

小岩ホーム

発行人
 社会福祉法人厚生会
 特別養護老人ホーム小岩ホーム
 小岩デイサービスセンター
 小岩ホームさわか相談室
 施設長 菅田 弘之
 〒133-0056
 東京都江戸川区南小岩5-11-10
 03-5694-0101
 令和5年10月1日発行
 第102号

10月号 だより



職員の願い

心と心のふれあいを大切にし、住み慣れた街で「幸せに生きているな」と実感していただける地域、環境作りに情熱を注ぎます。介護を必要とする方々に“責任と誇り”“専門知識と技能”をもって心のこもった介護サービスを提供していきます。皆様の“笑顔”が私たちの生きがいです。

今号は北海道札幌市にあります札幌時計台の写真です。明治11年に旧札幌農学校の演舞場としてクラーク博士の提案により設立されました。明治14年に時計塔の部分が付設され、昭和45年には国の重要文化財に指定されました。大きな振り子時計は130年以上経った今も正確に時を刻み続け、毎正時には澄んだ鐘の音色を街に響かせています。(石原)

熟年相談室



下記のイベントを開催致しました。ご参加頂きました皆様ありがとうございました。

介護予防教室
「薬膳ススメ」

介護予防教室
「簡単シニアヨガ」

介護予防教室
「介護美容でリフレッシュ」

スマホ教室
「入門・基本編」「マップ編」

編集後記

漫才で、「8月がこれだけ暑いと12月はどれだけ暑くなるのか?」というネタがありますが、本当に異常な暑さでしたね。今年は、春先のWBC(野球)優勝に始まり、男子バスケットボールのW杯勝利(初の3勝)があり、現在開催中のラグビーW杯も好成績が期待されていますが、日本中?(関西方面だけ?)を熱くした要因の極め付けは、阪神タイガースの18年ぶりの「あれ」ではないでしょうか?これから、本格的な秋を迎えますが、日本シリーズの「あれ」で、もう一度暑さ(熱さ)がぶり返すかも……。

広報委員 山中

旬の食材 ~秋刀魚~

サンマの由来

形が細長い事から「狭真魚(サマナ)」と呼ばれていました。これが転じてサンマになったと言われています。大正時代頃より今でもよく使われる「秋刀魚」と書くようになりました。

サンマの栄養

DHA、EPA、タンパク質、ビタミン類、カルシウム、鉄分が豊富です。

「秋刀魚が出ると按摩が引っ込む」ということわざがあるほど栄養豊富です。

サンマの不漁

近年記録的な不漁が続いています。温暖化や近隣諸国の乱獲が原因と言われています。イワシにサンマ、今や高級魚です(笑)



新鮮なサンマの選び方

- ・目に濁りがなく澄んでいる
- ・背中が青黒く、胴回りの肉付きのいいもの
- ・口先がほんのり黄色い物
- ・後頭部に盛り上がりのあるもの



行事報告(令和5年7月~9月)

熟年相談室

- 7月21日(金)、8月25日(金)、9月15日(金)来い輪オレンジスペース
- 7月26日(水)、8月23日(水)、9月27日(水)小岩わかち愛の会(グリーンケア)
- 7月14日(金)認知症サポーター養成講座
- 7月19日(水)介護予防教室「薬膳のススメ~食事の仕方で未病先防~」
- 8月2日(水)スマホ教室~入門・基本編~
- 9月9日(土)介護予防教室「イスに座ってできる簡単シニアヨガ」
- 9月22日(金)介護予防教室「介護美容でリフレッシュ~お肌を元気に・変わる美眉」
- 9月27日(水)スマホ教室~マップ編~



小岩ホーム

- 7月23日(日)納涼祭(特養)
- 9月18日(月)長寿の集い(デイサービス)



行事予定(令和5年10月~12月)

熟年相談室

- 10月16日(月)介護者交流会「悪質商法の被害と対処法について」
- 10月30日(月)介護者交流会「終活セミナー~お墓のあれこれ~」
- 10月31日(火)介護予防教室「ポールdeウォークはじめてみませんか?」
- 11月15日(水)スマホ教室~マップ編~
- 11月24日(金)地域連携会議
- 毎月第3金曜日 来い輪オレンジスペース
- 毎月第4水曜日 小岩わかち愛の会(グリーンケア)

社会福祉法人厚生会

- 11月4日(土)理事会
- 11月25日(土)評議員会



小岩ホーム長寿の集い

9月18日(月)※デイサービス



↑小岩ホームの年間二大行事の一つである、『小岩ホーム長寿の集い』をデイサービスで行いました。デイサービス菅田所長の挨拶他、当日ご利用者様におかれましては、今年で傘寿1名・米寿7名の方に長寿の秘訣等をインタビュー。参加者全員にご長寿メダルを贈呈させて頂きました。



↑ご長寿記念合唱では参加者全員でピアノ伴奏に合わせて【故郷】を歌いました。また、DJマック氏による【小岩ラップ】を口ずさみました。



↑メインイベントは、山形県酒田市より直送された本場の【獅子舞演舞】が登場！圧巻の演舞に皆様大変喜んで頂きました。





7月23日(日)
小岩ホーム1階にて納涼祭が行われました。特養ご入居者様や施設長を含め、多くの方々に参加されました。

盆踊りでは、ご入居者様も一緒に踊りに参加され大変盛り上がりました！



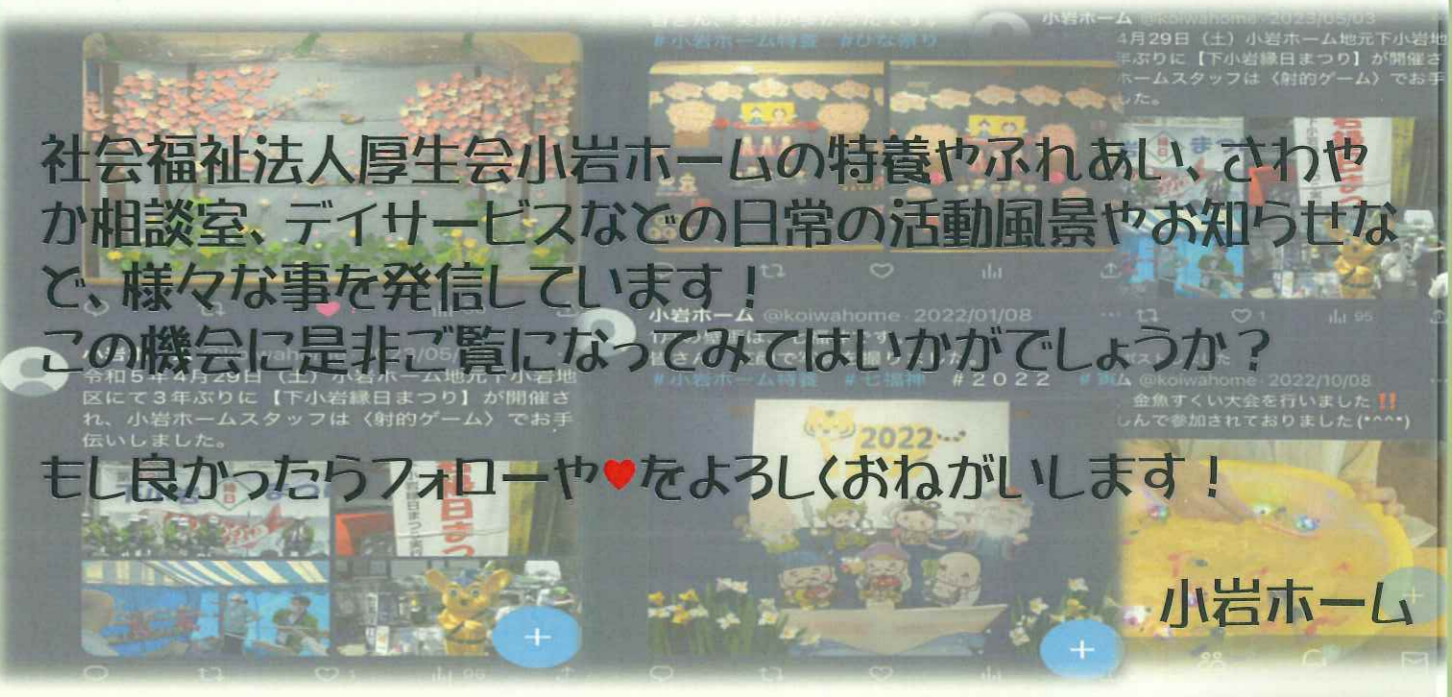
職員の出し物では毎年恒例、相談員によるギャグ漫談が行われ、会場は笑いの渦に包まれていました！



小岩ホームの X (旧Twitter) があります

スマホのカメラをかざるか、QRコードを読み取るアプリを起動し、こちらのコードを読み取るとすぐにページを閲覧できます

こちらのQRコードをスマートフォンで読み込むと、小岩ホームのX (旧Twitter) ページをすぐに開くことができます！



社会福祉法人厚生会小岩ホームの特養やふれあい、さわやか相談室、デイサービスなどの日常の活動風景やお知らせなど、様々な事を発信しています！
この機会に是非ご覧になってみてはいかがでしょうか？
もし良かったらフォローや♡をよろしくおねがします！

小岩ホーム