

まんさく

*平成27年8月10日発行 第38号

～こころ豊かに…あなたらしさを大切にします～

新しい花壇が増えました!!



昨年に引き続き
白馬村ボランティア協議会の皆様
ありがとうございました。

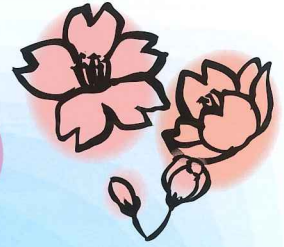


【発行】一社会福祉法人 大北社会福祉事業協会一

特別養護老人ホーム 白 嶺 〒399-9211 長野県北安曇郡白馬村大字神城22847番地2
TEL0261-75-4010 FAX0261-75-4002 URL <http://hakurei-nagano.com>
デイサービスセンター 白 嶺 TEL0261-75-4030 FAX0261-75-4003 MAIL day@hakurei.or.jp
居宅介護支援事業所 白 嶺 TEL0261-75-4015 FAX0261-75-4003 MAIL siencent@bz03.plala.or.jp



歳時記



えべえべ祭

白馬にも春が訪れ始めた4月19日、白馬メディアの「えべえべ祭」に出かけてきました。今年度初めての外出であり楽しんでできました。



美味しいお料理を
ありがとうございました。



塩の道祭り

5月4日、毎年恒例の塩の道祭りの見学に行ってきました。当日はあいにくの天気で肌寒かったですが、楽しくすごしてきました。



仲良く記念撮影。



第19回 白リンピック

6月12日

今年もしろうま保育園の園児を迎え、皆様のご協力により白リンピックを開催することができました。

当日は梅雨空もなんのその、会場内は熱気と笑顔でいっぱいでした。

お忙しい中、ご来場いただきました皆様ありがとうございました。



お相撲さんも一緒にダンス
子どもたちからいっぱい元気をもらいました





デイサービスセンター白嶺



～早春のお花を楽しむ～



大町市美麻小規模多機能型居宅介護施設
“さくら”に静の桜を見に行きました。
桜の開花はまだでしたが、水芭蕉、水仙
がきれいでした。

さくらの皆様にパンケーキをごちそうに
なり、とても楽しいひとときでした。

毎日を

元気で
過ごす

お手伝い



大町市中山高原の
菜の花。
きれいでした！

農具川のあやめ



農具川の芝桜
こんなに整備され
素晴らしいです！

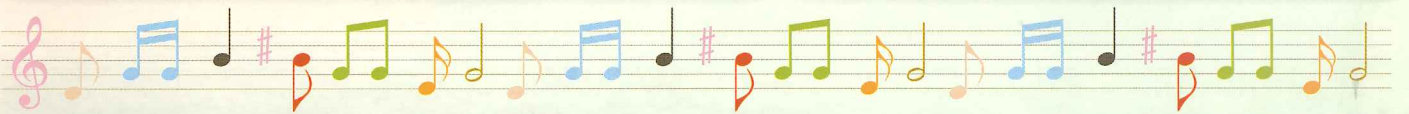




白馬メディアとの交流会

5月24日(日)白嶺中庭にてメディアとの交流会を行いました。

利用者様と職員のふれあいダンスを行い、
沢山の笑顔を見ることができました。



こんにちは！居宅介護支援事業所「白嶺」です

今回は、温泉による介護予防についてお話をします。

全国に3,000カ所以上ある温泉法上の温泉の中で、含有成分に関する7つの特定条件のうち1つ以上規定値に達しているものを「療養泉」と呼び、泉質名が付き、「適応症」が認められます。

温泉の適応症(効能)については、脱衣室の壁に貼ってある分析表に必ず「筋肉痛、関節痛・・・健康増進」まで記載されています。

各温泉の特徴については「健康増進」の次の文言に注目します。例えば白馬八方温泉は「不眠症、うつ」等に効果があり、北小谷風吹荘温泉は「きりきず、慢性皮膚疾患」等に効果があるのだと確かめます。

肝心なのは、入浴前に分析表を見て、身体に効くのだと「思い込んで」入浴することです。乳糖等の偽薬でも、よく効く薬だと思って服薬することと同様です。これをプラシボ効果と呼びます。

写真は、グリーンシーズンのみ営業している八方の「北尾根の湯」です。介護者の方も、ご本人が通所介護に出掛けている間に、標高1,200mの高原で温泉に入ってリフレッシュする機会をつくることも介護予防につながるのではないのでしょうか。

(細田・大島)



職員 の 異動

退職 山崎 美恵子

白嶺に10年以上勤務させていただきました。いろいろな出会いがあって楽しくお仕事をさせてもらいました。皆様もお体に気を付けてお過ごしください。

新任 柳澤 浩子

6月からお世話になっております。以前は宅老所に勤務しており、違った介護保険施設で日々勉強の毎日です。ご利用者の笑顔に助けられ頑張りますので宜しくお願い致します。

ご厚志 ありがとうございます

大北仏教会様

吉澤幸男様

平林秀敏様



タオル類等のご寄付もいただくことができありがたく活用させてもらっています。常に受付していますので宜しくお願いします。

朝顔の絆 神城婦人会様



運動会前には白馬村民生児童委員協議会のみなさまに、納涼祭前にはJ A大北のみなさまに草刈り等をしていただきました。草がきれいに刈られている中庭は、花壇の花が咲きだし、大変きれいです。ご来所された皆様にも是非眺めていってほしい風景です。



行事のお知らせ

《白嶺敬老祭》

9月18日（金）開催

寿



編集後記

先日、白馬南小の音楽会に利用者の方と出かけてきました。お二人とも南小の卒業生でした。当然校舎や体育館は新しくなっていますが、それでも何度も「懐かしい〜」とおっしゃっていました。「昔の音楽会はただ並んで歌うきりだったけど、今はすごいね。」音楽会のすばらしさとお二人が喜んで下さる姿と一緒にいった私たちも感激でした。施設での生活が中心になってしまう毎日ですが、こうやってどんどん地域に出かけていきたいと思えます。

外泊は無理でも、お墓参りやご自宅への外出などお手伝いしていきたいと思えますので、ご相談ください。(N)

