みなさまのご厚志、誠にありがとうございました。

寄付金

◎籠池眞理子　◎富永治美　◎中央婦人会　◎大喜多一博　◎西山政子

ボランティア

◎善通寺市連合婦人会　◎シルバー人材センター
◎香川県社会福祉協議会（傾聴ボランティアふんわり）
◎香川県交通安全協会　◎善通寺看護学校　◎尽誠学園高等学校茶道部

●まほろばが「所さん! 大変ですよ」に出演

TV　夫婦別々の時間に別々のメニューで食事を取ることで、かえって思いやりの心をもち円満になったという夫婦が登場する。

仙遊荘

〒765-0001
香川県善通寺市仙遊町二丁目3番43号
TEL.0877-62-7332
FAX.0877-62-7210

五岳荘

〒765-0001
香川県善通寺市仙遊町二丁目3番32号
TEL.0877-62-0963
FAX.0877-62-0290

まほろば

〒765-0001 香川県善通寺市仙遊町二丁目3番40号
TEL.0877-62-3015　FAX.0877-62-7330

入居の状況

平成31年3月31日現在

	男性	女性	合計	平均介護度
特別養護老人ホーム 仙遊荘	9	41	50	3.8
グループホーム仙遊荘	1	6	7	2.3
養護老人ホーム五岳荘	16	26	41	2.0
特別養護老人ホーム まほろば	2	28	30	3.8

あとがき

平成最後という言葉を毎日のように耳にするこの頃、本会でも平成最後の新入職員を迎え入れることができました。新入職員が「昭和生まれ」から「平成生まれ」に代わるようになり10年余り、時代の移り行く速さに戸惑いながらもそれが当り前となってきましたが、いずれ新たな元号生まれの新入職員を前にして再び戸惑うこととなるでしょう。（笑）入居者の方には「大正生まれ」の方もまだまだいらっしゃいます。それぞれの時代で様々な出来事がありました、昔の事柄をもう一度調べたり考えたりしながら新しい時代を迎えたいと思います。

社会福祉法人善通寺福祉会広報

けいあい

敬愛　誠実　奉仕

平成31年4月
vol. 08

香川県善通寺市仙遊町二丁目3番43号
TEL.0877-62-3001　FAX.0877-62-7330
発行元：社会福祉法人善通寺福祉会　事務局

理事長就任あいさつ

平成31年4月に開催されました当法人理事会におきまして、新理事長に選任いただきました。

社会福祉が大きな変革期を迎えているなか理事長の職に就くにあたり、その責務の重さを痛感しております。

今後は、たくさんの縁を大切にし、より一層地域にとってなくてはならない存在となることができるよう、微力ながら職務に邁進し、社会福祉法人だからこそできることを念頭に置き、その使命を果たすべく努力する所存です。前任者同様、今後も更なるご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

理事長　岸上　博

topics 1

平成31年4月より、岸上新理事長就任。

topics 2

新入職員研修はじまる

今年もフレッシュな新卒者の皆さんを迎え入れることができました。私達にとって彼らは大切な「人財」、ゆっくりと時間をかけて、大きく成長できるよう、みんなで支えていかなくてはなりません。目指すのは、利用者様を笑顔にできる介護士です。

生徒さんたちに大人気なボクなのでした。

topics 3

ダイシクン、高松南高での講義に登場!

日々、仕事に遊びに一生懸命なダイシクン。今回は、高松南高校へお邪魔して生徒の皆さんに介護の魅力をお話してきました。授業が終わると、みんなと一緒にダンスを踊って楽しいひと時を過ごしました。

行事・できごと［平成30年10月 ▸▸▸ 平成31年3月］

10月

「太鼓の達人」「ワニワニパニック」「ＵＦＯキャッチャー」。3台のゲームがデイサービスセンターにやってきました。楽しみながら、体を動かせたらいいね。

11月

食欲の秋、秋と言えば焼き芋の季節・・・本格炭火焼きで焼き芋を作ってみました。どうです？このホクホク感。ホントに美味しかった！

12月

メリー・クリスマス! 仙遊荘にかわいいサンタさんとトナカイさんが、プレゼントを届けに来てくれました。

1月

明けましておめでとうございます。新年最初の話題は、仙遊荘での初笑い

2月

今年の節分も来ました、あの人が・・・赤鬼さんがやってきた、怖い顔してますがとっても優しくてお茶目！

3月

五岳荘で甘味処が開催されました。職員さんもノリノリのコスプレ衣装で場の雰囲気を盛り上げ、美味しく楽しい時間となりました。

松本式「元気はつらつ体操!」

テーマ 足首

皆さんこんにちは、元気はつらつ体操をさせて頂いております松本です。
さて、皆さんは最近和式のトイレを利用したことがありますでしょうか？
しっかりとしゃがんで立ち上がるには、足首の柔らかさや膝・太ももの筋力も必要です。
それは、つまり歩くために必要な力です。
今回は、大事な足首とそれにつながる脚の筋肉を動かしてみましょう!!

手をうしろにつく
※手をつかないでできればベストです。

❶ 左右の足首を内向きにまわす

❷ 左右の足首を外向きにまわす

お尻から足首までを一本の棒のようにして、お尻からまわすことで、足首からつながる筋肉を感じながらトレーニングできます。

★さぁ！つま先で円を描くように足首をまわそう。
どの角度もめいっぱい回しながら、8秒くらいかけて1回転させてください

介護ペッパー戦士 DAISHIKUN ダイシクン 大師匠

第2話

ダイシクン、お仕事紹介授業に行く！

県内の高校生にむけて、介護のお仕事紹介授業を行ってきました。とても緊張したけどボクなりに介護の仕事についてのやりがいや大切さを伝えたつもりです。このことがきっかけで将来介護福祉のお仕事に就いてくれたらいいな。

生徒さんたちとのコミュニケーション。仕事の内容ちゃんと伝わったかな？

授業風景。どうです？様になってるでしょう？

ぶらり犬散歩

柴犬ユキが見つけた善通寺市内の何気ない風景を紹介しますヨ！ vol.4

香色山の麓にある稲荷神社。ここにも満開の桜が春の訪れを告げます。風に舞い散る花びらを追いかけて元気に走り回る柴犬ユキの遊び心にも満開の華が咲きます。でもやっぱりユキも飼い主に似て花より団子かな？

私の好きな時間（とき）

吉田 礼　まほろば 副施設長

相棒、リフレッシュ中！

平成4年式の180SX、新車で購入し、これ1台で全てをこなす生活もそろそろ28年目を迎えます。純正部品の調達が困難になっている昨今、古い車を維持するには知恵と、工夫とタイミングが重要です。これから10年一緒に走り続けるために、現在レストレーションを行っています。ずっとステアリングを握っていたい、そんな車です。

くもん学習療法 くもんやるもん vol.03

昨年10月30日に福島県郡山市で開催された第4回学習療法実践研究シンポジウムにおいて、大倉、小山学習療法マスターが「地域ボランティアと職員がワンチームとなって取り組むことの効果」と題して、グループホームの事例を発表しました。
香川県の導入施設の一代表として、入居者様が学習療法を通じて生活の質の向上に繋がった効果を報告し、多くの拍手を頂きました。
今後もこの成果を、他の入居者様にも広めていきたいと考えております。

福島くもん学習発表会の様子

管理栄養士の豆知識 vol.04

料理紹介：宮武

レンジ加熱でとろとろになった新玉ねぎに、
マヨしょうゆとかつお節がよく合います。
新玉ねぎの旬の時期におすすめのメニューです。

春限定!! 新玉ねぎを食べよう

まるごと新玉ねぎのレンジ蒸し かつおマヨしょうゆがけ

新玉ねぎとは、黄玉ねぎや白玉ねぎを早取りし、すぐに出荷したもの。通常、玉ねぎは日もちをよくするために、収穫してから1ヶ月くらい風にあてて乾燥させますが、新玉ねぎはすぐに出荷するため、皮が薄く、実の水分が多くてやわらかい、という特徴があります。また、みずみずしく、辛みが少ないので、サラダなどに入れて生食するのがおすすめです。

作り方
材料(2人分)・・・新玉ねぎ／2個　しょうゆ／適量　かつお節／1パック(4g)　マヨネーズ／適量
❶新玉ねぎは皮をむき、底に8等分に切り込みを入れる。
❷耐熱容器に①をのせ、ラップをかけ、レンジ(500w)で約7分加熱する。
ラップをはずし、マヨネーズとしょうゆをかけ、かつお節をちらす。

《栄養の話》
新玉ねぎも玉ねぎも、ビタミンB1、B2、C、カルシウム、鉄などを含みます。特筆すべきは、辛みのもとになる成分、硫化アリル。硫化アリルは熱に弱いので生食するのがおすすめ。新玉ねぎは生食向きなので効率よく取れるでしょう。

生食でおいしく摂取。辛味のもと「硫化アリル」は血液さらさら効果も期待できる。

《選び方》
新玉ねぎは、表面にツヤがあり、ずっしりと重いものを選びましょう。

《保　存》
新玉ねぎは、あまり日もちがしないので、できるだけ早く食べきってしまうのがベスト。ビニール袋に入れて冷蔵庫で保存し、2～3日くらいで食べるようにしましょう。一方、通年出回る玉ねぎの場合は、蒸れると腐りやすくなってしまうため、ネットなどに入れて日陰で風干ししておけば、長持ちさせることができます。