

菜の花だより

平成30年 7月号
第73号
編集：ハビリス広報委員会

〒448-0003 愛知県刈谷市一ツ木町4丁目41番地4
医療法人豊田会
介護老人保健施設 ハビリス 一ツ木

TEL <0566> 29-3611
FAX <0566> 29-3621
E-mail: habirisu@dream.ocn.ne.jp
http://www.toyota-kai.or.jp

雨もまた楽し

みなさまお元気ですか。今年もまた梅雨の時期がやってきました。ほぼ平年並みの時期で、じめじめ梅雨らしい天気が今のところ続いています。この原稿が印刷される頃は明けて真夏かもしれませんが、時節がら食あたりなどには十分ご注意ください。

さて今回は“雨もまた楽し”と題していろいろ雨にまつわる歌について書いてみたいと思います。私がまず思い浮かべるのは「雨にぬれても」ー。邦題「明日に向けて撃て!」という、1970年代アメリカンニューシネマを代表する映画の主題歌です。実在の列車強盗のブッチ・キャシディ、サンダンス・キッドとその恋人を、ポール・ニューマン、ロバート・レッドフォード、キャサリン・ロスが演じた無法な若者が追われて南米ボリビアで壮絶な最期を遂げる逃亡物語。ロバート・レッドフォードがキャサリン・ロスを自転車に乗せて小雨の中を走り回るシーンでの挿入歌。バート・バカラックが作曲、B.J.トーマスが歌い、当時この曲も大ヒットしたのでご存じの方も多いと思います。♪ Raindrops keep falling on my head という歌い出しのフレーズは今でもふと口をついて出てくるような軽やかなメロディーでした。他にも雨が題名につく曲はたくさんあります。古くはジーン・ケリーが歌う「雨に唄えば」も誰もが聴いたことのあるものでしょう。格調高くブラームスのバイオリンソナタ第1番は、雨の歌という副題がついています。これは、3楽章に彼の歌曲「雨の歌」のメロディーが使われていることからきているそうです。歌曲「雨の歌」の詩を書いたのは、クラウド・グロートという詩人であり、彼をブラームスに紹介したのはクララ・シューマン。ブラームスはグロートの詩に曲を付けて、クララの誕生日にプレゼントしたそうです。歌曲をととても気に入っていたクララのために、そのメロディーを用いてブラームスが新たに作った楽曲。なんと美しい情感豊かなメロディーでしょう。ほかにも童謡、演歌、ポップスと雨にまつわる曲は数知れず。みんなで雨にまつわる歌のカラオケ大会などもいいのではないのでしょうか。みなさまもお気に入りの曲で梅雨を吹き飛ばして元気にお過ごしください。



施設長
深谷直樹

母の日会や遠足などいろいろなイベントが各フロアで行われました。

2-2F

デンパーク遠足

春の遠足で、安城市のデンパークへ行ってきました！

当日は天候にも恵まれ、青空の下で散策することができました。30℃近い気温でしたが、木陰では涼しい風が通り、普段あまり施設の外に出られない利用者さまにも外の空気を感じていただけたと思います。大きな風車を眺めたり、きれいな花を見たりとご家族と共に、思い思いの場所を回っていただきました。メルヘン号という汽車に乗って園内をぐるっと回ることもでき、「いろいろな花が見られてきれいだった。」「楽しかった。」と感想をいただくことができました。



もちろん、恒例のお弁当やアイスクリームもおいしくいただきました。

参加された皆さまに笑顔の花が咲き、良い遠足になったと思います。

2棟2階 酒井 浩樹



1-3F

母の日会

5月13日に母の日会を行いました。利用者さまと、そのご家族にもたくさん参加していただきました。ご家族に書いていただいたメッセージカードを職員が代読すると、笑顔で「ありがとう」と喜ばれ、中には涙を流す利用者さまもいらっしゃいました。お菓子とジュースを楽しみながら、メッセージカードを眺めたり、ご家族からの感謝の気持ちを受け取って喜んだり、笑顔がたくさん楽しめた会となりました。1棟3階 越田 優太



ダイケア

春の喫茶

4月19日に「春の喫茶」を行いました。

テーブルには花を飾り、職員はエプロン姿で、カフェらしくおもてなしをしました。メニューは桜の花を浮かべた、ちょっぴり塩味のきいた「桜茶」と、桜あんの甘い香りがする「桜饅頭」を季節限定で提供しました。さわやかな春の季節を感じると共に、どこか懐かしさも感じられ、利用者さま同士、会話が弾み笑顔も見られました。春を連想するクイズも行い、楽しいひとときを過ごしていただきました。

ダイケア 平木 志穂



1-4F

母の日会

5月12日に母の日会を行い、たくさんの利用者さまが参加されました。ケーキとお好みのジュースを飲みながら、ご家族に書いていただいた手紙を女性利用者さまへ読んでいただき、また職員が代読して感謝の気持ちを伝えると、



「ありがとうね」と笑顔が見られました。苺のケーキやチョコレートケーキを食べて「おいしいね～」と談笑しながら、口の周りにチョコを付けている利用者さま達の笑顔を見て職員も笑顔になり、多くの笑顔と感謝であふれた母の日会になりました。

1棟4階 原田 貴恵

1-2F

お花見

3月の下旬に利用者さまと施設の前にある、あさぶ公園へお花見に行きました。暖かい日が続いたため、今年は早く満開になりました。皆さま笑顔で、「綺麗だねえ、何回でも見に来たいねえ。風で散るのも見られてうれしい。」と喜ばれていました。ある利用者さまは膝の上に飛んできた花びらを集めて嬉しそうに持ち帰られていました。短い時間でしたが春風と日差しに当たることができ、楽しい時間を過ごすことができました。

1棟2階 岡田 明美



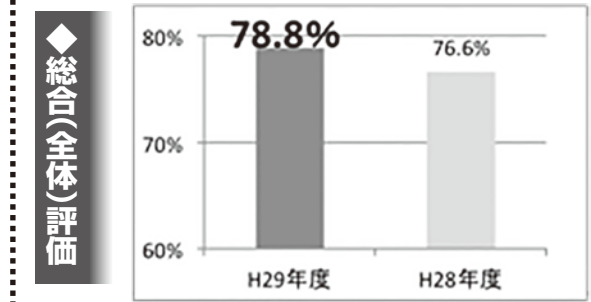
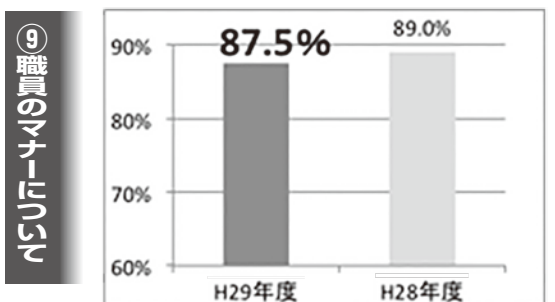
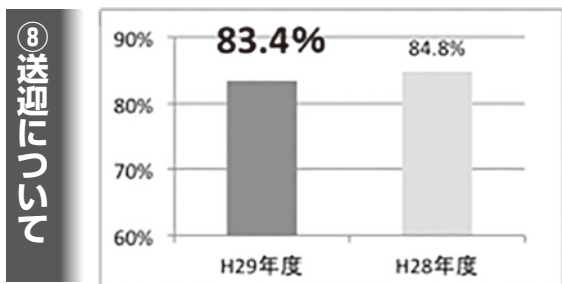
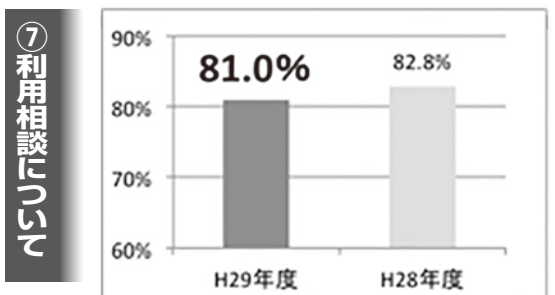
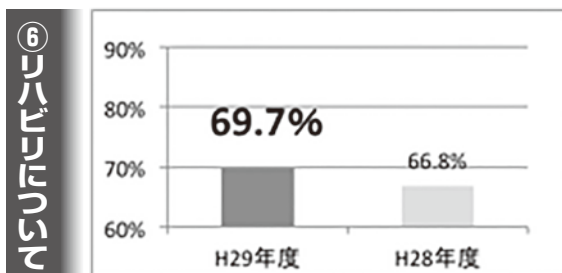
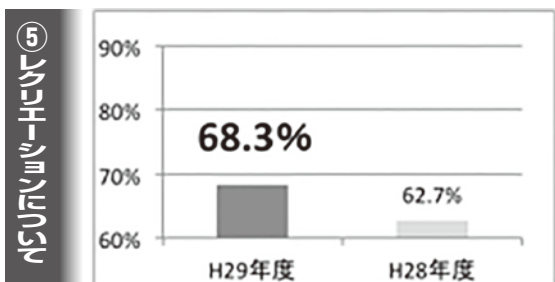
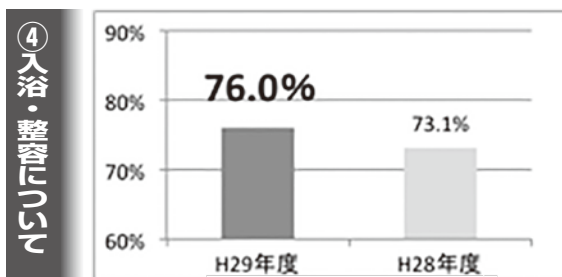
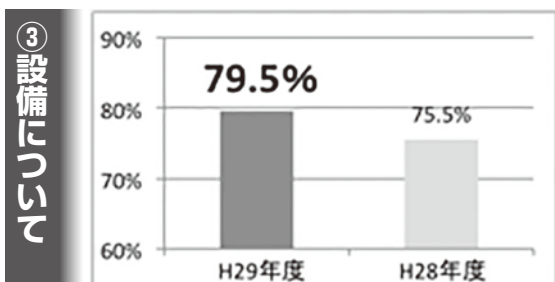
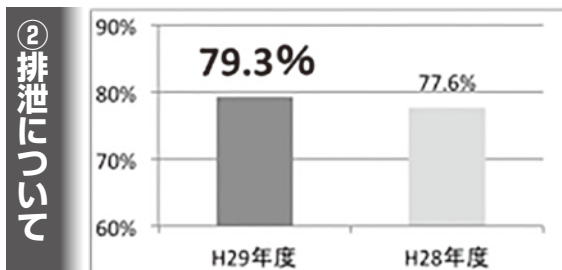
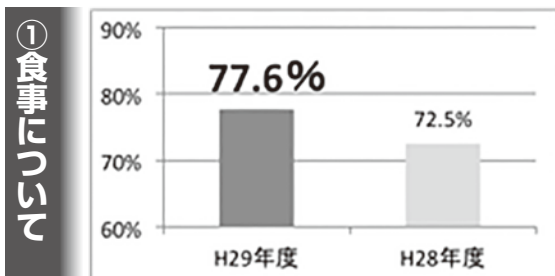
平成29年度 顧客満足度調査アンケート 結果報告

昨年11月から12月にかけて実施いたしました『顧客満足度調査アンケート』に、たくさんの方々にご協力いただき、ありがとうございました。

アンケート結果がまとまりましたので、ご報告いたします。※アンケート回収率：53.6%

アンケートの「満足している」、「やや満足している」の回答は有効回答数の**78.8%**でした。

その中の大項目9つと総合（全体）評価について、昨年度と比較したデータを掲載いたします。



「満足している」
「やや満足している」
78.8%

昨年度より総合（全体）評価で**2.2%改善**という結果となりました。

皆さまからの貴重なご意見をいただき、ありがとうございました。
お寄せいただいた貴重なご意見・ご要望をもとに今後の施設運営に
反映し、より良いサービスが提供できる施設を目指してまいります。

広報委員会

健康だより



2018年7月発行

日焼けについて



なぜか日差しの強いところに長時間いると疲れる気がする…。太陽光を浴びると疲れるのは本当です。日差しの強いところで長時間過ごすとも日焼けをしますが、日焼け＝疲れではなく太陽にあたるのが疲労の原因なのです。

紫外線を浴びると体がダメージから身を守るために「活性酸素」という物質を作りますが、活性酸素は増えすぎると自分自身の細胞も傷つけてしまいます。そのため今度は活性酸素を体外に排出しようとするのですが、大量に作られると排出が追いつかず、疲労物質が蓄積されて疲労感を感じるのです。

日焼け後の疲れを1日も早く回復させるには

1. 睡眠をとる

睡眠をとることによって代謝を促し、傷ついた細胞を修復再生することができます。また、疲労の原因である活性酸素の除去も睡眠中に行われます。

2. ストレッチなどの軽い運動を行う

体を動かすと血流が良くなり、老廃物が排出されやすくなるため疲労回復が早まります。

3. 水分補給も大切

水分不足になっていると血流が悪くなり、体の働きが低下します。積極的に水分補給することが疲労回復の近道となります。

一年の中でもっとも紫外線の多い夏は、帽子や日傘、日焼け止めなどを使って紫外線を浴びないようにすることが大切です。最近はUVカット加工された腕カバーなど紫外線予防グッズも色々出ていますので、試してみるのも良いでしょう。



1棟3階 市川 薫

管理栄養士の健康レシピ ゴーヤの肉詰め

とっても優秀な食材ゴーヤを使ったレシピ
ビタミンCを非常に多く含み、加熱処理を
しても消失しにくいのが特徴です！

材料〈1人分〉

ゴーヤ	70g
鶏ひき肉	40g
玉ねぎ	30g
人参	10g
パン粉	10g
牛乳	15g
こしょう	少々
小麦粉	適量
サラダ油	大さじ1
ソース又はポン酢	適量



栄養量 1人前

エネルギー量	223kcal
タンパク質	11.0g
炭水化物	11.8g
食物繊維	2.9g
ビタミンC	59 mg



- ①ゴーヤは1センチくらいの輪切りにして中のわたを取り除き、さっと湯がく。
(苦味が気にならない方は湯がなくてもOK)
- ②湯がいたら軽く水気をふき取り、小麦粉をまぶす。
- ③Aの材料をこねておく。
- ④ゴーヤにAを詰める。
- ⑤フライパンを熱して油をしき、肉とゴーヤに火が通るまで両面焼く。
- ⑥お皿に盛り付けて、できあがり。ソースやポン酢など、お好きな味で召し上がって
ください。

管理栄養士 辻 佐枝子

秋まつりボランティア 募集のお知らせ

毎年8月に開催してきました夏まつりを、今年より秋まつりへ変更しました。10月6日(土)開催予定です。利用者さまの付き添い、模擬店担当のボランティアを募集しています。やる気のある元気な方、お申し込みをお待ちしています。

担当: 事務部 中村 0566-29-3611

ユニフォームが替わりました

4月から看護介護職員のユニフォームが替わりました。職種でデザインが違い、さらに上下2パターンずつカラーバリエーションが増えました。

カラフルになったユニフォームで彩りも華やかになったハビリスをお楽しみください。



事務部

編集 後記

蝉の鳴き声が聞こえるようになると子供たちの夏休みが始まります。また、30℃を超える暑い時期もやってきます。気温や室温に注意し、水分補給をこまめに行い、熱中症にならないようお過ごしください。

広報委員会

お問い合わせ



医療法人豊田会 介護老人保健施設

ハビリス 一ツ木

HABILIS

〒448-0003

愛知県刈谷市一ツ木町4丁目41番地4

TEL.0566-29-3611

FAX.0566-29-3621

http://www.toyota-kai.or.jp