

にこにこ情報

竹とんぼ



発行 社会福祉法人緑樹会

〒904-0021 沖縄市胡屋7-2-10

電話 098-930-2525(にこにこ)

FAX 098-933-1324

ホームページ <http://www.ryokujukai.or.jp/>

メール info@ryokujukai.or.jp



(写真:緑樹苑内撮影)

飛行日誌

人生の半分以上を共に過ごし、楽しいとき、落ち込んでいるとき、どんなときにも傍にいてくれた。これから私の人生においても、ずっと必要な存在……それは「珈琲」です。大袈裟な表現になってしましましたが、私と同じ感覚を持っている人も少なくないと思います。「苦みとコクの深い味わい」「芳醇な香り」、やや酸味があればなお良いです。

起床後の「珈琲」は目覚めと共に仕事へ向かうスイッチを入れてくれます。職場での「珈琲」は仕事に集中させてくれます。帰宅後の「珈琲」は一日の疲れを癒してくれます。会議等がある日は多くて一日4～5杯飲んでいます。そんな「珈琲」ですが、近年は世界の様々な研究機関が「珈琲」の持つ成分と健康の関連性について、研究成果を発表しています。「珈琲」に含まれる「抗酸化化合物」が肝疾患、循環器の問題、消化器関連の疾患におけるリスクの低下に繋がること、「珈琲」を飲む習慣のある人は、心臓病や脳卒中などによる死亡リスクが低下するということが発表されています。どの場合も「珈琲」の接種日安は多くても一日3～4杯となっています。このように、最近では「珈琲」は健康維持に繋がる飲物として認知されてきています。

健康維持への取組みは、超高齢社会を迎えていた我が国において最も要課題となっています。各地方自治体は高齢者がなるべく要介護状態になるのを防止し、いつまでも住み慣れた地域で過ごすことができるようになると、団塊の世代が後期高齢（75歳以上）を迎える2025年を目途に地域包括ケアシステムの構築を目指しています。

いつまでも健康で生活していく為には、日頃の生活習慣、バランスのとれた食事、適度な運動、社会との繋がり等が重要となってきますが、地域には、「珈琲」を飲みながら、運動や地域の方々と繋がりが持てる「地域サロン」もあります。是非、地域の資源である「地域サロン」へ足を運んでみてはいかがでしょうか。

今回、飛行日誌を執筆し、珈琲の事をいろいろ書きましたが、私が一番伝えたかったこと、それは、毎朝、美味しい「珈琲」を入れてくれる妻へ「いつもありがとうございます」……あと、事務局の事務員の皆さんも、みてはいかがでしょうか。

「10月1日」は「珈琲の日」です。（事務局長 與座嘉一郎）

竹とんぼ



竹とんぼ



社会福祉法人緑樹会が主催する平成30年度敬老会・新百歳・カジマヤー・トーカチ・並びに生年祝いが、9月9日(日)、NBC4階ホールを会場に華やかに開催された。

敬老会には、迎寿の皆さんをはじめ、そのご家族、来賓を含め約140名余が参加し、長寿を祝つた。

はじめに、舞台前に整列したカジマヤー・トーカチ・生年祝いを迎えた11名が紹介され、祝いを迎えた皆さんに会場から祝福の拍手が送られた。

舞台では緑樹会の役職員による「王府おもろ」、「かぎやで風」が披露されたほか、ご家族の方々によるバイオリン演奏やフラダンス等の余興で花を添えた。各テーブルで祝いを迎えた皆さんから、ご家族の方々へ振る舞われ

かり、これからも共に健康・長寿・平和で過ごせるように

と「祝いの杯」がお

祝いを迎えた皆さ

た。各テーブルで

は、お祝い対象者の

健康と長寿にあや

かり、これからも共

に健康・長寿・平和

で過ごせるよう

に、これから、ご家族の

健康と長寿にあや

かり、これからも共

に健康・長寿

竹とんぼ

「敬老の日」紅白饅頭を寄贈 有限公司 平田青果店

敬老の日の9月17日(月)、有限公司平田青果店(平田嗣幸代表取締役)より、綠樹会の利用者の皆さんへお祝いの紅白かるかん饅頭(200個余)が寄贈された。

平田青果店は、綠樹会の各施設の利用者の皆さんへお祝いの紅白かるかん饅頭(200個余)が寄贈された。

紅白饅頭は、特別養護老人ホーム綠樹苑、ケアハウスといいすかす、ケアハウスサービスセンターの利用者の皆さんへ届けられ、敬老の日のおやつとして振る舞われた。

紅白饅頭を受け取った利用者の金城タケ子さん(特養綠樹苑)は、「たいへん美味しいただきました。いつもふえーでえびたん」と、笑顔を見せた。

(渡久地一)



テーマ:「介護予防」について 第三回「ぬちぐすい講座」を開催

沖縄市地域包括支援センター西部北(綠樹苑)

沖縄市内では現在16ヶ所で『いきいき百歳体操』が行われており、西部北圏域では胡屋公民館やセンター公民館(さわやか会)で行なわれている。(比嘉久美子)



『ぬちぐすい講座』は、出張型の出前講座も行っています。興味のある方は地域包括支援センター西部北までお気軽にご連絡ください。次回は、10月22日(月)午前10時より「相談窓口について(障がい)」を予定しています。

竹とんぼ

旧盆、綠樹会エイサーを披露



8月24日(金)、旧盆の恒例行事となっているエイサーが、ケアハウスで「いーやーさーさー、はーいーや」と、威勢のいい掛け声と共に曲が始まり、太鼓の音が鳴り響くと、感動で涙を流す方もいた。また、職員がエイサーを踊つていて驚きの表情を見せていました。演舞終了後は利用者の皆さんから「また来年もお願いしますね」と、笑顔で握手をかわしながら職員に声を掛けていた。(小渡修)

今年の旧盆も綠樹苑ではエイサーが行われた。今年は、あいにくの天気で室内での演舞となつたが、利用者の皆さんは、太鼓の響きや勇壮な演舞に感動した様子だった。みどり学童クラブの子ども達も一緒に鑑賞し、最後は、皆一緒に力チャーシーを踊り、大きな拍手のなか、盛り上がった。

(川上昌子)



特別養護老人ホーム綠樹苑

(松田聰子)

いーやーと掛け声を返し、勇壮な演舞に「上等さー、かつ」よかつた!」「Very Nice Wonder full」など、お褒めの言葉が飛び交った。演舞終了後には、エイサーの衣装をまとつた職員を見て、「えー、あなたが踊つていたのも?!分からなかつたさあ。いつもよりかっこいいね!」と驚いた様子で、握手をしながら労いの言葉をかけていた。

ケアハウスでいんさぐぬ花

8月24日(金)、旧盆の恒例行事となつていて、利用者の行事を楽しみに待ちわびていた様子。

旧盆の中日(ナカビー)にあたる8月24日(金)、綠樹会の各施設では、夏の風物詩となつて利用者の皆さんの「エイサー道」による「エイサー道ジユネー」が披露された。

今年はあいにくの雨模様で、施設内でのエイサー披露となつたが、「ひーやーさーさー」と迫力あるかけ声が響き渡ると、利用者の皆さんも「はー

な演舞に「上等さー、かつ」よかつた!」「Very Nice Wonder full」など、お褒めの言葉が飛び交つた。

竹とんぼ



遠足その4 沖縄こどもの国 動物園＆ワンダーミュージアム



いろんなところへ出掛け、たくさんの思い出ができ、子ども達にとって、とても楽しめた夏休みだったのではないでしょうか。次の遠足は春休み。どこに行こうか今から楽しみです！

竹とんぼ

みどり学童クラブ 楽しい♪ 夏休み!! ~後編~

先月号に引き続き、みどり学童クラブの夏休みの遠足の様子(後編)をお届けします。

遠足その3 工場見学 ～沖縄明治乳业～



10月行事・活動予定

	介護老人福祉施設緑樹苑	ケアハウスはいびすかす	ケアハウスていんさぐぬ花	緑樹苑デイサービスセンター	みどり学童クラブ
1(月)	利用者健康診断	民舞クラブ			
2(火)					
3(水)		ミニシアター			
4(木)		カラオケクラブ		ハンドマッサージ	
5(金)				手芸クラブ	
6(土)					園外活動
7(日)					
8(月)		書道クラブ		運動会	学童休園日
9(火)		三板クラブ		運動会	
10(水)	避難訓練	防災訓練	運動会	手作りおやつ会	
11(木)		手作りおやつ会	防災訓練		
12(金)		運動会		手芸クラブ・三板	
13(土)	沖縄市福祉まつり	沖縄市福祉まつり	沖縄市福祉まつり	沖縄市福祉まつり	園外活動
14(日)	沖縄市福祉まつり	沖縄市福祉まつり	沖縄市福祉まつり	沖縄市福祉まつり	
15(月)		お茶会		カフェタイム	
16(火)		ミニドライブ			
17(水)		ミニシアター			
18(木)		カラオケクラブ・美化活動	誕生会		
19(金)	運動会	手芸クラブ		手芸クラブ・誕生会	
20(土)					園外活動
21(日)					
22(月)		書道クラブ			
23(火)		三板クラブ	利用者予防接種		
24(水)	避難訓練	防災訓練		防災訓練	
25(木)		散髪・民舞クラブ	利用者健康診断		
26(金)	誕生会	誕生会		手芸クラブ・三板	
27(土)					園外活動
28(日)					
29(月)					
30(火)					
31(水)					

緑樹会のホームページから
竹とんぼをご覧いただけます。



または
インターネット検索で

緑樹会 竹とんぼ

Q検索

先日の新聞で「70歳以上、初の20%超」という見出しがありました。敬老の日に合わせて総務省が発表する人口推計によると、70歳以上が前年から100万人増の2618万人となり、総人口の20.7%を占めるとのこと。その中にあって、うち90歳以上が14万人増えており、長寿化の傾向にあることは喜ばしい限りです。

一方で、超高齢社会への対応が求められていますが、同じ記事で65歳以上の就業者についても触れられていました。65歳以上の「高齢者」といえど、働くことへの意欲を持ち続け、今どきの若者以上に社会的な労働力を發揮される方が多くいることに頭が下がる思いです。(砂川智規)

編集後記

(ボランティアの部)
照 嘉 明 子 様
喜 友 名 秀 子 様
比 武 市 様
沖縄中央学園 様

(平成三十年七月一日～八月三十一日)
(金員の部)

感謝錄

温かい御支援、御協力下さいまし
た方々に、厚く御礼申し上げます。