

平成31年4月1日付けで、香照苑の施設長に就任いたしました伊東圭一でございます。私は、平成8年に当法人に介護職員として就職し、その後、生活相談員、ケアマネジャー、平成19年4月から、地域包括支援センター管理者兼、社会福祉士として12年間勤務してきました。

香照苑には特別養護老人ホーム・ショートステイ・デイサービス・ケアハウス・居宅介護支援事業所を併設し、香寺町内には同法人が運営する地域密着型特別養護老人ホームこうろ苑や、姫路市から受託している香寺地域包括支援センターを擁する、香寺町を中心とした地域における高齢者福祉の中核機関としての一翼を担っています。

超高齢化社会の進展により、認知症の有病率は増加しています。2012年には65歳以上の認知症患者数は462万人（有病率15%）であり、2025年には730万人（有病率20%）にのぼると推測されています。この状況のなか、地域では認知症サロンや認知症サポーター養成講座による地域住民や、地域の事業者への認知症啓発活動が盛んに行われています。

介護予防の取り組みや認知症予防の取り組みも大切なことではありますが、要介護状態や認知症になっても安心できる日常生活を確保することが、私たち香照苑の使命であると考えます。

認知症について深く理解し、認知症の方が安心できる関わりと、安心できる環境を提案できること、そして要介護状態に応じた自立を支援することを基盤に据え、ホスピタリティ（おもてなし）のあるサービスをスタッフ一丸となって取り組みたいと考えます。

**社会福祉法人 徳宗福祉会 香照苑**  
**兵庫県姫路市香寺町須加院338番地506**  
**【TEL】(079)264-5567**  
**【FAX】(079)264-5690**  
**【ホームページ】<http://www.tokusou.or.jp>**



# デイサービス



## 貯筋体操

一生自分の足で歩くために、筋肉を貯筋しましょう \*

皆様がいつも一生懸命参加して下さる『貯筋体操』、水分もしっかり摂って休憩しながら楽しく行っています。

無理なく続けられる体操なので、自宅でも取り組んでおられる方もいらっしゃいます。少しでも筋力を維持し、日常生活を円滑送れるように支援させて頂いております。



## パンバイキング・かき氷レク・納涼お楽しみ会



パンバイキングでの人気は、『なると金時』・『たまごパン』・『焼きカレーパン』でした。暑い日に食べたかき氷には、練乳にあんこをのせておいしく頂きました。

納涼お楽しみ会では、唐揚げ・枝豆・フルーツの盛り合わせが豪華でした。



## お楽しみ外出

福崎の“もちむぎのやかた”へ行ってきました。タイミングよくカッパも見られました。また、季節の花見に外出にも出かけています。



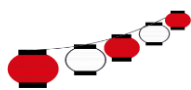
松ぼっくりを釣ったり、お好み焼きをひっくり返したり、お手玉を積んだり、楽しい毎日です。ボランティアの方とお花を活けた日もありました。



## 盆踊り



皆様手を振って、職員と一緒に踊って下さいました。皆さまとてもお上手で、職員に踊りを教えて下さいました。



# ケアハウス

## 食欲の秋 芸術の秋

今年の秋刀魚の炭火焼きは  
ご家族の方もお越し頂き盛大に  
開催いたしました。

炭火で焼くとやはり**格別!!**  
中は**ふんわり**外は**パリッ!!**

午後からは『大正琴演奏会』です。  
素敵な音色に皆様**うっとり...**

『365歩のマーチ』は  
ワンツーワンツーと

皆さんで**大合唱♪**  
楽しいひと時でした。



秋刀魚定食



大正琴「かすみ草」

## 勉学の秋

今年の春から月に1回開催する  
**習字クラブ**が始まりました。  
墨の香りは心が落ち着きますね。  
回を重ねるごとに皆さん  
上達されています。  
来年には**有段者**が  
現れそうな予感...





# 特 養

## 敬老会

9月8日(日)

### ☆ 職員による演芸 ☆



合唱「瀬戸の花嫁」



歌とダンス「長生きサンバ」



ダンス「パプリカ」

居宅・デイ・特養の職員による演芸を、皆さん熱心にご覧になられ、手拍子を打たれたり、一緒に歌われたりして楽しめました。

### ♡ ご長寿のお祝い ♡



大塚まさ子様



おめでとうございます！！

今年度、100歳になられます。  
これからも笑顔の絶えない生活をサポートいたします。

### 笑顔あふれる喫茶の時間



ご家族・ご友人とご一緒に、お茶とお菓子をお供に楽しいひと時を過ごされました。

# 春のグループ外出

さくら



すずらん



ひまわり



福崎町までお寿司を食べに行きました。この日は天気も良く車窓から見える景色も楽しむことができました。



姫路城まで花見ドライブ。この日は花冷えの一日でしたが外で見る景色が新鮮でした。ドライブ後はファミレスでスイーツを食べました。



香寺町内をドライブ。見事な満開の桜でした。その後は、喫茶店でケーキとお茶を楽しみました。

## レクリエーション

9月17日(火)すずらんグループでは喫茶の時間を利用してアロマレクが行われました。専門家の方をお呼びしアロマクリームを使ってハンドマッサージをしていただきました。アロマの効果としましては…

- ☆アロマの香りによるリラックス効果
- ★マッサージで触れ合うことで得る安心感
- ☆コミュニケーションを図ることができる
- ★マッサージを受けることで得るリラックス効果

みなさん会話も弾み、とても楽しそうで、多くの笑顔が見られました。その後、職員がお抹茶を立て、御座候を食べられながら楽しいひと時を過ごされました。



## 寿司バイキング

平成31年  
2月21日

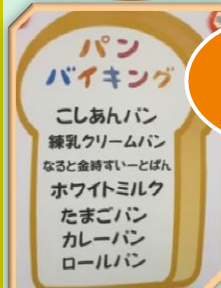


握りたては美味しいな～



## パンバイキング

令和元年  
6月14日



ふわふわの焼きたてパンでした



# 医務室

今年の猛暑はいかがお過ごしでしたか？



夏の疲れの出やすい時期、体調を崩されておられませんか？

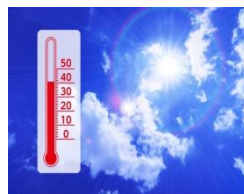
残暑も実は波乱の日々なのです。

高齢者にとって、発熱や咳！！侮れません。症状が悪化しないうちに、早々に病院受診して健康維持に努めてください。

エアコンも上手に使いこなしてくださいね！！

季節は早々と、移り変わり、秋の風も感じる今日この頃ですが、喘息発作にも要注意です！！

些細な事にも気をつけて、季節の変化も乗り越えましょう！！



# 栄養だより

食事の適正量はどのくらい？～シニア世代編～

昨日食べたものを、下の表に記入してみましょう。

	主食	主菜	副菜	その他	
	ご飯・パン・麺類	肉・魚・卵・大豆料理	野菜・きのこ・いも・海藻料理	牛乳 乳製品	果物
朝					
昼					
晩					
一日にとる量の目安※	 普通盛り ご飯 3杯	 肉・魚・卵・大豆料理3皿	 野菜料理 5皿	 牛乳 200ml	 みかん 2個
記入例	カレーライスや天ぷらうどんなどは、主食にご飯やうどん、主菜にカレーや天ぷらと分けて記入。 具沢山の汁物などは、使っている食材で判断。豚汁なら主菜に豚肉、副菜に野菜と記入。				

※ 一日に必要なエネルギー量が1,400kcal～2,000kcalの場合。必要量は、性別、年齢、運動量などにより変わります。シニア世代の健康な生活をサポート 食事バランスガイド(農林水産省)より

# 敬老の日について

香照苑では毎年9月に敬老会を行っていますが、**敬老の日**の由来をご存知でしょうか。ここでは、その歴史についてご紹介したいと思います。

敬老の日のルーツは、1947年の兵庫県多可郡野間谷村（現在の多可町八千代区）にあります。

当時の村長と助役が、「老人を大切にし、その知恵を借りて村作りをしよう」という趣旨のもと、9月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。



としよりの日が全国に広がる中で、次第に「としより」という表現が良くないという議論が起こるようになりました。

これを受けて、1964年からとしよりの日は「**老人の日**」と改称されました。

すると、その翌年に今度は「こどもの日や成人の日があるのに、敬老の日が無いのはおかしい!」という声が挙がり、幾度となく政府への働きかけが行われるようになりました。

その結果、老人の日は1966年に「多年に渡り社会に尽くしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う」とする「**敬老の日**」として制定され、国民の祝日になりました。

その後、しばらく敬老の日は9月15日で定着していましたが、2001年のハッピーマンデー制度の実施に伴い9月の第3月曜日へと移行し、現在の形となりました。

敬老の日は、小さな村から始まり、それが全国に広がって今の形になっています。

お年寄りを大切にする心は、今も昔も、場所が違っても変わってはいないはずです。

目まぐるしい現代においては、敬老の日は立ち止まって思いやりの心を取り戻す日であるのかもしれないですね。





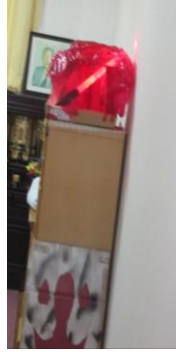
# 消防訓練をしました



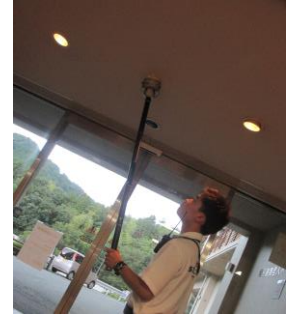
## ☆訓練の流れ☆



①まずは、訓練の流れの説明。今日は、夜間想定で行います。合わせて放送設備の説明です。通報の仕方をしっかりと学びます。



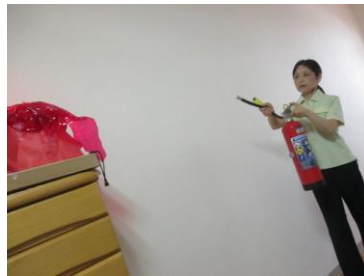
②さて、火元となるのは... 3階ケアハウスの居室です！これはみなさんには内緒です。どこから出火してるかあらかじめ分かっていることなんてないですもんね。



③それでは火災報知機を反応させます。すごい音量でベルが鳴り出します。



④急いで、落ち着いて火元に駆けつけます。



⑤さあ、見つけました。初期消火活動です。



⑥サイレン音の中、みなさん落ち着いて避難です。

## ☆散水栓☆



①消火用散水栓の説明を受けました！



②ホースは正面玄関の入り口右側にあります。



③さあ、ホースを伸ばして... 施設長、散水開始っ！



④消防訓練終了！防災についての知識を深めました。

## 編集後記

今回は香照苑で年に2回行われている消防訓練を取り上げてみました。訓練を通じて防災意識を高め、普段からしっかりと注意喚起をしていかなければならないと改めて感じました。

さて、夏が過ぎ、すごしやすくなりましたが、みなさん、体調管理には充分気を付けて下さい。