

### 今年のふれあい祭りは、8月19日開催です！



昨年度のふれあい祭りの写真です。

(H29.8.20撮影)

“施設長より挨拶”

施設長 大家 竹治

池上長寿園で働く私達の制服はギンガムチェックと呼ばれる柄でデザインされています。白や青、少し薄い青など、小格子模様とも言いますが、縦横同じ幅で交わりながら一つの柄となって構成されています。

私はこれまで仕事を通じてたくさんのご利用者、ご家族、地域の皆様、そして職場の同僚や上司と出会い、その人達に支えられながらここまで歩いてくる事ができました。どこかギンガムチェックの模様のように思えます。

七月一日より施設長に就任しますが、これまで通り、たくさんの人達との出会いや交流を大切に、その中で自分自身が成長し、ご利用者、ご家族、地域の皆様から信頼され続ける施設でいられるよう全力で取り組んでまいります。みなさま今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

<お知らせ>

法人の組織改正により、羽田事業部門と糀谷事業部門が一緒になり「羽田・糀谷事業部門」と名称が変わりました。

特集！  
懐かしい  
夏の涼み方

昔と比べ、今は気温も高くなってきており家の中に居ても、熱中症になりやすくなっています。

暑い夏をしのぐ「涼を取る工夫」が色々と考えられてきました。そうした工夫のいくつかは、今の時代にも受け継がれています。  
今回は、懐かしい夏の涼み方について紹介します。



江戸時代の夏の涼の取り方として、欠かせないのが自然の風と水です。

日中は夏の日差しを葦簀（よしず）で遮りながら、打ち水をして涼しい風が室内を通るように工夫し、見た目にも涼しいように、鉢にたっぴりの水を入れて中を泳ぐ金魚を鑑賞したり、水の中に浮かべて冷やした夏野菜やスイカなどを食べたりと、水をつまぐ活用することで少しでも涼しく感じるように工夫したようです。

また、風鈴のチリンチリンという涼しげな音色で耳から涼を感じたところで、素材には、ガラスのほか、金属製の物や陶器製の物もありました。



そして、涼を求めて皆が集まるのが水辺です。川のほとりや池の周りをそぞろ歩いて、そこを吹く涼しい風に当たったりして、涼を楽しんだそうです。

また、「滝浴み（たきあみ）」で、水しぶきをあげて落下する滝を眺めて楽しんだり、滝の近くでお弁当を食べたり、もちろん滝に打たれたり。江戸時代では、東京の王子にいくつかがある滝に行楽を兼ねて出かけるのが流行っていたそうです。



遠くに行かなくても、夏の夜に、怪談で涼むなんていかがでしょうか？怖い話にゾッとすれば暑さも忘れれます。

江戸時代では、「百物語」という怪談会が夏の肝試しとして大人気だったそうです。

また、行水はいかがでしょうか？夏には欠かせない納涼方法で、今でも「ニールプール」を庭先などに出して子どもたちが水遊びしたりしますが、あれもりっぱな行水といえるでしょう。

ここまで、懐かしい涼の取り方をお伝えしましたが、いかがでしたでしょうか？  
今年の夏も暑いですが、エアコンの効いた部屋でのんびり過ごすのもいいですが、今年の夏はうちわであおぎながら夕涼みというのはいかがでしょう？



特養職員 杉原

## お花見行事

特養では、今年の四月三日から七日の期間で、入居者の皆様と一緒にお花見に行つて来ました。当日は特養糺谷より車でドライトを楽しみながら、特養羽田近くの公園に向かいました。

この五日間は天候にも恵まれ、季節の花をゆつたりと眺めながら散策ができたので、参加して頂いた入居者の皆様の笑顔も、たくさん見ることが出来ました。また、参加された入居者の皆様には、普段とは違う風景を楽しんで頂けたのではないかとおもいます。ぜひ、来年のお花見行事も楽しみにして下さい。

特養職員 田村



## 初夏の 外出訓練行事

在宅では、五月後半から六月にかけて、毎年恒例の外出訓練行事を行いました。

今回は、「区民ホールでのピアノコンサート」「芝公園散策」「池上の古民家カフェでおやつ」の三択の中から、ご利用者の方々に行きたい所を選んでいただきました。

ピアノコンサート参加組は、ピアノと一緒にバッチリ記念撮影もできました。

芝公園散策参加組は、間近に東京タワーを見て、「昔、何度も昇ったよ」など懐かしそうに話しながら、公園で歩行訓練をされました。



当日は、天気も良く  
外出日和でした 😊



古民家カフェ参加組は、「実家は、こんな家だったの」と言いながら、プリンやあんみつをおいしそうに召し上がっていました。

ご利用者の皆様が、日々のデイサービス利用により、元気な体を維持して、次回の外出訓練に、また参加してもらえらるよう願ってやみません。

在宅職員 多田

## 夏の一大イベント！ ふれあい祭開催

今年もふれあい祭が開催されます。八月十九日(日)午後二時から五時までとなっております。当祭りは、しいのき園との合同開催です。しいのき園は、お昼十二時から午後三時三十分まで開催しています。

当日は、たこ焼き、焼きそばなど全十二店の模擬店。各団体による演奏会などさらにお祭りを盛り上げていきます。又、盆踊りもありますので、全員で輪になり楽しく踊りましょう。四階フロア談話室では「特養ブース」として特養入居者の皆様にさらに楽しんでいただけるような企画を考えています。

夏の思い出に是非ご参加ください。

ふれあい祭実行委員会

特養職員 鈴木

「家族介護者の会」  
毎月第一水曜日  
十二時半～十五時

家族介護者の会は、介護の悩みなどを共有する懇談会、リフレッシュも兼ねて簡単な体操を行っております。

今後の開催日

- 八月 八日
- 九月 十一日
- 十月 十日

「つながるカフェ」  
毎月第二木曜日  
十三時三十分～十五時

『仲間への』『居場所への』をコンセプトに、新たなカフェをオープンしました。

お茶やコーヒーを飲みながら趣味活動や交流など自由にお過ごし頂けます。

ぜひお気軽にお越しください。お待ちしております。

今後の開催日

- 八月 九日
- 九月 十三日
- 十月 十一日

【会場】特別養護老人ホーム糀谷 一階 介護者教室

オレンジカフェ  
「つながる」  
毎月第四木曜日  
十四時～十六時

認知症の初期の方やそのご家族、認知症予防に関心のある方を対象に開催しています。

このカフェは、認知症の方やそのご家族の相談に応じるとともに交流など楽しめる場です。

また、認知症の進行予防と早期発見など、認知症の方にもしい地域への目を指します。

今後の開催日

- 八月 十三日
- 九月 十七日
- 十月 十五日



お役立つミニ講座、糀谷高齢者在宅サービスセンター職員による体操、カフェタイムなど。

【参加費用】二〇〇円（お飲物代）  
【場 所】 特養老人ホーム糀谷 一階 介護者教室

地域包括支援センター糀谷

参加希望・お問合わせ

地域包括支援センター糀谷  
〇三（三七四一）八八六一

皆様のご参加、お待ちしております。

「フィルム 茶茶の間」  
夏の風物詩  
～花火～

今年も暑い夏がやってきました。夏といえば、私は「花火」が思い浮かびます。花火大会に行くと、多くの人で賑わい、花火のドーンという大きな音が躍り、夜空に花咲く色とりどりの輝きとともにフクフクしますよね。

私の出身地秋田県では、大曲の花火大会が有名です。全国各地から花火の職人達が集い、それはそれは、とても綺麗な花火ばかり！小学校五年生の時に、家族みんなで行ったのは、良い思い出です。

今年の夏は、花火大会に行くも良し！家族や仲間思いの思いの花火を選び、庭先でするのも良いですね。

特養職員 畠山



◇編集後記◇

ほほえみ四十一号まで「愛読めり」がございました。今年も例年よりも早く、梅雨が明け、暑さの厳しい日々が続いております。

今年度も、皆様に楽しんで読んで頂ける広報誌を発行していきますので、よろしくお願ひします。

平成三十年七月吉日

広報委員 杉原・長谷川  
稲田・松本・畠山

<http://www.ikeyamior.jp/facility/koujya/tabid/115/Default.aspx>

ほほえみ 第42号  
平成 30 年 7 月 15 日発行  
社会福祉法人池上長寿園  
羽田・糀谷事業部門  
糀谷広報委員会  
〒144-0034  
東京都大田区西糀谷  
二丁目12-1  
電話 03-3745-3001