

さかえ通信

VOI.44

交流のある地域の
「ドレミの保育園 様」から、
手作りの壁画を
いただきました！



CONTENTS

P2 さかえハートみらい
P3 さかえグリーンハート川口
P4 さかえグリーンハート美術館通り
P5 さかえライフハート美術館通り
P6 さかえライフハート安積
P7 さかえハートホーム矢吹

P 8 さかえサンライズハート
P 9 さかえマイハート希望
P10 さかえデイサービスセンター
P11 さかえ居宅介護支援事業所
さかえ内科クリニック
P12 介護施設イベント行事風景・お知らせ

さかえハートみらい

～敬老会～

9/13（金）に敬老会を行いました。
長寿の祝いを迎えられたお客様に施設長より感謝状
が贈られました。嬉しさのあまり、涙される方もいらっ
しゃいました。いつまでもお元気でください。



～芋煮会～



10/10（木）に芋煮会を行いました。
お客様とスタッフとで芋煮の材料を切り、芋煮
を作って昼食に食べました。自分たちで作ると
おいしいねと笑顔で話されていました。



～芋掘り～

ハートみらいの畑で昨年より多く植えたさつま
芋も収穫の時期となり、さつま芋掘りを行
いました。大きなさつま芋が掘り起こされる度に
歓声が上がり楽しい時間を過ごすことが出来
ました。収穫したさつまいもは後日おやつに提
供されおいしくいただきました。



～おやつレク～



通所リハビリでは、おやつレクリエーションで『お月見団
子』を作りました。里芋とご飯を混ぜ合わせ、お団子の
ように丸めホットプレートで焼き、香ばしいにおいがして
きたら出来上がりです。味はお好みで味噌・ずんだ・あ
んこの中から選んでいただきました。
里芋が入っていることに驚かれたり、おかわりされる方も
いらっしゃいました。

さかえグリーンハート川口



入居者様代表！
お祝いのお言葉頂きました。

9/16 敬老会
フラダンス・ボランティアの皆様にて発表して頂き、
敬老の日のお祝いをしました。



おめでとうございます！



さかえグリーンハート美術館通り



夏祭り



大道芸人ぼろすけ様のパフォーマンスやさまざまな演目に皆さまとも楽しまれていました。お昼には焼きそば、かき氷などのバラエティに富んだメニューに「どれにしようかな」と迷われている方もいらっしゃいました。午後からはすいか割りを行ない、すいかが見事に割れると「おおー！」と大きな歓声が上がりました。素敵な夏の思い出となりました。

流しそうめん



涼しげに流れるそうめんを見てお椀いっぱいこそうめんをすくい上げ「美味しい！」と満足げに召し上がられる方など大変盛り上がりました。メロンやマンゴーなどのフルーツやゼリーなど変わりダネも大好評でした。



敬老会



祝寿として4名の方に表彰状が授与されました。また、ドレミの保育園の園児達のダンスや入居者様ご家族様によるハーモニカの心温まる演奏など皆様楽しめました。園児達からは、ハート型のカードを頂きとても喜ばれていました。



芋煮会



入居者様に切って頂いた野菜を入れた具だくさんの芋煮汁を調理しながら焼き鳥や綿あめを楽しまれました。

行事食

山の日

8月11日(日)

- ・フライ盛合わせ
(エビフライ・かぼちゃ)
- ・豆腐の磯辺揚げと玉子焼き
- ・フルーツ(スイカ)
- ・なるとと万能ネギのすまし汁
- ・きのこごはん



敬老の日

9月16日(月)

- ・フライ盛り合わせ
- ・揚げ茄子の生姜醤油あえ
- ・フルーツ盛り合わせ
(巨峰・マンゴー)
- ・みつばとなるとの清し汁
- ・栗入り山菜おこわ



さかえライフハート美術館通り

花火大会

8月17日（土）に、花火大会を行いました。夕食後、利用者様と一緒に、手持ち花火や吹き出し花火を行い、楽しい時間を過ごしていただきました。



流しそうめん



8月23日（金）流しそうめんを行いました。利用者様は、流れてくる素麺やミカンを嬉しそうにお食べになり楽しい時間を過ごしていただきました。



★敬老会★

9月20日（金）に敬老会を行いました。「尚志幼稚園」の可愛い年中さんの歌やキノコダンスに思わずニコリ。今年は5名の方が古希・傘寿・米寿・卒寿を迎えられお祝いの色紙やプレゼントをしました。



★お月見★



9月17日にお月見を行いました。利用者様たちと一緒に、皆様の健康や幸福が続くよう祈りを込め、お飾り用のお団子を作り、ススキと一緒に飾り付けをしました。おやつ時間に皆さんで美味しくお月見団子をいただきました。



★お誕生日企画★

【9月（外食・外出）】
ご家族と一緒に個々のお祝い企画を行い、楽しい時間を過ごしていただきました。



★外食ツアー★

10月7日～10月10日にかけて、大好きなお寿司を食べに外食ツアーを行いました。大好きなお寿司や茶碗蒸し・デザート等を注文し、皆様満足げにニコニコされ美味しそうに食べていらっしゃいました。



さかえライフハート安積

なつまつり



開設8周年「夏祭り」
 フラダンス・ゲーム・焼鳥・フランク・スイ
 カ割りなど盛りだくさんの夏祭りでした。
 ご家族の皆様・地域の皆様と楽しい
 時間を過ごすことができました。



敬老会



祝
 敬老会が開催されました。
 オカリケ夢クラブさんによるオカリケ演奏
 を聴いたり、お祝いのメッセージカード
 をもらい、皆でお祝いしました。



かかしロードに並んでいるかかしを見に、ドライブに行ってきました。



さかえハートホーム矢吹



《 魚釣り大会 》
 夏と言えば魚釣・・・?!
 私はマグロ・タイ・タコかなあ・・・
 と他入居者さまと競い合っ
 て魚釣りを楽しまれてお
 りました。
 カメは釣っても食べれ
 ないよね
 (*´ω`*)



《 敬老会 》
 9月17日敬老会を開催しました。今年は米寿の方が2名おり、黄色のタオルと靴下を贈らせて頂きました。また、お刺身3点盛・紅白饅頭でお祝いしました♪



《 芋煮会 》
 10月5日ご家族様・地域の方をお招いて芋煮会を開催しました！平田村のよさこいチーム『絆』の皆さんによる「よさこい演舞」「毎年恒例の大抽選会」「焼きそば・けんちん汁・やきとり・わたあめの屋台メニュー」を用意させていただき、ご家族様とのひと時をご歓談頂きました。



さかえサンライズハート

夏祭り



8月25日(日)に夏祭りを行いました。
今年、入居者様には職員と一緒に歌を
歌ったり、ビンゴゲーム等を楽しんで頂き
ました。ビンゴゲームでは、景品を貰って
皆様ニッコリされておりました。



10月9日(水)サンライズの畑で育ったサツマイモを入居者様と一緒に掘りました。
今年は陽気のせい、あまり出来は良くなかったのですが…後日、皆さんと味見をしたいと思います。



サツマイモ掘り



さかえマイハート希望

夏祭り

8月24日に夏祭りを行いました。



「職員も一緒に」



「記念撮影」



敬老会

9月28日に敬老会を行いました。

(富岡ひよとこ連の皆様)



行事食



夏祭りの昼食

- ・焼きそば
- ・からあげ
- ・じゃがバター
- ・もろきゅー
- ・お吸い物



壁画



施設職員の作品です。



さかえデイサービスセンター

敬老参観



9月9日（月）～14日（土）まで、敬老参観日を開催しました。喜寿、米寿の7名の皆様に表彰しました。ビンゴ大会・〇×ゲーム・慰問によるフラダンス・お琴&尺八をご家族様と一緒に楽しめました。



10月7日（月）から一週間、大運動会をおこないました。紅組白組の代表者が選手宣誓をされ、スタートとなりました。前半（月・火・水）後半（木・金・土）のゲームの内容を変え利用者様と職員が一体となり、大盛り上りの運動会となりました。



さかえ居宅介護支援事業所

敬老祝金

末永 歩（介護支援専門員）

郡山市では、長年にわたり社会に尽くされてきた高齢者を敬愛し、長寿をお祝いするため77歳（喜寿）88歳（米寿）100歳（百寿）を迎えられる方に敬老祝い金をお送りしています。支給要件は、77歳・88歳、または100歳になる誕生月の6ヶ月前から市内に住所を有する方です。県内13市の支給状況は以下の通りです。

	75歳	77歳	80歳	81歳	85歳	88歳	90歳	95歳	99歳	100歳
福島市						¥5,000				¥100,000
二本松市						¥5,000			¥5,000	¥100,000
伊達市						¥10,000				¥200,000
本宮市		¥5,000				¥10,000			¥30,000	¥100,000
郡山市		¥10,000				¥50,000				¥200,000
須賀川市						¥10,000				¥100,000
田村市	¥10,000		¥20,000			¥30,000				¥300,000
白河市										¥100,000
会津若松市				¥5,000	¥5,000	¥5,000	¥5,000	¥5,000	¥5,000	¥50,000
喜多方市					¥5,000		¥5,000	¥5,000		¥200,000
相馬市					¥5,000	¥5,000	¥5,000	¥5,000	¥5,000	¥100,000
南相馬市		¥10,000				¥10,000				¥100,000
いわき市						¥50,000				¥200,000

77歳・88歳の方	誕生月に各地区の担当民生委員さんが自宅に敬老祝い金を持参します。支給対象となる方は事前申請等は不要ですので、民生委員さんが持参するのを待ちください。なお、ご不在や諸事情で受け取れなかった場合、郡山市から電話や手紙でその旨連絡が入る事になっています。
100歳の方	100歳になられる方は原則として、誕生日に行われる百歳賀寿贈呈式の席で郡山市職員から敬老祝い金が贈られます。なお、誕生日の1～2カ月前に、市職員から贈呈式の打ち合わせのための連絡が入る事になっています。

事業種目：居宅介護支援事業所（ケアプラン作成）

住所：〒963-8803 郡山市横塚2-18-8

TEL：024-941-2030

FAX：024-943-2037

かかりつけ医として皆様の近くに

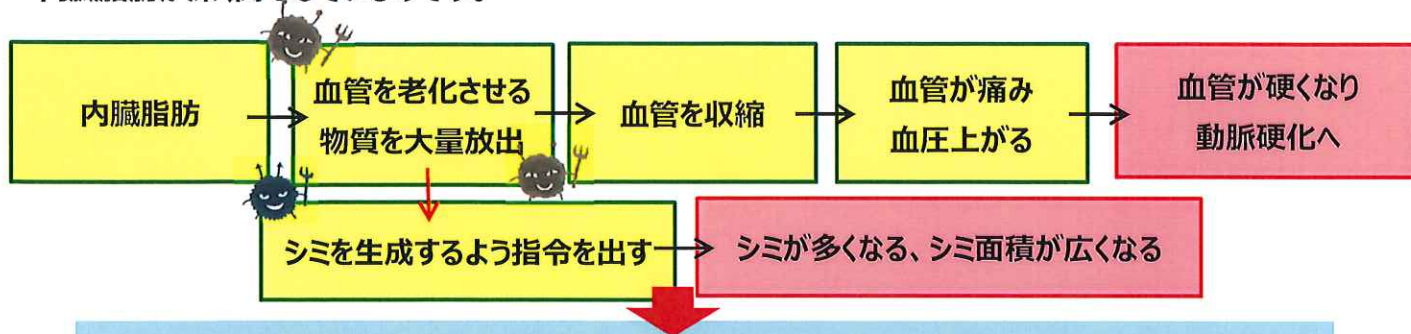
さかえ内科クリニック

さかえハートみらい

村越 亜希（管理栄養士）

【血管に良いことは、肌にも良い!!】

同じ年齢なのに、年より若く見える人、老けて見える人と様々です。その差は血管年齢が関係しており、血管年齢は内臓脂肪が深く関与しているのです。



◎ 血管を高齢化させない5つのポイント

1. 「腹八分目」を心掛け、甘い物は控えめにする！
2. 血管をしなやかに整える食べ物を積極的に摂る！（青魚・大豆・にんにく・クルミ等）
3. 調理は「揚げる」「炒める」より、「煮る」「蒸す」方法！
4. 飲むなら赤ワイン！
5. 週に2・3回は運動する！（軽く会話出来るくらいの強度で）

診療科目：内科・循環器内科・脳神経内科・消化器内科
呼吸器科・アレルギー科・リハビリテーション科・人工透析内科
住所：〒963-8803 郡山市横塚2-15-6

TEL：024-941-2202

FAX：024-941-2201

介護施設イベント行事風景・お知らせ



この度、新規広告として ①『LEDビジョン動画広告（県道17号 北日本銀行郡山支店向かい）』
 ②『郡山市役所市民課窓口モニター動画広告』を放映中です！
 お近くにお越しの際は、ぜひ、ご覧ください(^^)



《医療介護連携室からのお知らせ》

さかえ内科

検索



◎ ホームページに介護施設空き情報・透析ベッド空き情報を掲載しております。
 ご利用者様の生活の様子から職員募集情報まで、常に更新を心掛けていますので、是非ご覧ください。

【お問合せ先】 さかえ医療介護連携室 TEL : 024-942-7070