

いこいの村

2009年（平成21年） 7月20日発行

第326号

発行責任者 いこいの村聴覚言語障害センター

所長 柴田 浩志

編集

いこいの村編集委員会

〒629-1242

綾部市十倉名畑町久瀬谷2番地

TEL (0773) 46-0101

FAX (0773) 46-0610

<http://www.kyoto-chogen.or.jp/ikoi>

鈴木キヌ子

題字 梅の木寮（ユニット型）

ユニット合同書道大会



「お父さん上手ですね」

岩崎廣雄さん、時枝さんご夫婦



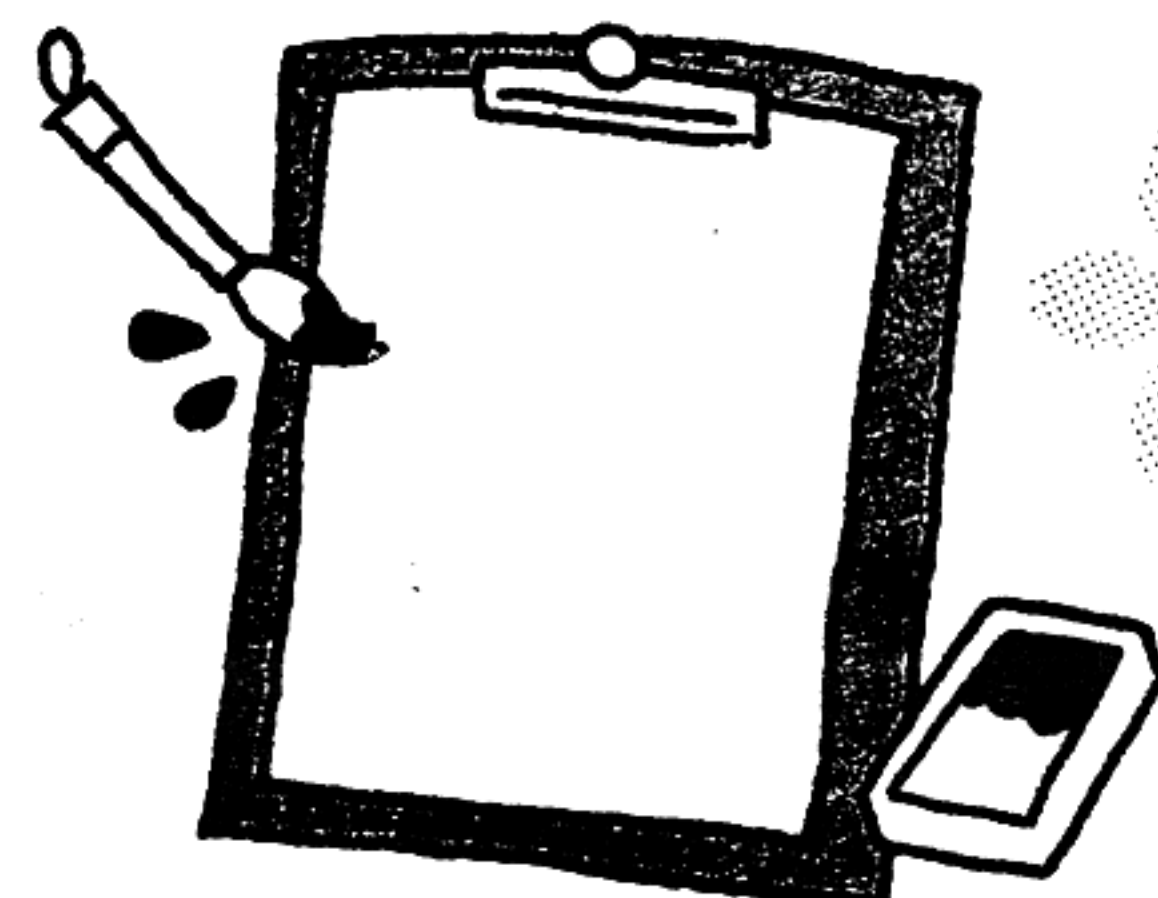
宮原 遥香

（梅の木寮 ユニット型）



「みんな仲良く楽しく生活しましょう」

鈴木キヌ子さん



六月二十日（土）ふれあい書道展（広島県教育委員会主催）へ出展のため、ユニット棟合同の書道大会を開催しました。

高齢になっても学ぶ意欲を持ち続けていただくと共に、各棟の交流を図ることもねがったの取り組みでした。

好きな言葉を書いていただきましたが、初めは「何を書いたらいいんやあ」と言われていた方も「七夕」や、「虫」など季節感あふれる文字を書かれました。

書道をしながらお話をしたり、同じフロアに設けた喫茶スペースで、ゆったりとした雰囲気を楽しんでいただきました。

私たち生活援助員も生活者が一生懸命考えたり集中して作品を書かれる姿を拝見し多くの事を学ばせていただきました。

ほかから行こう会 開催

大勢の方のご参加、ありがとうございました！

六月二十七日「第一回いこいの村ほかから行こう会」を開催しました。年を取っても末永くほかからに過ごしていただこうと、介護予防教室として開催したものです。

綾部東部地域から三十七名の参加者があり、賑やかな会となりました。

今回は、高齢者にとつての

『不足しがちな栄養素の補い方』と『口の中の手入れ(口腔ケア)の大切さ』の二つのお話をしました。口腔ケアについては、綾部市や福知山市の介護予防事業でも活躍されている歯科衛生士の正岡秀美さんを講師にお招きしました。実技を交えながら、分かりや



すくお話しただきました。参加者の皆さまの

んは、興味深く耳を傾け、たくさん質問や笑いもあり、ほかからに過ごしていただきました。

お話① 「不足しがちな栄養素……」のポイント

① 高齢になると食が細くなり栄養状態が悪くなる方が増加する傾向にあります。

・ 少食の方は、少量でも食事回数を増やし一日四、五回に分けて食べましょう。

② 加齢とともに食事量は少なくなります。しかし、たんぱく質やミネラル・ビタミンは、体の中で絶えず消費されるので若い世代と変わらない量が必要です。

・ たんぱく質を効率よく補うには、体に吸収しやすい牛乳が効果的。朝食やおやつ、お風呂上りに摂るのがオススメです。

・ ミネラルの中で体内に最も



多く含まれるカルシウム。骨を作るだけでなく、体や心の調子を整えたり、筋肉を動かす役割も果たします。牛乳だけでなく、小松菜などの緑黄色野菜や厚揚げなどの大豆製品にも多く含まれるので、積極的にメニューに加えましょう。もちろん、適度な運動も大切です。

インスタントラーメンの意外な栄養

意外な栄養

体に悪いというイメージが強いインスタントラーメン。もちろん、摂りすぎるとよくありませんが、一袋に牛乳コップ半分、一杯分のカルシウムやビタミンB1・B2も強化されていて、不足しがちな栄養素を手軽に摂れます。イ

ンスタントラーメンも、たまに食べるならうれしい効果。野菜やゆで玉子を加えたり、冷奴と青菜のお浸しを添えるなどがオススメです。

お話② 「口の中の手入れの大切さ」のポイント

① 入れ歯と

口の手入れの方法



・ 入れ歯用
歯ブラシ、または、硬めの歯ブラシを使いましょう。
・ 寝る前には入れ歯を外し、きれいに洗ってから、入れ歯用洗浄剤につけておきます。

・ 入れ歯を外すことで歯ぐきを休めます。

・ 歯ぐきもマッサージのつもりで歯ブラシをあてます。

・ 入れ歯を長持ちさせるには、年に一度のチェックを歯科医でしましょう！

② 舌の手入れも……

・ 表面が白いのは汚れが残っている状態。

・ 舌専用ブラシ、または、軟らかい毛の歯ブラシで磨く

と良いでしょう。

③ 唾液腺マッサージ

・ 耳の少し前方下を四本指で押さえ後ろから前へゆくり回します。

・ 下あごの骨の内側の柔らかい所を親指で押さえ、あご先まで順に下からゆっくり突き上げるように押します。



参加された皆さんからは

「おいしく食べるためにも体のためにも、口の手入れが大事とわかった」

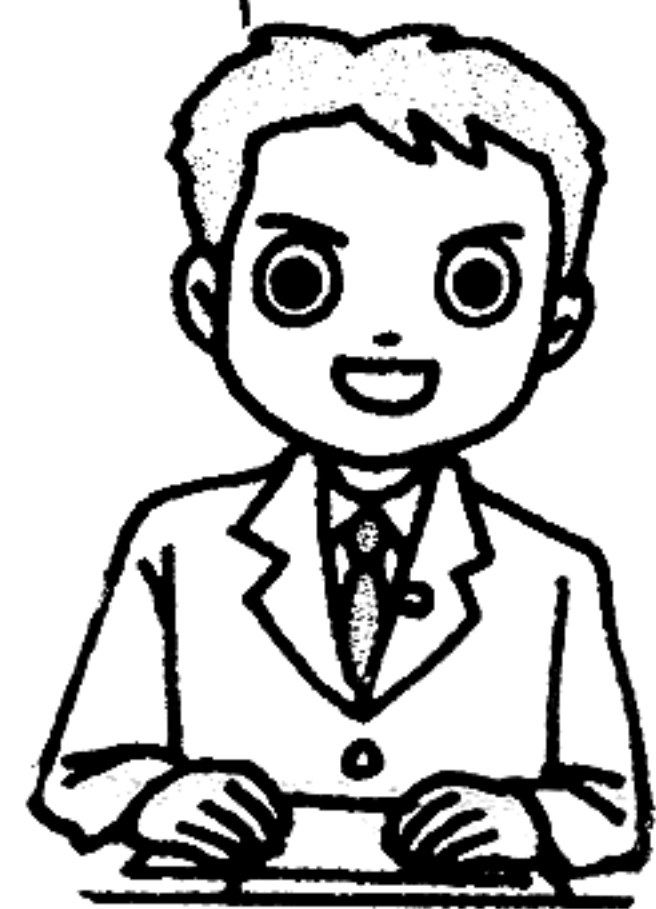
「一日楽しく勉強し、若返った気分！」との感想をいただきました。次回は秋に開催予定です。多くの皆さんの参加をお待ちしております。

(給食係 時武 加奈

泉 真理子)

第三者委員の

ご紹介



当法人では、経営する施設

事業に対する苦情の受付やその解決、利用者の皆さまに安心してサービスをご利用いただくために『苦情解決体制』を設けています。そこには

①苦情解決責任者(施設長)

②苦情受付担当者(各係主任)

③第三者委員がそれぞれ選任され、第三者委員は外部より選出となり、法人評議員に担

つていただいています。今年度からお世話になる委員の二人をご紹介します。

○梅の木 稔、綾部東部在宅介

護支援センター、綾部東部デ

イサービスセンター担当

永井 忠之様

「今回、法人規則苦情解決体制実施要綱に基づき、高田理事長より第三者委員に委嘱を受けました永井忠之です。初

めてことですが、先輩の方々や関係者の方々のご指導、ご助言を受けながら、任を全うするよう努めてまいりたいと思います。」

○栗の木 稔、地域福祉部(北部各聴言センター事業・地域活動支援センター)担当

古高 雅明様

「去年の五月から北部いこの村建設委員会委員長を務めております古高雅明と申します。いこの村の組織も大きく変わってきていることを十分認識して、行動しなければと思っています。」

より良い職場環境を保つために早めに相談していただきたいと思っています。

『性格もいろいろ。個性もいろいろ。みんなの笑顔を見たい』との思いをもって任務を遂行したいと考えています。みなさまのご協力をよろしくお願い申し上げます。」

いこの村は地域の皆さん、聴覚障害者の皆さんに信頼していただき、また安心して利用できる場所となるよう努めて参ります。

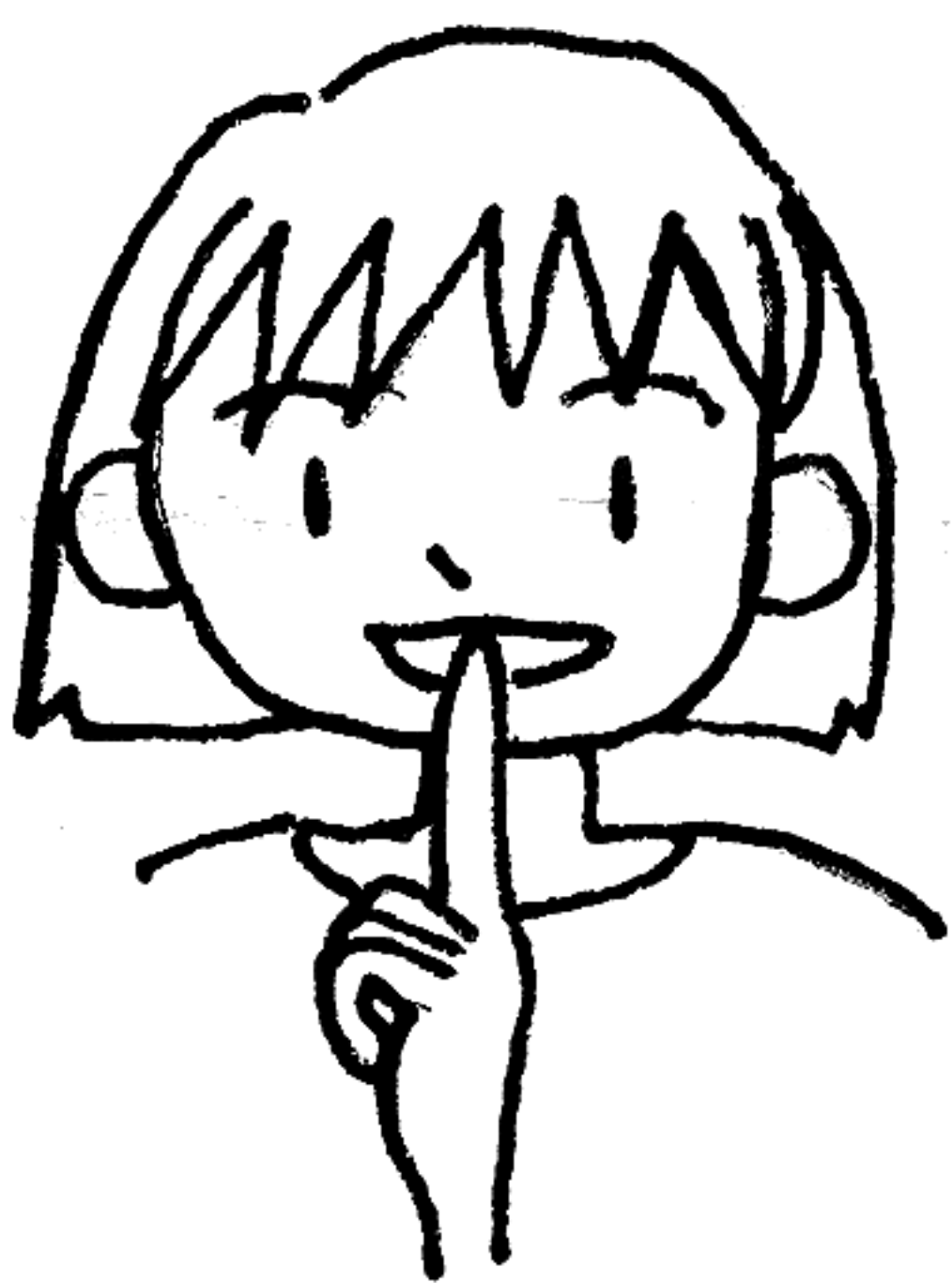
みんなの

手話

「苦情」



① 右手掌を胸にあて、パツと前方にはいき出す



② □もとかう人差し指をV形に出す



いこいの村
聴覚言語障害センター
所長 柴田 浩志

去る六月四日夜から、当センター栗の木稔利用者である小山政和氏(五十七歳・左下写真)が行方不明となり一か月が経ちました。六月五日以降、警察、消防、綾部市役所、口上林地区等関係機関、団体のご協力を得て大規模な搜索活動を継続してまいりましたが、未だ有力な手がかりがなく、搜索が難航しています。当センターではJRや北近畿タンゴ鉄道の駅舎、コンビニ二店等にポスターを掲示させていただいたり、地元有線放送での情報提供のお願いをしてまいりました。また、七月一日には高田理事長、保住常務理事が綾部警察署、綾部消防署、綾部市役所を訪問し、搜索のお礼と引き続きのご協力をお願いいたしました。小山さんの弟様におかれましても、先日、いこの村を訪問され、「施設に大変ご迷惑をお

かけて申し訳ない。兄はきつとどこかで生きているのではないかと思い、いつも実家周辺を探しているが立ち寄った形跡がなく心配している」と話しておられました。また、小山さんが滋賀県立ろう話学校の卒業生であることから、同期生の方もいこの村を訪れ、小山さんが一刻も早く見つかってほしいし、私たちが協力できることがあれば何でも言ってほしいと話されました。

小山さんが行方不明となつて以来、当センターでは、多くの皆様のご協力と温かい励ましの言葉に支えられて搜索を継続してまいりました。なんとでも小山さんが元気で見つかってほしい、この一念で引き続き搜索を続けてまいりますので、皆様のご協力をよろしくお願い申し上げます。

身長174センチ 痩せ形



◆ ご寄付

※6月受付分（順不同）

◆後援会ご入会・ご継続

(新一新規入会・継一継続)

自動引落の方は京都聴言ニュースに掲載させていただきます。

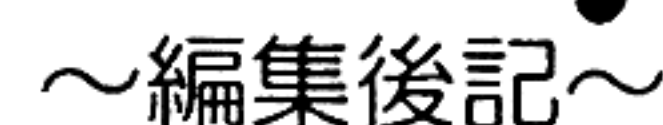


- ## 8月在宅サービスの予定

☆ デイサービスの予定

☆ マッサージ 22日

『いこいの村だより』 14 近日発売



はじめした季節よ、さようなら…。
おまつりには花火、ピーヒャララ♪
身体に気をつけて、夏を
満喫ください。