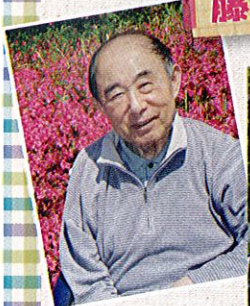
盛り上がりって!(^^)!  
楽しかった!!

## お大師参り



今年もおかげを頂きに参りました

## 藤見物・外気浴



いいお天気には、外に出てリフレッシュ!

## 春の収穫祭



“ビックリ”するほどの  
大きな大根が取れました(\*\_\* )

## 七夕



みんなの願いが届きますように

## 百寿



おめでとうございます

いつも元気な石原八枝香様、  
一〇〇歳おめでとうございませう。  
長寿の秘訣は何事も若い人に  
負けない気持ちを持つ事との  
ことです。

## 岡山アコーティオンクラブ様 4月誕生日会



## 東備ジュニアオーケストラ様 母の日



## 千手銭太鼓“やまびこ”様 6月誕生日会





# デイサービスセンター

夏のドライブは「鷹取醤油」さんに  
**ソフトクリーム&  
お買い物**



**アルプホルン**



フレッチホルン

アルプホルン



長い木でできた  
アルプホルン!!  
さあると長生きが  
できるのか!?

山口県からホルン奏者の  
蔵田亜由美様が慰問に来て下さいました。  
初めて見るアルプホルンに皆様興味津々(\*^^\*)  
素敵な音色を楽しみました♪

はざっ♡

デイサービス 生活相談員  
**武藤 正幸**

## 職員紹介コーナー

今回は職員のプライベートをのぞきみ♡

デイサービス 主任  
**大谷 美栄**



休日は友人と  
ソフトボールの練習や  
試合をして  
汗を流しています!



趣味の卓球で  
頑張りました

今年初めて年齢ダブルス  
全国大会に出場

ちょっと自慢 ♪

## 長船荘在宅介護支援センター

### 長船荘在宅介護支援センターからのお知らせ

介護問題や介護保険のことで困っている方いらっしゃいませんか?  
地域の集まりにもお話に行かせてもらいますので、お声掛け下さいませ  
長船荘在宅介護支援センター (0869) 26-4772まで



皆さま  
楽しませて  
いただき  
ありがとう  
ございました!

西鶴山小学校様  
交流会



美和小学校様  
交流会



フラおさふね様  
開設記念日





# 厨房からこんにちは



収穫祭



今年も長船荘の園庭で育った野菜の収穫をしました。大根は、大根サラダでジャガイモは、コロッケにして利用者様に食べていただきました。

## 看護の コラム

### 一気をつけたい夏の病気

#### ◀脳梗塞は夏に多い▶

脳梗塞と聞くと寒い冬の病気だと思う人が多いのでは??夏場にも、多く発症する事が明らかになりました。脳梗塞が起こりやすい時期と時間帯には特徴があり、6月~8月の夏場、睡眠中と朝の起床後2時間内に集中して発症しやすいと言われています。

#### 脳卒中予防の10か条

1. 手始めに高血圧から治しましょう
2. 糖尿病放っておいたら悔い残る
3. 不整脈、見つけ次第すぐ受診
4. 予防には、タバコをやめる意志を持って
5. アルコール控えめは薬、過ぎれば毒
6. 高すぎるコレステロールも見逃すな
7. お食事の塩分・脂肪、控えめに
8. 体力に合った運動、続けよう
9. 万病の引き金になる、太り過ぎ
10. 脳卒中、起きたらすぐに病院へ

起床時には、血圧が上昇しやすいため、就寝前と起床後にコップ1杯程の水を飲むことで、夏の脳梗塞予防にもつながります。



## 施設清掃のボランティア

4月29日(土・祝)に天理教岡山教区東部支部の皆さまが、5月27日(土)に黒住教磯上教会所の皆さまが、施設の草刈・草取に来てくださいました。ご協力下さいました皆さま、ありがとうございました。



天理教 岡山教区東部支部 様



黒住教 磯上教会所 様

## 人材育成研修会



## 研修に取り組んでいます

6月28日(水)岡山千鳥福祉会 人材育成課長 高垣氏が講師を務め、人材育成の理想と現実についてお話がありました。なぜ人材育成が必要なのか。業務には全て目的がある事を理解して働いているか。コミュニケーションの大切さ。そして人材育成の取り組みを通して生じた、喜びと忍耐についてなど、今後の業務に活かされる内容が多く、胸に響くお話でした。

## 編集後記

本格的な夏がやってきました。今年も暑くなるそうです。長船荘でも、熱中症・脱水症の予防について研修を行うなどして、ご利用者・職員双方の健康を保つことができますよう努めています。家庭においても、冷房の使用や水分・塩分の補給で予防を行い、夏を乗り切っていきたいと思います。



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
ホーム喫茶	敬老会	ミ二秋祭り
	家族会	お月見会
		菊花展見物
		衣替え
散髪	防災訓練	散髪