

# みんなのつくも



平成28年  
6月26日

## 第9回ボランティア懇親会

Ohana  
Maharohは  
ハワイの言葉



～ 今年のテーマ **Ohana “仲間” & Maharo “家族”** ～

キャラバン三橋会  
三橋真名武さんの  
歌謡曲コンサート♪



キャラバン三橋会の山本さん  
による真さんコンサート♪



フラダンス“オリオリ”難波さんの特別レッスン★



どこまでも明るく、どこまでもエネルギッシュなボランティア様たち！  
老健つくもに活力をもたらししてくれる頼もしいパートナーです！！



ハーモニカ宅急便 眞鍋さん&福田さんの飛び入り演奏会♪



懇親会のフィナーレは、みんなで炭坑節を踊って盛り上がりました(^\_^)～

老健つくもはボランティア様と共に歩んでいける施設を目指します！



第9回ボランティア懇親会の参加人数は過去最高でした！

ボランティアの皆様は老健つくもの大切な仲間であり家族です！  
これからも、よろしくお願いいたします！！

### 運営理念

- 私たちはお客様本位のケアを提供します。
- 私たちは御家族と共に自立と在宅ケアを支援します。
- 私たちは働き甲斐のある職場づくりを目指します。
- 私たちは地域と連携した施設を確立していきます。

医療法人 蒼龍会 介護老人保健施設つくも

平成28年  
4月24日  
開催！  
ご家族様と  
楽しく歓談♪



# 第13回デイケア家族会！

平成28年4月24日、第13回デイケア家族会を開催しました。この家族会は、普段はお話する機会の少ないご家族様とスタッフの交流の場として、年2回開催しています。今回も、介護での悩みや気を付けていること、毎日の楽しみなど、たくさん話題で盛り上がりました。ご参加いただきましたご家族様とご利用者様、本当にありがとうございました！



デイケア家族会の全体の様子。たくさんのご家族様とお話できました。



ご家族様とご利用者様といっしょに楽しさを共有できる家族会でした。

三田看護師の講演「健康管理について～足は生活を守り、命を守る」



仁科介護士の講演「今後の通所リハビリの目的について」



## ★ボランティアさん紹介 ハーモニカ今田さんのソロコンサート★



**★今田さんはこんな人★**  
♪ボランティアを開始された時期は？  
平成25年6月中旬ごろです。

♪ボランティアをされたきっかけは？  
10年前までアンサンブルでハーモニカ活動をしていましたが、3年前からソロ活動を始めました。

♪ボランティアをされた感想は？  
多くの人に出会い助けられ、楽しく演奏できることで私自身の活力になっています。

♪大切にされていることは？  
私自身 持病を持ち、皆様と同様に多くの人に助けられて今を生きています。ご縁の大切さを実感します。



笑顔が素敵な今田さんは月1回、ハーモニカ演奏をしてくださっています。

演奏前に歌の解説があり、当時の思い出がよみがえります。曲調に合わせて複数のハーモニカを使い分ける徹底ぶり、情感あふれる音色を奏でる1時間のソロ演奏会を開催中♪



◆主な演奏曲  
夏は来ぬ  
ふたり酒  
青い山脈  
高校三年生

# 健康コラム～暑い夏を美味しく乗り切るお肉料理“鶏うまハム”～

夏なんて たんぱく質で 吹き飛ばそ～(川柳)  
 という訳で、暑い夏はお肉を食べてスタミナ付けて、夏バテにならずに元気に過ごしましょう！  
 今回のコラムでは、そんな暑い夏にピッタリのお肉料理を紹介します。簡単調理で、美味しく食べれる鶏肉を使ったお料理『鶏うまハム』です。

ヘルパーステーション 清田直美

材料(2人分)：鶏胸肉・・・1枚 その他野菜・・・適量  
 A〔塩&こしょう・・・小さじ2/3 はちみつ・・・小さじ1 おろしニンニク・・・適量〕

作り方 ①材料はこちら



②皮をとって切り込みを入れて厚みを均等にし[A]をもみ込む。



③水分をとって棒状に巻きラップでくるむ。



④耐熱のビニール袋に入れて、炊飯器に熱湯をひたし保温モードで1時間加熱する。



⑤冷蔵庫で冷やして、切り分けたら『鶏うまハム』の完成！



鶏うまハム  
 レパートリー



鶏うまバーガー



鶏うまタレ丼



鶏うまサラダ



鶏うま冷しうどん



鶏うまお弁当おかず

つくも農園  
 イチゴ狩り



イチゴを持ってハイ、チーズ～

H28年6月のある日



赤いイチゴを取れば幸せ気分～



甘くて大きなイチゴの収穫よ！

## 新しいスタッフ&異動スタッフの紹介 (H28.4.16~H28.7.15)

よろしくお願ひします！



名前 花田 佳奈  
 職 養護士  
 部署 看護部  
 自己紹介 看護師の経験が豊富です。よろしくお願いします。



名前 原田 言衣  
 職 養護士  
 部署 2階福祉課  
 自己紹介 非常勤です。よろしくお願いします。

◆今年度より2年に1回バザーを開催いたします。

平成28年度秋のバザー開催バザー品の募集のお願い

- 古着・中古品・食品以外のもの
- で、タオル類、石鹸、洗剤類は特に歓迎いたします。
- ・バザー用品をご提供の方には、当日販売の焼いも無料券をプレゼントいたします。
- ・バザー品をご提供いただける方はご連絡をいただければ、取りにお伺いいたします。
- ・ただ遠方の方などは、お伺いできない場合がございます。連絡先06-6872-0270
- ☆つくもで毎年使っていた鯉のぼりが破損しました。つきましては、ご不用になった野外用の大きな鯉のぼりの寄贈をお願いいたします。毎年5月の端午の節句に飾らせていただきます。



**介護老人保健施設つくも**  
**つくも通所リハビリテーション**  
**TEL 06-6872-0270**  
**つくもヘルパステーション**  
**TEL 06-6873-7773**  
**つくもケアプランセンター**  
**TEL 06-6872-0281**  
**吹田市津雲台・藤白台**  
**地域包括支援センター**  
**TEL 06-7654-5350**



阪急山田駅 モノレール山田駅より  
 徒歩7分

★お知らせ★

◆第16回 つくも夏祭り◆

日時：平成28年8月28日（日） 15時30分～19時00分

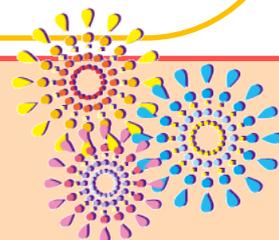
場所：老健つくも 1階フロア

内容：模擬店[カキ氷・綿菓子など](16時00分～)、ゲーム(16時00分～)  
 盆踊り大会(18時00分～)

☆当日のボランティアを募集しています(06-6872-0270 まで)

\*模擬店でのお食事には1枚100円のつくも券が必要です。

当日、つくもにて販売いたします。



★お知らせ★

◆第18回つくも介護講演会◆

平成28年7月24日（日）14:00～15:00

会場：つくも1階デイケアフロア 参加費：無料

テーマ：吹田市主催 認知症サポーター養成講座～吹田市キャラバンメイト～

講師①：揖場和子 講師②：青木幾久子（津雲台・藤白台地域包括支援センター長）

◎希望される方には、講演会終了後に施設見学を実施しています。

『認知症サポーター』は、認知症を正しく理解して地域の中で認知症の方を見守る支援者のことです。この講演会を受講すると、オレンジリングを授与され認知症サポーターになれます！



オレンジリング