

～ 医療法人わかば会のケア情報誌 ～

わかば倶楽部

Vo.28
7月号

July
2013

編集・発行／医療法人わかば会
〒857-0016 佐世保市俵町 22-1
Tel 0956-22-6548 Fax 0956-24-7270
http://www.wakabakai.or.jp

- ✓ 里山活動報告
- ✓ トウモロコシ観察記録
- ✓ イチョウの木 植樹
- ✓ 40年ぶりの恩師との再会
- ✓ 医療法人わかば会 消防訓練実施



～野点～（主催は85歳の入居者さんです 平成25年6月2日）

●7月7日は七夕(たなばた)です。七夕は各地でさまざまなお祭りや行事がおこなわれる夏の風物詩。桃の節句や端午の節句と並ぶ五節句のひとつだそうです。七夕といえば、願いごとを書いた色とりどりの短冊や飾りを笹の葉につるし、星にお祈りをする習慣が今も残っています。みなさんも子供のころ、たくさんの短冊をつるして願い事をしたのではないのでしょうか。梅雨空続きの最近ですが、7月7日は天の川が見られるといいですね。そして織姫と彦星が再会できますように。

里山レシピのご紹介

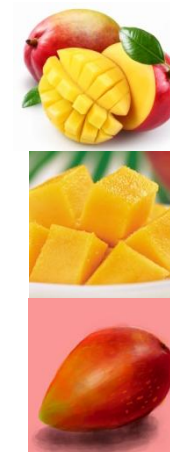
野菜ジュースで作る
マンゴープリン
1人前 97Kcal



手軽に野菜不足を整えるのが野菜ジュース。そこでマンゴーがミックスされた野菜ジュースを使って、プリンに変身させてみました。まるでマンゴーのような味だけど、実は野菜ジュース、というのがミソです。仕上げにマンゴーをたっぷり飾ればリゾート気分になります。これからの季節のおやつにぴったりの一品です。
マンゴーにはビタミンA、ベータカロテン、ビタミンC、葉酸が豊富に含まれており、まだ青いうちはビタミンCの含有量が多く、よく熟すほどベータカロテンの量が増えるそうです。

材料 約4人分

- 水・・・・・・・・・・・・・・・・大さじ3弱
- 粉ゼラチン・・・・・・・・小さじ2
- 低糖ヨーグルト・・・・・・・・1/2カップ
- コンデンスミルク・・・・・・・・大さじ2と1/2
- 野菜ジュース マンゴーミックス・・・・1カップ
- ココナッツミルク・・・・・・・・小さじ4
- 冷凍マンゴー・・・・・・・・80g
- (飾り/ミント、チャービルなどのハーブ) 適量



わかば会の理念

wakaba-gokoro
わかばこころ

和

和をもって、一人ひとりの施設づくり

環

環になって、患者さまとの健康づくり

話

話によって、みんなで育む関係づくり

作り方

- ① 水に粉ゼラチンをふり入れて10分ほどふやかしておく。
- ② ボウルにヨーグルトとコンデンスミルクを入れて湯せんにかけて、混ぜ合わせる。なめらかになったら野菜ジュースを少しずつ加え、ムラなく混ぜ合わせる(40℃くらいを保つ)。
- ③ ①のゼラチンを、ラップをしなくて電子レンジで15秒加熱して溶かし、②のボウルに加え混ぜる。好みのカップ4つに注ぎ分け、冷蔵庫で冷やし固める。
- ④ 食べるときにココナッツミルクをかけて冷凍マンゴーをのせ、ハーブを飾る。

医療法人わかば会

- 俵町浜野病院 (Tel 0956-22-6548)
【医療】内科・外科・循環器科・呼吸器科・消化器科・整形外科
肛門科・リハビリテーション科
病室(一般病棟26床・療養病棟38床)
【介護】居宅介護支援事業所・ヘルパーステーション
デイケアセンター・グループホーム・訪問看護ステーション
- 有料老人ホームわかばテラス (Tel 0956-76-8780)
【介護】デイサービス風祭り・デイサービス里山療法クラブ
- サービス付高齢者向け住宅わかばレジデンス (Tel 0956-22-6544)
【介護】小規模多機能ホームわかばレジデンス



イチヨウの木 植樹

2013年5月、ご家族や医師・スタッフに囲まれ、穏やかにわかばテラスで最期を迎えられた癌を患った一人の女性。フも同じ時間を共有することで、いろいろな事を学び、共感する事ができました。ご家族からも感謝のお言葉をいただき、また、ご寄付のお申し出もあり、イチヨウの木を「2本」オルソープガーデンに植樹いたしました。ご家族の皆様本当にありがとうございました。これから大切に育てていきたいと思えます。オルソープガーデンが祈りの庭になるように。



40年ぶりの恩師との再会

わかばテラスに入居されているMさんは、以前、小学校の教諭をされていた。先月、その当時の教え子さん達6名が40年ぶりに集まりM先生に会うために、わかばテラスを訪問されました。遠くは北海道からのご参加で、当時の思い出話に花が咲き、笑いあり涙ありの感動的な再会となりました。その教え子さんの中に音大卒業の方がおられ、ピアノとフルートの生演奏でミニコンサートを開いていただきました。入居者さんや利用者さんは、普段とは一味違うコンサートに聞き入り、とても楽しく有意義な時間となりました。



医療法人わかば会では、5月、6月に全建物を対象に消防訓練を実施しました



確認・初期消火 → 通報 → 避難誘導

長崎のグループホームの火災により死者が出たことと、高齢者施設の防火管理体制に対する世間の関心が高まっています。医療法人わかば会では、病院をはじめ関連する全建物を対象に年間2回以上の総合訓練を実施しています。

まずは火を出さないことが前提ですが、万が一火災が発生した場合の効率的な対処方法を考え、迅速な避難誘導ができるように今後も取り組んでいきたいと考えています。

※7月も引き続き

熱中症にご注意!!

救急時には発見者の「早い対応」が必要です



里山活動報告

2013年6月5日(水)、わかばテラスオルソープガーデンで毎年恒例のもち米の苗植えを行いました。この日は晴天に恵まれ、わかばテラス入居者や通所者、わかばレジデンス入居者など総勢30名程が参加し、おいしいもち米ができるように祈りながら丁寧に植え付けを行いました。また、この日はガーデンの畑で出来た玉葱の収穫も行い、皆様に喜んでいただきました。



Althorp Garden



浜野理事長(左)と82歳の入居者さん(右)

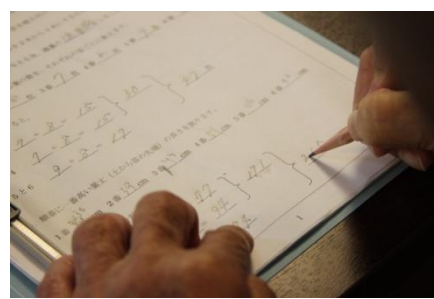


もち米の収穫は9月上旬頃で、このもち米を使って年末に恒例の餅つき大会を開催いたします。立派に稔り、おいしいお餅が食べられるように大切に育てていきたいと思っております。

里山療法 SATOYAMA RYOHO



トウモロコシの収穫は
8月の予定です。去年は、長雨による日照不足で思うように成長しませんでした。今年こそおいしいトウモロコシが食べられるように、皆さん張り切って取り組んでいきます。



わかばテラス入居者を中心に取り組んでいる、トウモロコシの観察記録についてご紹介します。今年の5月15日に、対象者6名とスタッフでトウモロコシの種植えを行いました。その日から観察日誌を記入し始め、一週間ごとに成長過程を観察・記録しています。内容は、発芽した葉の数や茎の高さを専用のノートに記入し、その葉の数、茎の高さの数値を合計する計算問題や、次週の作業内容をスタッフと一緒に考えて記入する思考力を鍛える問題などです。最初は慣れずに戸惑っていた方も、トウモロコシが成長するにつれて、だんだんと自発的に楽しんで行動されるようになりました。