

私たち清明会は、地域の福祉サービスに特化し、様々な対応に努めておりますが、一層のお役立てを目指すために、施設設備を広く地域の皆様にご利用いただけるよう催し物や研修・勉強会、設備の貸し出し等色々な**地域交流**を図っていきたくと思っています。



少しずつですが、自治会のパークゴルフ大会に参加させて頂き交流を図ったり学校へ行かせて頂き就職活動に係るお話をさせていただいたり、日曜日デイサービススペースが空いているときにカラオケ機・場所を使って頂いたり交流を図らせてもらっています！

広報誌をご覧の皆さんも「これはどうなんだ?」「こんなことはできるのか?」など、ご相談はいつでも受けさせて頂きますので、お気軽に施設までご相談ください！

地域の方々のご要望、例えば

○地域のカラオケ大会に施設を使わせてもらえますか?



○施設の設備や場所を使って演奏会などを行ってもいいですか?



○地域の自治会や学校に来て介護研修や勉強会、福祉相談会などを開いてもらえますか?



○子供達向けの催し物を施設でしてくれますか?



○大規模災害に向けて、地域との協力体制づくりや訓練をやってくれますか?



すべて大丈夫です!!
地域の施設として、ご協力させていただきますのでこの他、ご要望、ご相談などお聞かせください。



今号の花言葉は「コスモス」

ユニットのグループ名のひとつコスモスの花言葉を紹介させて頂きます。コスモス(英語名: cosmos)という花の名は、ギリシャ語 "kosmos" に由来するもので、秩序、調和を意味します。

この元々の意味合いから、次第に秩序や調和をもつ宇宙や世界のこともコスモスとよばれるようになり、また、秩序・調和を持つものは美的にも優れていることから、「美しい」「装飾」という意味合いも持つようになりました。これがコスモスの花言葉「美的調和」の由来です。

涼やかなイメージのあるコスモスですが、なんと原産地は南国のメキシコなのだとか。コロンブスの新大陸発見によりヨーロッパに伝わり、江戸時代に日本人女性に恋をしたイタリアの教育者によって日本にも導入されたということです。

コスモスの花には一重咲きのほかに八重咲きの種類もあり、色合いも白などの単色のほかに複色の種類もどんどん増えてきています。

日本の風土にマッチした特質を持っていること、白やピンクの可憐な花びらに似合わずとてもバイタリティのある花ゆえ、現在でも至る所にコスモスはその優雅な姿を見せています。当施設職員も、バイタリティにあふれ沢山の事を皆様と一緒にやっていきたいと思っています。

編集後記

夏本番を迎え、皆様いかがお過ごしでしょうか。

今年の夏も節電に取り組む方も多いと思いますが、空調機を使わないといった過度の節電は、熱中症になる危険性があります。状況に応じて、できる範囲での節電を心がけるとともに少しでも快適に過ごす工夫をしていきたいものです。

又、室内にいても熱中症になると言われています。細目な水分と塩分を補給するだけで熱中症が防げますので心がけてください。

今回の広報誌は、みなさんの経験を活かしていろいろな豆知識を載せました。お役に立てる事もあるかと思っております是非、ご参考にしてください。

広報担当 菅谷



花ことば

元気を応援します 社会福祉法人 清明会
発行; 特別養護老人ホームはなみずき
ショートステイはなみずき
デイサービスセンターはなみずき
在宅介護支援センターはなみずき
ヘルパーステーションはなみずき
ケアハウス りんどう
ケアハウス ガーデンカルミア
八千代市高津・緑が丘地域包括支援センター
広報担当: 菅谷 電話 047-480-5050
〒276-0004 千葉県八千代市島田台 998-4
構成デザイン・印刷: (株)ケイズグッド

ホームページ: <http://seimeikai-hanamizuki.com/> Eメール: hana-seimeikai@luck.ocn.ne.jp

皆さん、こんにちは

社会福祉法人 清明会 副理事長の寺田憲児と申します、どうぞ宜しくお願いいたします。

早いもので私が、この清明会にて働くことになり2年半が経とうとしております。福祉の仕事は経験がなく、当初はとまどいや慣れない部分もありました、ですが少しずつではありますが入居者の皆様、職員の皆さんのおかげで毎日楽しく過ごすことができ、福祉の現場を目のあたりにすることで、日々勉強させてもらい、この介護という仕事の奥深さ、大事な命をお預かりしているという使命感を感じております。

副理事長としての今後の使命は、皆様から愛され、信頼され、地域に根付いた施設を運営していくこと、また、全国一の社会福祉法人を目指していくことをだと思っていますので、今後とも温かくも厳しいご意見やご協力をどうぞ宜しくお願いいたします。

副理事長 寺田 憲児



写真は、ユニット型特養の入居者様と職員です

5:00	お手洗いのお手伝い
6:00~	起床 一人一人に合わせて起床していただきます
8:00~	朝食
9:00	お手洗いのお手伝い
9:30~	ラジオ体操 毎日の日課です
10:00~	入浴 週に2回以上お風呂がありますよ~!
10:30~	お茶の時間
12:00~	昼食
13:00	お手洗いのお手伝い
14:00~	寝具の交換をします
14:30~	医師の回診があります
15:00~	おやつ 毎日の楽しみ~
16:00	お手洗いのお手伝い
18:00~	夕食
20:00	お手洗いのお手伝い
23:00	お手洗いのお手伝い



いつまでもお元気に!

いつまでも健康に!

お手洗いのお手伝いは時間に捉われず随時行っております

24時間体制で入居者様への見回りを2時間ごとに行っています



快便が健康の秘訣です。
●便器に座る体勢が大事です。前かがみになって和式便器のようにかがむ姿勢が出し切るコツです。



↑「悪い姿勢」 ↑「よい姿勢」

●おしっこを気にして水分を控えると便秘になります!
好きな飲み物何でもいいのでこまめに飲んでくださいね~

●便意がなくてもトイレに行く習慣をつけることも大切です。
決まった時間にトイレに行く癖をつけておくことで、身体がそれを覚えて、自然と便を出しやすくなります。

6:00	玄関開錠 早朝散歩に行かれる方は出発!
6:50~	朝のごあいさつ
7:30~	朝食
9:00~	病院送迎や体調不良者へ声掛け
10:00~	日課のラジオ体操! 毎日2回 口の運動やストレッチ等々
10:30~	オセロや将棋、散歩など 個々に行っています
12:00~	昼食
13:30~	お買い物や ボランティアさんによる行事!
17:30~	夕食 ※各食事後はロビーにて歓談
20:00~	職員が館内を見回ります 入浴は毎日20:00まで入れます
22:00~	職員が館内を見回ります

事業所の一日

6:30	玄関開錠 朝のごあいさつ
7:30~	朝食
9:30~	病院送迎や体調不良者へ声掛け
10:00~	ラジオ体操&ストレッチ運動 計20分位
10:30~	自由時間 韓国ドラマにはまり、廊下でおしゃべり、昼寝、皆さん個々に楽しんでいます
12:00~	昼食
13:00~	自由時間 お買い物、季節の花を観賞、話題の場所、皆さんの要望で行事を行っています! クラブ活動が盛んです
17:30~	夕食
20:00~	職員が館内を見回ります 入浴は毎日20:00まで入れますよ!
22:00~	職員が館内を見回ります



園芸部
りんどう農園にて各種野菜を育て収穫しています。ジャガイモは収穫もおわり、芋もちにして食しました。右のレシピを参考に是非お試し下さい。



絵手紙
季節の植物や、話題の物を題材にして書いています。先生にも来て頂き素敵なお作品が出来上がっています。



手芸
月に3回活動。毎回、試行錯誤を繰り返しながらも作品は文化祭に掲示しています。人気がありますよ。

芋もちの作り方。
ジャガイモ...中2、片栗粉...大3、醤油...少量、バター...少量

- ①じゃがいもの皮をむき、小さめにカットし、柔らかくゆでる
- ②お湯をきり、しっかり潰し、熱いうちに片栗粉を加え、こねるようにスプーンで混ぜる。(混ぜるうちにモチモチしてきます)
- ③好きな大きさに丸め、平らにする。
- ④フライパンに油をひき、焼き色が付くまで焼く。
- ⑤醤油をフライパンに入れて、中火にかけ、焦げない程度に焼きつける。少し焦げ目が付き香づけにバターをいれたら出来上がり。簡単でおいしいので是非試して下さい。モチモチしてやわらかいのでどなたでも食べられます。アレンジしてチーズやベーコンをトッピングしても良いかも!



砂糖が固まってしまったら -----
保存していた砂糖が固まっちゃった経験ってありますよね?! そんな時は固まった上から新しく砂糖を補充してみて。あら不思議・・・手をかけなくてもサラサラに。補充する砂糖がない場合は、食パンをちぎって入れておくとサラサラに。後で食パンをどけておくのを忘れずにね。

8:00~	ご利用者様のご自宅にお出迎え
9:00~	はなみずきに到着 手指消毒・ウェルカムドリンク(糖健康チェック(体温測定・血圧測定)
10:00~	朝の会・朝の体操(ラジオ体操オリジナル体操等) 入浴、リハビリ&マッサージ
11:30~	昼食前の口腔体操
11:40~	昼食・昼休憩 昼食後、口腔清潔(歯磨き)の 昼休憩時にオセロや将棋・囲碁
13:00~	入浴、リハビリ&マッサージ
15:20~	ティータイム(お茶・コーヒー・数種類の中から選んで頂いてい
15:30~	午後の体操(ラジオ体操・オリジナル) 午後のレク(カラオケや脳トレ
16:30~	帰りの会
16:45~	送迎車出発 皆様のご自宅まで安全運転でお送りします



います！

れています！

すよ！



みなさんこの夏の時期に食欲が落ちたりしていませんか？

体を動かさずにしてもこの暑さじゃ…。そこで、簡単な食欲アップの豆知識を伝授しますね。

朝 10 時の恒例のラジオ体操後、口の運動として早口言葉を行っています。(〇)/この口の運動がポイントです！

口を動かすことで唾液の分泌が進み、食欲が出てくるすぐれもの……。更に、口を動かすことで頭の体操やアナウンサー並みに喋り上戸に近づけるとか……。この夏の食増進に体と口を動かしましょう。



様々なお茶・コーヒーの選択制(2)



手伝い
どを楽しまれる方と様々！

紅茶・季節に応じた飲み物(す)

ナル体操等)



リハビリ & マッサージの豆知識

年を重ねられると、膝に痛みを伴う方が大勢いらっしゃいます。痛みの原因はその方、その方で違いますがここでは、一人で簡単に出来る膝痛予防のリハビリ&マッサージを簡単に紹介したいと思います。

膝の痛みが有る方は、両太腿をさするマッサージを行う事で下肢の血流が良くなり痛みが軽減する事があります。

リハビリとしては、座った姿勢で膝を伸ばし 10 cm くらい足を上げます。これを 1 回、5 秒から 15 秒行くと太腿に筋肉が付き、膝の負担が軽減する事があります。

その他、身体の痛みへのご相談については当デイサービスをご利用ください。

いつでもお気軽にご相談してください。

社会福祉法人清明会 平成 25 年度決算報告

(自) 平成 25 年 4 月 1 日～ (至) 平成 26 年 3 月 31 日 (単位: 円)

事業活動収支計算書

平成 26 年 3 月 31 日現在 (単位: 円)

区 分	本年度決算額
事業活動収入計	1,288,175,160
事業活動支出計	1,196,423,928
事業活動収支差額	91,751,232
事業活動外収入計	18,965,465
事業活動外支出計	18,220,332
事業活動外収支差額	745,133
経常収支差額	92,496,365
特別収入計	57,049,118
特別支出計	53,029,120
特別収支差額	4,019,998
当期活動収支差額	96,516,363
前期繰越活動収支差額	862,746,827
当期末繰越活動収支差額	959,263,190
その他の積立金取崩額	5,000,000
その他の積立金積立額	6,500,000
次期繰越活動収支差額	957,763,190

資金収支計算書

平成 26 年 3 月 31 日現在 (単位: 円)

勘定科目	本年度決算額
経常収入計	1,206,271,282
経常支出計	1,091,529,338
経常活動資金収支差額	114,741,944
施設設備等収入計	4,020,000
施設設備等支出計	23,866,561
施設設備等資金収支差額	△19,846,561
財務収入計	23,945,000
財務支出計	46,584,415
財務活動収支差額	△22,639,415
当期資金収支差額合計	72,255,968
前期末支払資金残高	469,316,688
当期末支払資金残高	541,572,656

貸借対照表

平成 26 年 3 月 31 日現在 (単位: 円)

資産の部		負債の部	
勘定科目	決算額	勘定科目	決算額
流動資産	606,475,604	流動負債	64,902,948
現金預金	444,004,906	未払金	39,887,917
未収金	141,741,095	預り金	5,369,511
貯蔵品	2,381,071	前受金	11,145,520
立替金	804,496	他会計区分借入金	8,500,000
前払金	8,974,036		
他会計貸付金	8,500,000		
仮払金	70,000		
固定資産	3,396,995,225	固定負債	433,556,680
固定資産 (基本財産)	2,990,460,890	長期設備資金借入金	333,300,000
建物	2,475,521,016	長期預り金	39,800,000
土地	514,939,874	共助会退職給与引当金	41,013,680
		他会計区分長期借入金	19,443,000
		その他の固定負債	0
その他の固定資産	406,534,335	負債の合計	498,459,628
建物	0		
構築物	54,916,295	純資産の部	
機械及び装置	42,994,318	基本金	605,123,647
車両運搬具	11,839,565	国庫補助金等特別積立金	1,777,724,364
器具及び備品	28,094,360	その他の積立金	164,400,000
建設仮勘定	0	次期繰越活動収支差額	957,763,190
権利	3,753,307	(内当期活動収支差額)	96,516,363
他会計区分長期貸付金	19,443,000	純資産の部合計	3,505,011,201
積立預金	164,400,000	負債及び純資産の部合計	4,003,470,829
その他の固定資産	81,093,490		
資産の部合計	4,003,470,829		

平成 26 年 3 月 9 日 ボランティア懇親会を行いました。

毎年、年度末に行事のお手伝いや演芸でご協力して頂いているボランティアさんに感謝とお礼をさせて頂き、親密な関係を醸成するために開催しています。

お陰様で毎年 50 名弱のボランティアさんに参加して頂いております。ここぞとばかりに、職員も混ざって歓談しながら食事をして、餅をついて、それぞれの演芸を見るなど楽しみっぱいの懇親会でした。今年は全員の集合写真を台紙に貼り理事長直筆のお礼の言葉を書き添えて皆さんにお配りさせて頂きました。当法人に関わって頂いているボランティアの皆様、この場をお借りしまして、あらためてお礼を申し上げますと共に今後ご協力をお願い致します。



入所者さん、利用者さんを楽しませて戴いてありがとうございます。

