



安曇野ちひろ美術館

楽しかった
安曇野バス旅行

一昨年から木曾寮へお世話になり、昨年はお父さんが行かれなく、今年初めて参加することができました。
待ちに待った旅行でしたが、当日はあいにくの寒い雨の一日になってしまいました。



豪華なリフトバス

それでも暖かい服装で出かけたので、ちようど良かったです。
「安曇野スイス村」で食べた昼食は重箱へたくさんの美味しそうな物が入っていて、少しさめてはいいましたが大勢で食べたので、とても美味しかったです。

老人ホーム 木曾寮だより

第 73 号

年 2 回発行
木曾広域連合
養護老人ホーム
木 曾 寮
TEL 0264-52-2054
FAX 0264-52-2934
Eメール kisoroyou@kisoji.com

「安曇野ちひろ美術館」は素晴らしい絵画がたくさん展示してあり、とても感動しました。

後になって喫茶店もあることを知って、とても後悔しました。

お土産をたくさん買い過ぎたしまい、お財布がとてもピンチになってしまいました。

安曇野は以前は通過するだけでしたが、今回初めてゆっくりと見る事ができました。お父さんは一日中車椅子へ座っていて大変疲れたようでしたが、北アルプスの山々も綺麗に見え、付添の職員さんやボランティアの方々に手伝っていただき、大変楽しい旅行が出来たことに感謝しております。

毎日健康で過ごし、また夫婦そろって旅行に参加できることを楽しみにしております。



皆さんが、待ちに待ったバス旅行も、あいにくの雨となつてしまいました。
それでも雲の間から見える北アルプスの雄大な山々、広々と広がる安曇野の田園風景の中に咲く桜や菜の花の美しい景色に感動しました。
木曾と違って空気が美味しいと言ってる人もいましたが、それは旅に出た開放感から出た言葉なのでしょうか・・・。

安曇野バス旅行に

参加して

上松町ボランティア連絡協議会

高橋 弘子



「岩崎ちひろ美術館」では
優しい絵画にふれ、心癒さ
れ「安曇野ワイナリー」では、
ワインの試飲、そしてお土
産の買い物と、いつもの生
活とは違ったひと時を楽し
みました。
帰りのバスの中では、カ
ラオケをする人疲れてウト
ウトする人……。
雨にもかかわらず、楽し
い楽しいバスの旅でした。

懐かしい紙芝居

木曽人権擁護委員会の皆
様により「紙芝居」を行っ
て頂きました。「食べられた
やまんば」を始めとし、三
作の紙芝居を楽しませてい
ただきました。

多くの利用者の皆さんが、
用意してくださった「棒付

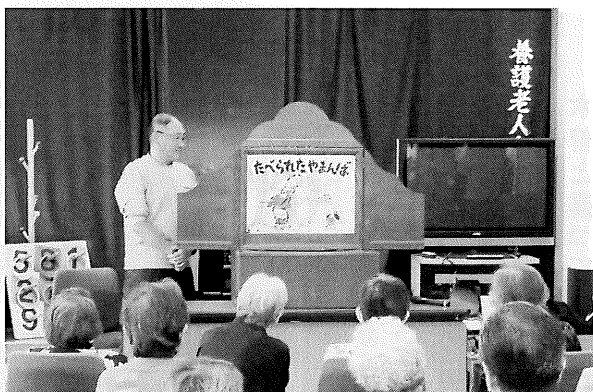


きのアメ玉」を舐めながら、
昔を懐かしんで、食い入る
ようにボランティアの皆様
の上手な語りに夢中になっ
ていました。

大正から昭和二桁生まれ
までの幅広い年代層の利用
者の皆様がみえますが、皆
「自分たちの小さい時はこう
だった」など多くの幼少期
の話題にも花が咲きました。

今では「大型の薄型テレ
ビ」が、娯楽の中心となっ
てしまい、すっかり忘れか
けていた「紙芝居」の魅力
を再発見した楽しいひと時
を過ごさせていただきました。

利用者の多くの皆様より
「また観たい」との声が多く
ありました。木曽人権擁護
委員の皆様ありがとうございました。



懐かしい紙芝居に夢中です

木曽寮に

再赴任して

生活相談係長

大畑 和則

本年四月より木曽寮へ再赴任をし、生活相談係長を務めさせていただいております。

平成二十二年十月より、木曽クリーンセンターへ異動をして事務関係を始めとし、主にリサイクル関係の業務を担当しております。

中でも、プラ容器包装リサイクルを主として仕事をしておりましたが、その関係で木曽寮へ戻った今でも、プラマーク表示のある物が「ごみ」として捨てられていたりすると、「もったいない」と思い、ついついお菓子の袋などを切り裂き汚れを落とし「プラ指定袋」へ入れてしまいます。

四月に利用者の皆さんにリサイクルのお話をさせ

ていただき、「買って・食べて・捨てる」のではなく、お菓子の袋や箱やペットボトルなどに表示されているマークに興味を持ち、ただ捨てるのではなく、リサイクルに興味をもち老化防止のリハビリにつなげましょうとお話をさせていただき、ロビーに「プラごみ入れ」を設置させていただいたところ、関係ない物が入っている事もあります。徐々に、今までごみとして捨て



られていた物がリサイクルされるようになってきました。

それとは逆に、我が家では先日リサイクル品をごみと間違えて出してしまい、初めて「注意シール」を貼られ収集されず恥かしい思いをしました。

木曽寮へ再赴任してまだまだ半年前以下の仕事しかできませんが、まず利用者の皆さんをよく知ることから始め、利用者の皆さんとの信頼関係を築くことで、何でも困った事があれば気軽に相談できる生活相談係を目指して奮闘しております。

入所者の皆さんには「木曽寮へ来て良かった」と思っていたできるように頑張りますので、宜しくお願い致します。



利用者さんのつぶやき

バスの中 見る外の緑が

目にしみる

赤沢の 美林に響く

水の音

林鉄の 音聞きながら

帰り路



春夏秋冬

所長 下山 貢

木曾寮の副所長兼生活相談係長として、利用者の皆さんの生活面に直接関わる仕事をさせていただいていましたが、今年の四月から所長を務めさせていただくことになりました。

今までとは違い、戸惑うばかりの毎日です。

力不足ではありますが、精一杯頑張つてまいりたいと思いますので、どうか宜しくお願い致します。

この時期は梅雨前線が停滞し、不安定な天気が続きます。

また、台風の影響で前線がより活発となり、局地的に豪雨となり、土砂災害や洪水の被害が心配されます。

昨年七月、南木曾町で豪雨による大規模な土砂災害が発生し、尊い命が奪わ

れました。

災害当日、国道の通行止めの連絡を受け、急いで木曾寮を後にしました。

国道は寸断されているため、右岸道路を南下し、やつとの思いで南木曾町に入り、災害現場の対岸にたどり着いた時に目にした光景は今でも忘れられません。こんな身近なところでこんなにも大きな災害が起きるなんて・・・。

木曾郡内には急傾斜地や土砂災害警戒区域に指定されている危険個所が多く見受けられます。

ここ木曾寮周辺も土砂災害警戒区域に指定されています。

年四回定期的に避難訓練を実施していますが、火災だけではなく豪雨による土砂災害を想定した訓練も実施するようにしています。

雨の中、外に出れば危険も増すので、施設の中でできるだけ高い所へ避難しま

す。

お年寄りには非常に負担の大きい訓練になります。が、逃げ遅れて命を落とさないよう職員も真剣です。

何時何処で何が起きるかわかりません。

もしもの時、地域の方が木曾寮を避難場所として利用していただいたり、入所者の避難の際に応援協力をお願いできる関係を大切にさせていただきますと思いますので、今後とも宜しくお願い致します。



平成26年南木曾町豪雨災害

宿直の夜

佐野 明

夜勤明け 喉あけてゆく

缶ビール

気怠さや 猛暑は介護の

夜ホーム

八十路して 恋のきざしや

夜の暑さや

生真面目な 夜勤介護の

玉の汗

熱帯夜 介護忙しき

息はずむ

人気配なき 厨房に

扇風機

梅雨の 介護弱者の上に

重くなる

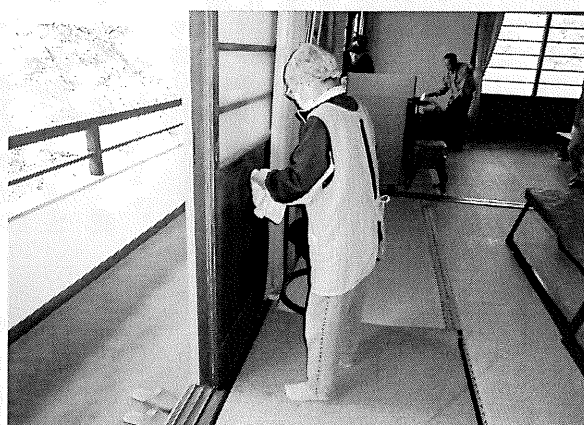
介護者の 一息庭の

紫陽花に

木曽寮行事アルバム



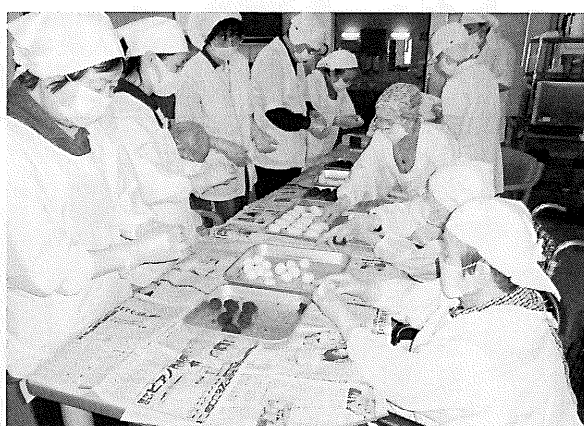
大宝寺住職さんによる法話



臨川寺清掃活動



週1回のお楽しみ売店



朴葉巻き作り



クラウンキャンプ来寮

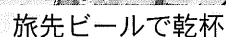


鹿島神社祭礼

平成27年1月～6月

6 県議会議員不在者投票

28 しらかば喫茶



木 曾 寮 献 立 表

ちよっとひとこと

21日 (火)

味噌汁	ちりめん山椒	つぼ漬
[大根]	おくらの	ジョア
[えのき茸]	おかか和え	
エネルギー	368kcal	塩分 3.1g
うな井	わらびもち	
しじみの吸い物		
みどり酢和え		
エネルギー	614kcal	塩分 3.5g
マーボートマト	きざみ漬	
レタスの炒め物		
エネルギー	389kcal	塩分 2.3g

22日 (水)

味噌汁	でんぷ	野沢菜漬
[玉ねぎ]	じゃが芋の	牛乳
[わかめ]	しょうが煮	
エネルギー	484kcal	塩分 3.8g
お好み焼きオムレツ		
みそ汁		
春雨の中華サラダ		
エネルギー	451kcal	塩分 3.4g
魚すき	くるみ和え	
豆腐の肉みそ田楽		
エネルギー	429kcal	塩分 3.5g

23日 (木)

味噌汁	しそわかめ	はんなり漬
[白菜]	白和え	牛乳
[油揚げ]		
エネルギー	442kcal	塩分 4.1g
じゃことしそのまぜご飯		
みそ汁	フルーツヨーグルト	
ピザ風ポテト		
エネルギー	460kcal	塩分 3.1g
ぶたしゃぶサラダ		
五目煮	にらの卵とじ	
エネルギー	454kcal	塩分 3.2g

24日 (金)

味噌汁	サケフレーク	白菜漬
[じゃが芋]	切干大根の	ジョア
[みょうが]	煮付	
エネルギー	465kcal	塩分 3.8g
みそかつ		
わかめスープ		
キャベツとあさりのあえ物		
エネルギー	481kcal	塩分 3.5g
パンブキンシチュー	もやしと枝豆のサラダ	
ズッキーニのガーリック炒め		
エネルギー	418kcal	塩分 2.0g

25日 (土)

味噌汁	なつとう	うめぼし
[豆腐]	しらすぼし	牛乳
[ねぎ]		
エネルギー	495kcal	塩分 3.4g
そうめん		
長芋のマヨネーズ炒め		
にらせんべい		
エネルギー	483kcal	塩分 4.1g
焼肉	おろし和え	
いんげんのみそ煮		
エネルギー	405kcal	塩分 1.3g

26日 (日)

味噌汁	あみ佃煮	ゆず大根漬
[南瓜]	姫竹のかつお	ヤクルト
[しいたけ]	煮	
エネルギー	392kcal	塩分 3.3g
なすのミートグラタン		
かき玉汁		
マヨグルト和え		
エネルギー	437kcal	塩分 2.3g
さばのみそ煮	豆サラダ	
塩こうじ肉じゃが		
エネルギー	550kcal	塩分 2.3g

27日 (月)

味噌汁	マグロフレーク	みょうがの甘酢漬
[大根]	ひじきの煮付	牛乳
[油揚げ]		
エネルギー	467kcal	塩分 3.6g
親子丼	すいか	
春雨と夕顔のスープ		
ポテトサラダ		
エネルギー	490kcal	塩分 3.9g
ソーセージの甘酢炒め	あさづけ	
南瓜といんげんの煮付		
エネルギー	420kcal	塩分 2.9g

28日 (火)

味噌汁	赤貝味付け	野沢菜漬
[白菜]	野菜豆	ジョア
[わかめ]		
エネルギー	398kcal	塩分 2.9g
エビフライ		
野菜汁		
はりはり漬		
エネルギー	548kcal	塩分 3.1g
マカロニソテー	おひたし	
さけ缶と芋の煮物		
エネルギー	426kcal	塩分 2.5g

梅雨もあけ、暑い夏がきました。

涼しいと言われる木曾も30℃を超える暑い

日が連日続くようになり、毎日熱中症に気を

つけてもらうため水分補給をこまめによび

かけています。21日は7月の誕生会で

丑の日には少し早いですがうなぎを食べ

ビールで乾杯して夏を乗り切る体力を

つけてもらいました。

献立からメニューを紹介します。

～マヨグルト和え～

材料: ブロッコリー1/4房、ソーセージ1/4本

プレーンヨーグルト5g、マヨネーズ 小さじ1

塩・胡椒 適宜

作り方: ブロッコリーは小房にわけてゆで

てさましておく。(水をかけると水っぽくなる

のでざるにあげて冷ましてください)

ソーセージは薄く輪切りに切る。

マヨネーズとヨーグルトをよくまぜて塩・

こしょうで味をととのえておく。

ブロッコリーがさめたらソーセージと混ぜ、

ヨーグルトをまぜたマヨネーズをかければ

出来上がりです。

* 和える野菜はきやべつ・レタス・胡瓜など

お好みの物にかえてください。

* ソーセージもツナ缶や竹輪・かまぼこ

蒸したささみや胸肉・ハムなどお好みの

物にかえてください。

マヨグルトソースは混ぜてから冷蔵庫で

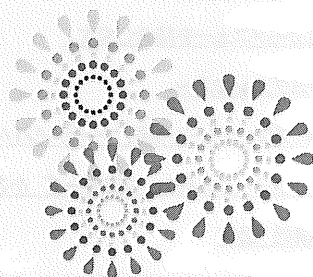
冷やしておくと暑い時期には冷たくておい

しくなります。(このとき、野菜にかける前に

もう一度まぜてからかけてください。)

しらかば喫茶

(年越し蕎麦)



ありがとうございました。



ありがとうございました。

毎日、毎日暑さ記録が更新される今日この頃ですが、木曾寮で過ごされている利用者の皆さんも、熱中症にならないように、水分補給をしたりして「元氣」に過ごしておられます。

生活相談係長 大畑 和則