



フクロウ 福老便り

CARE VILLAGE ケアビレッジ光の森 ■〒963-0665 郡山市横川町字遠後 50-1 TEL024-956-8100
発行：ケアビレッジ光の森編集室

フクロウは智慧の神様
そして 森の守り神...
光の森にフクロウあり

《クリニック光の森便り》

～食中毒予防について～

食中毒は、その原因となる細菌やウイルスが食べ物に付着し、体内へ侵入することによって発生します。食中毒予防の3原則としては、①つけない、②増やさない、③やっつける、です。具体的な対応策として、①つけない為に最も大切なことは、石鹸で手を洗うことです。②増やさない為には、高温多湿な環境で細菌は増殖しますので、低温(冷凍庫やチルド)で保存することが重要です。また、早めに食べることも重要です。③やっつける為には、ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅しますので、肉や魚はもちろん野菜なども加熱して食べれば安全です。日本の食文化、特に世界的に見直されている和食では生ものも食べるようになりますが、安全に食するには、ふきん、まな板、包丁などの調理器具に対する殺菌も大切なことです。

尚、欧米ではナチュラルチーズ、生ハム、スモークサーモン等を原因とした、リステリアによる集団食中毒が発生しており、日本でも乳製品や食品加工などからリステリア感染が見られます。リステリアは動物の腸管内や環境中に広く存在している細菌で、他の食中毒菌が増殖できないような低温や高い塩分濃度の食品でも増殖します。リステリアは他の食中毒菌と同様に加熱することで予防できます。食べる前に十分加熱し、生野菜や果物などは食べる前によく洗いましょう。

ありがとう
ございました

ご協力いただいたボランティアの皆様

(5月～8月)

- | | | | |
|----------|-------------|--------------|----------------|
| 村上 征 様 | オカリナクラブ様 | 佐藤 丈夫 様 | 東部スポーツ民謡クラブ様 |
| 新田 英子 様 | お話レストラン様 | 大谷 竹富 様 | ニュー演歌歌謡会様 |
| 若桑 洋子 様 | MOA美術文化財団 | アンダンテ様 | THE STRINGS 様 |
| 柳沼 美津子 様 | 福島支部様 | ひまわりシスターズ様 | 帝京安積高校和太鼓部様 |
| 齋藤 鈴子 様 | きらハモ PartⅡ様 | あさか Jr3Bチョコ様 | Ai ai Family 様 |
| 國分 志津枝 様 | チェリーズ様 | 安積高校弦楽合奏部様 | いきいき友和会様 |
| 国分 洋子 様 | みちのく桜の会様 | 斉藤しのぶ 様 | 伊藤 真知子 様 |
| 郡山お話の会様 | 藤本流秀建会様 | 蛭田 時子 様 | (順不同) |

夕涼み会

ケアハウス 光の森の家

8月1日(土)に、夕涼み会を行いました。施設の畑で丹念に育てたスイカでスイカ割を行い、そのスイカやかき氷を皆さん美味しく召し上がられていました。

その後は、皆さんで花火を楽しみました。色とりどりに飛び散る花火は、黄昏の中で際立ち、最後の花火の際には、その鮮やかさに入居者の皆さんから大きな拍手と笑顔が溢れました。

夏の思い出に残る大変楽しい一時となりました。



行事予定

★施設により内容が異なります。

9月
十五夜
敬老会
(長寿を祝う会)



10月
運動会
秋祭り・収穫祭
行ってみっぺ
(外出ツアー)



11月
芋煮会
紅葉狩り
楽しく体力測定



新職員紹介

- | | |
|---|--------------------------|
| 【老健 光の森】
● 片平 沙織
● 佐藤 サツ
● 小林 美幸 | 【特養 光の森の丘】
● 湯田 守 |
| 【デイケア 光の森】
● 安田 理恵 | 【デイサービス 光の森】
● 宗形 三津子 |
| 【郡山東部・中田地域
包括支援センター】
● 渡辺 万里子 | |



● お願い ●

施設及び職員に対しますお心遣いは、お断りしております。変わらぬサービスのご提供を致しておりますので、ご理解・ご協力を頂きますよう、よろしくお願い致します。

編集後記

暑さも一段落致しましたが、いかがお過ごしでしょうか? 引き続き、体調管理には十分ご注意下さい。酷暑の疲れにも負けず、思い出に残る素敵な広報を提供していきたいと思っております。

縁日会

介護老人保健施設 光の森



7月25日(土)に縁日会を行いました。利用者の皆さんに「金魚釣り」「輪投げ」「射的」などの屋台を順番に巡って楽しんで頂きました。なかなか思い通りにならない所では、真剣な表情で挑戦するお姿も見られました。また、おみくじの屋台では、大吉が引かれる度に大きな歓声が上がっていました。

おやつには水ようかんと、お好みのカキ氷を選んで召し上がられました。暑い日が続いていたので大好評でした。

利用者の皆さんとスタッフの笑顔がいっぱいの、楽しい縁日会となりました。



青空カフェ

デイサービスセンター 光の森

6月3日(水)～9日(木)までの1週間、青空カフェを行いました。青空の下で中庭のお花を眺めながら、クッキーやコーヒーのおやつを楽しみました。職員がハワイアン衣装で注文を伺ったり、クイズをしたりして大いに盛り上がり、利用者の皆さんからも笑顔が沢山みられ大好評でした。



外出ツアー

特別養護老人ホーム 光の森の丘

5月～7月の3ヶ月間に渡り、利用者の皆さんの行きたいところや食べたい物などのご希望を募り、外出ツアーを行いました。ネコカフェやハーブ園、ガストでの食事などなど、たくさん楽しんで来ました。

ネコカフェでは、様々な種類のネコたちの愛くるしい仕草や表情に、利用者の皆さんからは自然と穏やかな笑顔がこぼれました。普段、施設の中では感じられない体験をして、とても良い気分転換になりました。



介護老人保健施設 光の森

6月4日(木)、5日(金)、11日(木)と三春ハーブガーデンへ外出ツアーに出かけました。様々な花が満開に咲いており、参加した利用者の方々は「きれいだねえ」「楽しいなあ」などと、笑顔で話されていました。「やっぱり外の空気は違うね」と、大きく深呼吸をされて外出を満喫されている方もいらっしゃいました。

いつもとは違う利用者の皆さんの晴れやかな表情がとても微笑ましく、楽しく外出ツアーが実施できて良かったと思います。

大運動会

デイサービスセンター 光の森の丘



6月17日(水)、19日(金)、20日(土)に、「デイサービスセンター光の森の丘大運動会」が開催されました。

紅組と白組に分かれ、「大玉渡し」「パン食い競争」「玉入れ合戦」の種目を行いました。特に「玉入れ合戦」は大盛り上がりで、一生懸命に玉をカゴに入れられている姿がとても印象的でした。各組とも勝利を目指して、利用者の皆さんとスタッフが協力して競技に取り組み、とても素晴らしい大運動会となりました。

七夕

介護老人保健施設 光の森

7月1日(水)～7日(火)に七夕飾り作りと、その飾り付けを行いました。七夕飾り作りでは、それぞれに工夫が見られ、利用者の方々の器用さに驚かされました。短冊には「足の痛みが治りますように!」「健康で長生きしたい!」など、思い思いの願いが込められていました。見事に飾られた笹竹は大きくて迫力があり、「うわ～! 綺麗だねえ～!」と歓声が上がりました。

また、最終日には七夕伝説の朗読会を行い、皆さん神妙な面持ちで耳を傾けられていました。

皆さんの願いが叶うといいですね♡



コスキンコンサート

ケアハウス 光の森の家



7月26日(日)、今年で18回目を迎えたコスキンコンサートを開催致しました。アミーゴ・デ・川俣の45名の皆さんが、全16曲を演奏してくださいました。また、大勢の地域の方々にも来場して頂きました。

皆さんはケーナやチャランゴの音色を目を閉じて聞き入ったり、時には演奏に合わせて拳を挙げたりする人もいて、会場がひとつになった楽しい時間でした。