

# vol.4 まろにえ便り

平成25年3月31日(日)発行



いきいき健康クラブ 体操風景

「まろにえ」が開設されて三月三十一日で三年が経とうとしています。開設時から、旧施設から引っ越しをされてきた皆さんに対し、新しい施設として、「今まで無かった一人ひとりの生活の場を創っていく」ということを合言葉にして試行錯誤を繰り返しながら、取り組んできています。そして今年度は新たなテーマとして、生活の場の提供だけではなく、一人ひとりの「生活の活性化」「夢や希望を叶える」事に取り組んでいます。内容的にもまだまだ不十分ではありますが、本誌に掲載されている写真・記事をご覧いただき、このテーマに取り組む職員の想いと、入居されている皆さんの生活を少しでも感じていただければ大変うれしく思います。

これからの職員一人一人が、目標をもちひとつひとつの事をしっかりとやり、次につなげていくことで、入居者の皆さんやご家族が「入居して良かった」と思っていただけの施設になれるよう職員一同努力してまいります。

「今冬は暖冬」と言われていた長期予報が見事に外れ、昨年同様かそれ以上の降雪になるようです。雪道での交通事故や転倒、インフルエンザ等の感染症には十分お気を付け下さい。



施設長 山石卓弥

挨拶

## 行事予定

- 4月 開設記念式典  
開設記念喫茶
- 5月 お花見
- 6月 屋外昼食会
- 7月 七夕

## カラオケクラブ

月一回土曜日の午後、集会所でカラオケクラブを開催しています。集会所にはカラオケ機器を常時備えています。カラオケクラブ時間帯以外でもカラオケを楽しまたい方は職員にご連絡ください。

### ～野菜を食べることと、

#### 野菜ジュースの違い～



野菜を食べる事は咀嚼回数そしゃくを増やし、摂取エネルギーを抑えつつ満腹感を得やすいという重要な役割があります。

野菜ジュースは咀嚼力そしゃくが低下している方や食欲がない時などに利用するのは有効ですが、中には糖分や塩分が多く含まれているものもありますので飲みすぎには十分注意しましょう！

栄養士 工藤 百々子

### ～寒さ対策として～



寒さも厳しくなり、家の中と外との温度差で風邪等引きやすい季節になりました。乾燥も強くなるので、皮膚がかさつき、痒みが出たりしますので、入浴後に保湿することをお勧めします。

風邪は万病の元といえますので、外出後にはうがい・手洗いは必ずするようにしてください。

主任看護職員 舞良 めぐみ

### \*編集後記\*

皆さん、いかがお過ごしでしょうか。早いもので、平成25年も、もうすでに1か月が過ぎてしまいました。

今回の広報誌の表紙は、毎週金曜日に行っている「いきいき健康クラブ」の写真です。

体操の他にもボーリングやボールを使ったゲーム等をしていて、毎回とても賑やかです。

入居されている皆様に参加して良かったと思えるようなプログラムを、今後も企画していきたいと思えます。

#### 広報誌編集委員

近江	幸史
前田	麻利子
岡本	美貴夫
清水	麻衣子
坂田	志帆
齊藤	由香子
久保田	琴美
松田	

### まろにえ便り Vol. 4

発行日 / 2013年3月31日

編集発行 / 社会福祉法人函館共愛会 養護老人ホームまろにえ 広報誌編集委員会

〒042-0915 函館市西旭岡町3丁目239番地2

TEL (0138) 84-6645 FAX (0138) 50-5535

# 敬老会



施設長から百一賀のお祝いとして記念品を贈呈しました。入居者代表の関妙子様より挨拶をいただきました。「このような盛大な敬老祝賀会にお招きいただきまして本当にありがとうございます。大変嬉しく感謝の気持ちで一杯でございます。皆さんこれからもまろにえ発展の為明るく元気で頑張りましょう！」  
(一部省略)



余興として「婆あヨサコイ」に来て頂きました。ユーモアたっぷりのパフォーマンスに会場は大きな拍手に包まれました。



式典終了後は集会室で喫茶を開店。懐メロのレコードを聴きながら、ショートケーキとコーヒーを味わいました。



# 納涼祭

8月27日に納涼祭を行いました。皆さんお食事をしながら余興を観たり、ご家族と一緒に過ごされて楽しいひと時となりました。



今回は、よさこいソーランの函館 躍魂いさり火と函館巴太鼓ジュニアの皆さんがきてくださいました。



# クリスマス会

12月19日、20日と2日間にわたり、クリスマス会を開催しました。食事の後の余興では、ピアノ演奏があったり、特別(?)ゲスト二人組によるカラオケ等がありました。



**クリスマス会メニュー**  
ほうれん草のキッシュ  
ポタージュ ミニシーフードグラタン  
照り焼きチキン サーモンのマリネ  
パン シュークリーム

# 地域との交流



函館養護学校の皆さんが交流会に来られました。一緒に、ボールリレーや動物あてゲームを行いました。



遺愛旭岡幼稚園の皆さんがクリスマスコンサートに来られました。園児と一緒に手遊びや歌を楽しまれました。



旭岡中学校リコーダー部の皆さんが来られました。リコーダーの演奏に合わせて、歌を歌いました。

旭岡小学校の皆さんと交流会を行い、劇を披露していただきました。とても可愛い姿を見せていただきました。



# 屋外昼食会



晴天に恵まれ正面駐車場で行われた昼食会、炭をおこしジンギスカン・イカ・ししゃも・海鮮焼きとおにぎり・豚汁・枝豆でいつもと違う昼食を楽しんで頂きました。最後には、ぐるっとまわってイカ踊り！(^o^)

