

# にじの便り

平成29年11月発行  
 〈第8号〉  
 (年4回  
 6月・8月・10月・1月発行)

介護老人保健施設 にじの丘足柄 〒250-0113 南足柄市岩原699 TEL 0465-70-2222  
 メールアドレス [rainbows@kiyoukai.jp](mailto:rainbows@kiyoukai.jp)



## 祝 100歳

100歳を迎えられたご利用者様に、昔の生活についてのインタビュー！



曾我 キン 様

### ★食生活について★どんなものを食べていたの？

野菜や魚が中心。お肉は嫌いなので食べません。魚は消化に良いので食べてます。昔、ゴーヤは無かった。白菜・にんじん・ほうれん草・せりなど。子供の頃おやつに、さつまいも・里芋・とうもろこしを食べていた。

### ★出産・子育てについて★出産や母乳のこと

お産は家でしました。子供たちは母乳で育てました。沢山出て近所の人にも分けしていた。離乳食には、季節の食べ物をあげていました。赤ちゃんのオムツは布のオムツで、川で洗ったり、湧き水で石鹸をつけて洗っていました。浴衣を切ってオムツを作ったりしていました。

### ★健康管理・その他★

- ・子供の頃は、学校に行くとき着物で通っていました。小学校は南足柄小学校で木造の校舎でした。
- ・楽しく生きるコツは、ストレス溜めないようにするけど、神経質で考えちゃう。クヨクヨしたら友達と話して発散するけど、100歳は自分しかない…。
- ・結婚式は、二宮神社。白無垢を着て写真を撮りました。髪が長くて自分の髪を結ってもらった。生まれ変わっても旦那さんが良いです。背が高くてカッコイイ人でした。
- ・お姑さんと子供の世話をして大変な時期もありました。
- ・食事や仕事、今が一番良い。昔は1から手作りしていたけど、今はお金を出せば何でも買えるから。

### インタビューを終えて…

戦前は今は比べ物にならないほど農薬や食品添加物も少なく自然に近い物を食べていたはず。便利な機械も少なかったので運動量も多かったと思います。体のためを思うと当時の生活は理に適っていたのかもしれませんが。気持ちが明るくなれば、体の健康にもつながる事を教えて頂きました。皆さんもストレスを溜めない生活を心掛け人生の先輩方に色々な話を聞いてみてはいかがでしょうか。

## 敬老会の様子



開会の言葉 南理事長



伊藤様によるスコップ三味線



ご長寿の方から一言

### にじの丘ニュース

去る10月9日、南足柄市文化会館に於いて「社会福祉大会」が開催され、地域の福祉活動に尽力された方々への表彰式が行われました。当施設の澁谷(介護)、石塚(相談室)、倉品(通所介護センター四季の丘)さんに感謝状が授与されました。



## お知らせ

9/1～在宅復帰・在宅療養支援機能加算の算定が始まりました。今後も、ご利用者が住み慣れた地域で生活が遅れるようご支援させて頂ければ幸いです。

### 納涼祭 収支報告

遅くなりましたが、納涼祭の収支報告をさせていただきます。本年も多くの方々にご協賛賜り、厚く御礼申し上げます。

	内容	金額
収入	入所者行事費 70名	140,000
	通所者行事費 15名	30,000
	四季デイサービス 2名	4,000
	四季グループホーム 16名	32,000
	一般チケット売上げ	167,800
	バザー売上げ	14,790

	内容	金額
支出	食材料費	205,706
	アトラクション費 ※1	257,074
	消耗品費	62,213
	運営費	29,438
	<b>支出合計</b>	<b>554,431</b>

※1 くじ引き景品・露店器具レンタル代  
 花火・音響等



# 入所



8月20日、スイカ割りを行いました。  
 皆さん大きな声で誘導し、見事にスイカが割れたときは、拍手がおこりました。  
 季節ならではの行事に、ご利用様は楽しまれていました。おやつにはスイカが振舞われ、  
 皆さんから「美味しい」や「普段あまり食べられないから嬉しい」との声が聞こえました。  
 介護 磯崎



パン食い競走

南理事長も参加した綱引き

お昼は、お弁当  
 でした



ご利用様参加の綱引き

優勝カップ授与

10月22日、運動会を行いました。今年は天候に恵まれず、雨の為室内での運動会となりました。  
 フロアごとに分かれ熱戦が繰り広げられ、大いに盛り上がりました。競技が始まると、  
 ご利用様の勝ち誇った顔、悔しがる表情、真剣な眼差しや笑顔など、普段見れない姿が見られました。  
 最後は、職員による綱引きがあり、接戦を制したのは2階でした。閉会式後は、  
 ご利用者様より「楽しかった」「面白かった」と感想をいただき、来年の運動会への励みとなりました。  
 介護 金谷

# デイケア



ご利用様が元気で過ごせるように願いを込めて、敬老会の日を含め一週間、「お楽しみ会」を行いました。  
 ピアノ・鈴・カスタネット・タンバリン・ピアノ・リコーダーを練習し、「ひよっこりひょうたん島」を演奏しました。  
 皆さんとても喜んで下さいました。



10月29日から、1週間「秋祭り」を行いました。  
 10月18日、さつま芋堀を行いました。昨年より沢山収穫できました。



職業体験に来ていた中学生と一緒に射的



ヨーヨー釣り

おたますくい

編集後記  
 立冬を過ぎ樹木もすっかり色づき晩秋から冬に移り行くこの頃、衣類をこまめに調整しながら、一段と寒くなる季節に負けずに皆様と元気に年を越えたいと思います。  
 発行に際しご協力いただいた皆様、一年間ありがとうございました。編集委員一同御礼申し上げます。  
 石田

\*おことわり 今回掲載させていただきました 御利用者様の写真については、ご了解を得ております。