



寿楽荘だより

発行：社会福祉法人 双葉会
 介護老人福祉施設 寿楽荘
 編集：広報委員会

〒198-0213 東京都西多摩郡奥多摩町海澤497
 TEL 0428-83-2338 FAX 0428-83-3705
 URL <https://www.futabakai.or.jp>
 e-mail juryakusou@futabakai.or.jp

第90号

100歳のお祝い



奥多摩町から今年度100歳になられる利用者様へ記念品が贈られました。

敬老の日の由来について

社会福祉法人 双葉会
 法人事務局長 村木文男

今年の敬老感謝祭は残念なことに新型コロナウイルス感染症により急遽中止になったことをお詫び申し上げます。

敬老会の由来については諸説あるようですが現在のよう敬老の日になったのは、1947年、兵庫県多可郡野間谷村（現在の八千代町）の門脇政夫村長が提唱した「としよりの日」が始まりとされています。当時、村では「老人を大切に、年寄りの知恵を借りて村作りをしよう」という主旨のもと、1947年から農閑期（年間で農事の少ない時期）に当たり気候も良い9月の中旬の15日を「としよりの日」と定め、敬老会を開くようになりました。この様な事から1950年には兵庫県全体に広がり行われるようになり、1954年には国民の祝日と正式に制定され、日本各地の自治体に広がり祝うこととなりました。しかし、「としより」という呼び方はどうにかならないか、ということで各地、各方面から異議が起こり、「老人の日」といったん改名されました。また、1966年の「国民の祝日法」が改正され「建国記念の日」「体育の日」と共に国民の祝日にされ、現在の「敬老の日」と名称が改められました。また、その他にも聖徳太子が現在の大阪市に悲田院で身寄りのない老人や貧しい人々を救う施設を開いた日にちなんで制定された説や、もしくは厳正天皇が717年に年号を「養老」とし、養老の滝（岐阜県養老郡養老町）に御幸した日、または高齢者に贈り物をした日など諸説ありますが、どれも確かめられたわけではないようです。

今後も引き続き法人運営、施設運営にご協力を賜ります事をお願い致します。

敬老感謝祭

令和5年度敬老感謝祭に中止とさせていただきますことをご報告いたします。感染症により中止とさせていただきますことをご報告いたします。ご家族の皆様は関係各位に大変ご心配をおかけしましたことお詫び申し上げます。私たちが職員は高齢者施設従事者として自覚を持ち感染予防に努めてまいりました。施設内への持ち込みを完全に防ぐには至らぬ愧れを思いますが、感染症分類が移行して以降は経済重視であるのでやむを得ないと思いますが、社会全体の意識は高く然る類となっており、人の集まる場所でも感染予防の意識は高くありませんとはいえ、手を拱いてもいられず、今後高齢者施設として感染症対策を継続して参りますのでご理解・協力賜りませうようお願い申し上げます。10月の利用者懇談会にてご紹介させていただきます。



利用者の理髪でお世話になっております有限会社ディ・アイ・シー様より清拭時で利用できる『エアシャンプー』をご寄付頂きました。また、同法人の氷川保育園より『敬老祝いポスター』が届きました。ここに御礼申し上げます。



地元の『下中組獅子舞』の方々に施設の中庭で舞を披露して頂きました。



日常生活行事活動状況



7月13日 盆供養法要・迎え火 7月16日 送り火

感染症対策のためにお焼香は中止し、コロナ禍前のような参加人数ではありませんが、少しでも多くの行事が開催できるように感染症対策をしながら行っています。

リハビリ室より

夏のリハビリ体操では「UFO（ピンク・レディー）」「東京音頭」等の曲で歌体操を行いました。仲良しの利用者様同士で一緒に参加して下さる方、懐かしい曲を聴きながら歌を口ずさむ方、のんびりされる方、張り切って体を動かされる方、思い思いに過ごして頂きました。習字・季節の飾り作りも毎月楽しみにして頂き、参加される方も増えてきました。8月は花火のスクラッチ作品を作りました。



栄養課からの一言



秋に美味しい『いも類』



厳しい残暑が続きますが、一雨ごとに秋の気配が深まってまいります。美味しい食材も多く出回りますが秋に旬を迎える食品の代表が『いも類』です。現在はじゃが芋をはじめとし、色々な種類のいも類が一年を通して食べられていますが、本来の旬は秋から冬にかけてです。いも類は他の野菜に比べカロリーが高いと敬遠されがちですが、体にうれしい栄養がたっぷり含まれています。ぜひ旬のいも類を味わってみましょう。

●いも類の特徴

いも類は穀物と野菜の特徴を併せ持った食品

＜いも類のビタミン＞

いも類には、主にビタミンB1とビタミンCが含まれています。熱に弱いので調理中に壊れやすいのですが、いも類のビタミンはでんぷんに包まれているので加熱しても壊れにくいのです。

＜いも類のミネラル＞

主にカリウムです。カリウムは身体の余分な塩分を体外に排出する役割があります。

※腎疾患などでカリウムの摂りすぎに注意が必要な場合があります。

＜いも類の食物繊維＞

食物繊維が多く含まれているので便秘がちの方にお勧め。さらに水分もしっかり摂り、便通を促しましょう。

●ちょっと変わったいも・・・きくいも

形は生姜に似ています。先ほど、いも類はカロリーが高く敬遠されがち・・・といいましたが、きくいもはいも類なのですが、でんぷんをほとんど含まず、きくいもに含まれる水溶性食物繊維「イヌリン」には糖質の吸収を抑える性質があり、食後の血糖値を下げる効果および身体の糖化・老化を防ぐ効果があるとされています。天然のインスリンとも言われています。このように、おおいに健康に役立つものもあります。

寿楽荘でも旬の美味しい食材を使ってメニューの工夫をしています。これからの寒い季節には、体を温める根菜のポトフ、ジャガイモのグラタン、季節の野菜のポタージュ等々。寒さに負けない体づくりのために、栄養たっぷりのお食事を提供していきたいと思えます。



カルタ大会

「思い出カルタ」という昔の演歌や歌謡曲のカルタのため職員より利用者皆様の方がよく取れました。



外食会

誕生月の方を中心に近隣にあるレストラン『SAKA』へ昼食を食べに行きました。写真は、普段お粥を食べている方も食べることができる人気メニューのオムライスです。



日常生活行事活動状況



普段の様子を少しだけお伝えします。



◇ 編集後記 ◇

食欲の秋・スポーツの秋。しっかり食べて体力をつけましょう！

真

※新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、今後の行事におきましても中止・変更することもあります。利用者皆様の健康・安全の為、ご理解・ご協力をお願いいたします。

今後の行事予定

10月

- ・ 外食会

11月

- ・ 紅葉ハイク
- ・ 外食会

12月

- ・ 成道会
- ・ ゆず湯
- ・ 外食会
- ・ イルミネーション見学