

慶和園



地域の皆様と共に 老人福祉施設利用者交流パークゴルフ大会を開催



7月5日、【老人福祉施設利用者交流パークゴルフ大会】(主催：後志老人福祉施設協議会)が京極町パークゴルフ場にて開催されました。慶和園は今大会の主幹施設として、後志管内の養護老人ホームからの参加者(総勢50名)の受け入れや競技運営を担当。当日は晴天にも恵まれ、プレーを通じて楽しい交流が図られ、会場のあちこちで「ナイスショット」の声が響きました。

今大会には、京極町長様による歓迎のご挨拶のほか、プレーのサポーターとして京極町パークゴルフ協会の皆様(ボランティア5名)など地域の皆様にも多数ご協力をいただきました。改めてまして皆様のご配慮に感謝いたします。



ユニットの雰囲気・ご利用者の様子をご紹介します

きょうごく・しりべつユニットでは今年度に4つの合同企画を予定しており、6月の食事会では御利用者様から「食いたい」とリクエストのあった天ぷら(かぼちゃ、アスパラ、かにかま、さつまいも)とけんちん汁、小魚の佃煮、ゴマ昆布、いちごを提供させて頂きました。普段は食欲があまりない御利用者様も天ぷらをおかわりされるなど、あまりの食欲の良さに職員も驚かされました。7月には「夏の味覚祭」と名付けた夏祭り企画、10月、2月にも季節の食材を使用した食事企画を予定しています、今後も楽しい企画を行えるよう試行錯誤の日々です。



管理栄養士の
古森職員から

しょうくつ
食の取り組み 通信

広報委員でもある
古森職員から

畑クラブ にんにくの芽を収穫!!



去年のにんにく収穫後、「来年はもっと大きなものができるように!」と願いながら植え付けを行った畑クラブ。今年の5月から活動が始動し、各週に渡りこまめな草取りを重ね、ついにコンテナ4つ分の『にんにくの芽』を収穫しました!! 収穫後も“よりおいしく食感の良いにんにくの芽”を目指して、ご利用者の皆様と繊細な下処理作業に励みました。種植えから収穫・下処理と丁寧な手入れを重ねたにんにくの芽は“豚肉のオイスターソース炒め”としてご利用者に提供され、「やわらかいね!おいしいよ!」とたくさん笑顔を見ることができました!

これから収穫されるにんにくにも、楽しみが膨らみます!

＼草取り／ ＼収穫／ ＼下処理／ ＼完成／



-慶和園運営方針-

- ・慶和園はひとつ。ご利用者・職員で慶(喜)びの和を大切にします。
ー私たちは、チームでご利用者の想いを実現させますー
- ・慶和園は一人ひとりを大切にします。
ー私たちは、自分以外の全ての人に真心をもって親切丁寧に接します。
- ・慶和園は地域とのつながりを大切にします。
ー私たちは、地域における役割を理解し信頼を得られる行動をとります。

『慶和園だより』NO.270 令和5年7月10日発行

〒044-0132 虻田郡京極町字更進780番地1

TEL(0136)42-2201 FAX(0136)42-2209

編集発行：老人福祉施設 慶和園 広報委員会

発行責任者：施設長 澁谷 剛

※「慶和園」だよりに掲載の個人情報は、ご本人もしくは、ご家族様の許可を得て使用させて頂いております。

◎今月の羊蹄山：京極町のお隣、喜茂別町から撮影した7月の

『蝦夷富士』こと、羊蹄山です。 撮影：大西美智代 介護員



ユニット紹介 2023 【めいすい・せせらぎユニット】

「ゆったりとした時間をみんなで共有！」

今年度も各ユニットからの情報発信を通じて、慶和園のことを知っていただく機会を設けていきたいと思います。

毎月リレー方式で各ユニット(または各委員会など)の紹介をさせていただきます。

今月は「めいすい・せせらぎユニット」からの紹介です。



今年度のめいすい・せせらぎユニットでの取り組みとして、3年前には毎日行われていた「ユニット体操」の復活があります。これは、あるご利用者から「何か皆で集まる機会を作ってくれ、話をするのが大好きだ」と相談があったことがきっかけです。毎回体操を行った後は風船やボールを使いちょっとしたレクを行い、ご利用者が声を出して笑い、楽しむことがご利用者の長生きの秘訣になればと考えています。体操後には皆でお茶を飲みながらおしゃべりをしたり、歌を披露してくれるご利用者も居り、ちょっとした時間を楽しんでおります。

また、今年の春には庭や畑にたくさんさんの苗や花を植えました。今や毎日のように窓際やテラスから作物や花の成長を観察し楽しみにされているご利用者もいます。また、庭で咲いた花をドライフラワーにしてユニット内に飾り、花が好きなご利用者が少しでも癒されたらいいなと思い取り組んでおります。



慶和園クイズ！
今月は、作業療法士

専門職からの Question !

こむらがえりについて知ろう!!

こむらがえりとは、足(特にふくらはぎ)の筋肉がつることをいい、医学的には「有痛性筋痙攣(けいれん)」と呼ばれ強い痛みを伴う筋肉の痙攣を指します。それでは…



こむらがえり〇×クイズ3問!!
〇か×かどっちでしょう?

- ① こむらがえりは「冷え」や「脱水」でもなりやすい
- ② こむらがえりは、重大な病気が隠れている可能性は低い
- ③ こむらがえりの予防には、運動することがよい

【ご厚志に感謝いたします。】

6月1日～30日分 << 順不同・敬称略 >>

【寄付物品】 前川敏幸(京極町)-小林保子(同)-前川あけみ(同)-室井千恵子(俱知安町)-堅田利子(同)-堀越勝義(札幌市)-林 恵子(同)-宇羅悦子(同)-佐藤春美(黒松内町)-佐藤慎一(同)-堀井義幸(恵庭市)-原谷 勉(苫小牧市)-宮武利恵子(同)-平川和子(熊本県)

【寄付金】 堅田利子(俱知安町) 以上

【2023年7月10日～8月の行事予定】

【7月】	【8月】
10日 出張理容(サロンドシエル)	2日 慶和園ふれあいの夕べ
17日 ご家族との懇談会	14日 出張理容(サロンドシエル)
24日 出張理容(竹山美容室)	28日 出張理容(竹山美容室)
25日 慶和園地域連携推進会議	

Question ! の答え

正解は… ① ○ ② × ③ ○

【解説】

- ① 冷えは、筋肉への血流が悪くなり筋肉が酸欠状態になる為。
脱水は、体内の水分バランスが崩れミネラル不足になる為。
- ② 下肢静脈瘤、脊柱管狭窄症、利尿剤による電解質異常等の恐れあり、痛みが強い・なかなか治らない場合は医師に相談しましょう。
- ③ 運動だけでなく、水分やミネラルの補給が重要です。
寝る前のストレッチも効果的!

「慶和園ふれあいの夕べ」

令和5年8月2日(水) 屋外で開催!

新型コロナが5類へ移行したこともあり、今年は4年ぶりにご家族や地域の方にご参加いただき、屋外で開催させていただきます。(残念ながら雨天の場合は中止)

今回の「ふれあいの夕べ」は2部構成

1部: 14:00～16:00 露店やゲーム 盆踊り

2部: 19:00～20:15 カラオケ、打上花火

※「慶和園ふれあいの夕べ」開催時間には露店(現金購入)皆様と一緒に過ごせる夏祭りを職員一同楽しみにしていますので、ぜひ足を運んでみてください。



～ 相手の心を想う ～ 広報委員が考えたこと。

『相手の心を想う』とは何か改めて考えた時、私は相手の世界を想像する行為かなと感じました。自分の言動には自分なりの思いや根拠があるように、相手の言動にも相手なりの思いや根拠、状況、環境・生活といった背景…と相手の見えている世界や大事にしている事が一人一人あると思います。その事実を心に留めていても、時に相手の言動の表面だけを見たり自分の視点で物事を捉えたりしてしまう事もあり、日々反省と格闘を繰り返しています。どんな時でも一度落ちついて、相手の世界を想像し、考え、擦り合わせようと模索し続ける人間になりたいと思います。

広報委員 古森 千絵