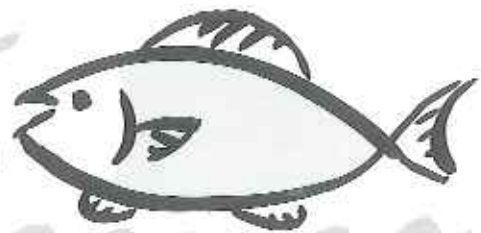




# マグロの解体ショー



3月25日に花屋敷ホールにて「マグロの解体ショー」が行われました。ステージには立派な大漁旗があり、始まる前から市場の雰囲気が出ていました。

そんな中、威勢のいいかけ声とともにマグロが登場し、日常では見ることのない大きさに入居者、職員からも驚きの声がかれました。そしてショーが始まり、長い包丁を取り出しテンポ良くさばっていきます。

硬い骨を切るのに、ホール全員で声を合わせ「ヨイショー」との掛け声も出しました。さばいた切り身が目の前に回ってくると、思わずつまみ食いをする方も出るほど、皆さん目を輝かせて楽しんでおられました。

そして待ちに待った食事の時間。目で楽しみ、味で楽しむ事でおいしさが一層増したのか、日頃時間をかけて召し上がる方も、ペロツとたいらげてしまうほどでした。マグロの大きさに驚く方、さばく技術に感動される方、おいしさに喜ばれる方と、とても大盛況に終わりました。



## 花屋敷栄光園 (特養)



### 戦争体験談

3月11日、長尾台小学校の子供たちに、入居者の方々が戦争体験談を話す会が行われました。空襲の話や当時の食事の話など、戦争中のさまざまな体験談に、小学生だけでなく私たち職員も改めて考えさせられました。



## 花屋敷 デイサービスセンター

### 花見



満願寺へお花見に行きました。目の前に広がる満開の桜に、皆さんウツリ。桜に触れ、春を満喫されました。



あたたかい日和の中で...

## ケアハウス花屋敷

### 宝塚ホテル バイキング

ケアハウスでは、3月15日(月)にダイエー中山店へのお買い物と、宝塚ホテルのランチバイキングに出かけました。皆さん毎回楽しみにされており、今回の外出も大盛況でした。



## ～なぜ便秘になるの？どうしたら予防できるの？～

まず、健康な人は1日1～2回の便通があります。便秘では、3～4日に1回程度しか出ません。便秘には「急性便秘」と「慢性便秘」とがあります。「急性便秘」は運動不足や排便リズムの変化または肛門部の病気などの原因で起こります。「慢性便秘」は常習便秘ともいい大腸や腹筋の筋力が弱まったり、環境の変化で精神的なところから排便を我慢することで排便機能が低下します。日本人に一番多いのは「慢性便秘」(常習便)です。食事が胃に入ると胃・腸の反射がおこり排便しやすくなります。水分が少ないと大腸から水分が吸収され便が硬くなります。精神的緊張は腸の働きが悪くなります。腸内の圧が高くなると便意を感じますが、我慢すると便意を感じなくなります。その対策としてバランスの良い食事、水分を十分摂取することが大切です。食物繊維は排泄を促す作用があり、牛乳は便を柔らかくします。そして脂肪食品には、便の通りをスムーズにする作用があります。その他お腹のマッサージによる腸刺激も効果的です。以上のことにより食後(特に朝食)のリラックスした排便習慣をつくるのが便秘の予防となります。薬などに頼る前に自ら努力してみませんか。

花屋敷栄光園 ケアサービス課  
看護師 丸田徳子



## ボランティア感謝会

3月10日(水) 感謝の気持ちを込めて行っている「ボランティア感謝会」が、花屋敷ホールにて開催されました。

創立50周年を間近に控えているということもあり、今年は趣向を変えて昼食を兼ねた会食形式で楽しんでいただきました。

職員による時代劇「陣の母」では、芝居の中にも笑える場面があり、迫真の演技に魅了されていました。



## ボランティア大募集

ボランティアの方は無料で送迎バスをご利用頂けます。  
(阪急川西能勢口駅より1日9本)

### 募集内容

- ★喫茶のお手伝い
- ★編物・将棋・ピアノ・歌・工作・書道・生花が好きな方
- ★入浴時の簡単なお手伝い
- ★洗濯物・おしぼり・エプロンたたみ
- ★昼食準備のお手伝い
- ★シーツ交換のお手伝い
- ★お話し相手や散歩の付き添い
- ★入居者と一緒に植木に水やりをして下さる方  
などなど...

### お問い合わせは...

- 花屋敷栄光園  
TEL 072-740-3388 (担当: 赤井)
- 花屋敷デイサービスセンター  
TEL 072-740-3552 (担当: 北谷)
- ケアハウス花屋敷  
TEL 072-740-3535 (担当: 益吉)
- <月～土 祝日は除く 10時～17時30分まで>  
皆様からのお問い合わせをお待ちしています

## 小規模型ユニットケアの取り組みについて

小規模型ユニットを始めてから半年が過ぎました。今回は毎月一度行っている、活け花を紹介します。花は、2～3名の入居者と花屋まで行き、季節に合う花を選びます。次の日には本格的に剣山に切り花や木を活けたり花瓶にさしたりと熱心に取り組んでいます。

このときは、菜の花、桃の花、スイトピー、金魚草など選びました。出来上がったあとはフロアに飾り皆で鑑賞しています。



## 車両寄贈について



日本財団より助成金を頂き  
軽自動車一台を購入させて頂きました。  
ありがとうございました。