

白馬メディア

天神原夜まつり

～夜空に響け天神原～

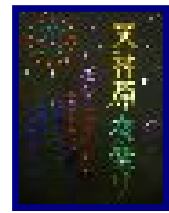
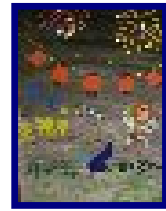
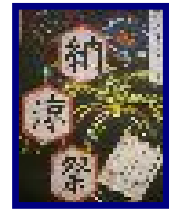
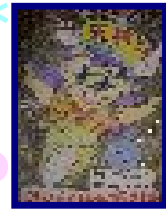
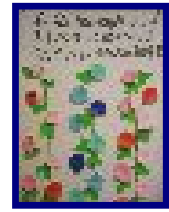
日時：平成19年7月28日（土）
午後6時30分～午後8時

場所：白馬メディア正面玄関前駐車場

参加費：無料

プログラム：	18：30～	開会式
	18：40～	小谷太鼓の演奏
	19：00～	屋台開始
	19：15～	盆踊り
	19：45～	メッセージ花火
	19：55～	閉会式
	20：00	終了

※雨天の場合は、施設内にて屋台を開催します。
※皆様お誘い合わせの上、お気軽にご参加ください。



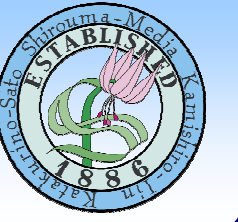
～編集後記～

気温が安定しない。二度目の梅雨入り宣言があり、雨が降る日は寒い。
「地球温暖化だというのがどうしてこんなに寒いだかね」とお年寄りに言われると返答に困ってしまう。そんな時は、お年寄りの手が冷たいし、体の動きが鈍い。7月だからといわずに寒いときは上着を一枚羽織ることで体温を調節する必要があるようだ。

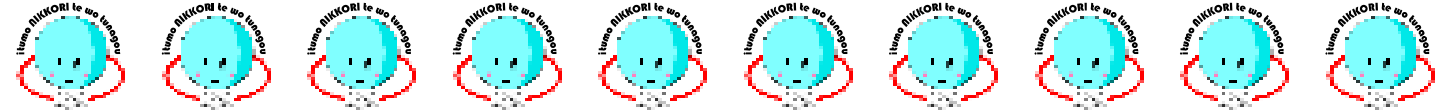
西澤

にっこりい

～いつもやさしく～



発行日：平成19年7月10日 第9号

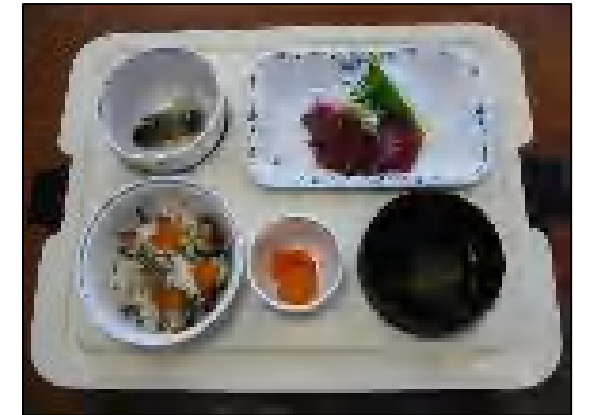


健康応援！配食サービス

白馬メディアの配食サービスは、季節感のある食材や郷土の食文化を取り入れ、高齢者が食べやすく、しかもご自宅で健康維持できるように昼食と夕食をお届けしています。

糖尿病食、腎臓病食、高脂血症食、貧血食など各種治療食の対応もしています。また、ご利用者の咀嚼（噛む機能）や嚥下（のみこみ）状態に応じ刻み食や、ミキサー食、粥食など、より安全に食べられる食事の提供もしています。

配食地域は白馬村と小谷村です。曜日は、白馬村が月曜日から日曜日まで、小谷村は月曜日と火曜日のみです。一般食の代金は1食800円ですが、村の制度があり、ご利用者世帯の収入により金額が異なります。白馬メディアとの個人契約も可能です。



一般食



これから配食にいくところです

【利用料金および利用対象者に関するお問い合わせ】

白馬村地域包括支援センター
電話：0261-72-6667

小谷村地域包括支援センター
電話：0261-82-3135

介護老人保健施設 白馬メディア
食事療養部 電話：0261-75-7100
担当：鎌倉

編集・発行

城西医療財団 白馬広報委員会

特別医療法人 城西医療財団

かみしろ
神城病院（内科・心療内科・皮膚科・精神科）
‘S’ウェルネスクラブ神城（厚生労働省認定健康増進施設）
しろうま
白馬メディア（介護老人保健施設）
かたくりの郷（認知症対応型共同生活介護）
北アルプス訪問看護ステーション
北アルプス訪問介護ステーション
しろうま（居宅介護支援事業所）



〒399-9211
長野県北安曇郡白馬村大字神城 22844
TEL 0261-75-7100（代）
FAX 0261-75-7120

ここだけのいい話?!

診療部主任
作業療法士 鈴木 幸子



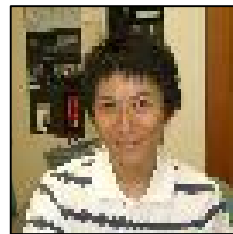
平成13年の6月4日から勤務しています。開設時の混乱期を過ぎたところで、少し落ち着いていましたが、リハは酒見さんが一人ががんばっていた頃でした。私も老人の施設は初めてで心配でしたが、なんとかここまで続けてこられたのは、家族も含め皆さんのおかげだと思っています。そこで、感謝の意味も込め、今まで私自身が体験してよかったなー、と思ったことについてちょっとだけ紹介します。

その1. 最初からこんな話ですみませんが、便秘で困っていました。ところが『オールブラン』というコーンフレークみたいなものを見つけてから快便(でも2,3日に1回)になり、すっきりたくさん出るのでトイレの前後に体重を量るのが楽しくなりました。牛乳をかけて食べますが、おいしくないのですよ...

その2. 髪の毛の前頭部から頭頂部がぺったんこになってさびしく見えます。きがありませんか。前髪から頭頂部にかけては髪の毛の根元がしっかり立っていると若く見えます。お風呂上りにすぐに乾かします。その時、頭を下に向けて前頭部から頭頂部の根元を意識してドライヤーをかけます。髪の毛が逆立って乾きますので、朝は水道の水でぬらして形を整えますが、根元は一度しっかり乾かしてあると立ち上がったままです。一度お試しを...。でも、ドライヤー後の頭は人には見せられませんのであしからず...

この続きはまたの機会にします。お楽しみに...

新任相談員の挨拶



前任の山本相談員に代わり、7月から白馬メディアの相談業務を担当する事になりました馬淵 順彦(のぶひこ)です。

いままでは認知症専門棟で仕事をしていたのですが、今後はメディア全体のご利用者、ご家族とおつき合いさせていただくこととなります。

なにかと至らない事があるかとは思いますが、皆様のお力になれるよう頑張っていきたいと思っておりますので、よろしくお願い致します。

デイケア山櫻でリハビリの一環として、八方温泉の足湯に行ってきました。



足湯

「歳を重ねて」

神城醫院外来
看護主任 小林 園美



「空や山がこんなにきれいだったかなあ」と地元生まれ育った私が、思い気づかされたのは、白馬メディアに勤めてからでした。若い頃は想像すらしていなかった山登りや山野草集めが、今は楽しみの一つになっています。

この時期、施設のデイケアのテーブルには、各ご家庭の庭の草花が飾られ、話にも花が咲き、和ませてもらえます。

外を見ると五竜の山並みが見え、昔、ご夫婦でよく白馬に登山に来て、今はここに暮らしているというご利用者の山の話をお聞きすることがあります。

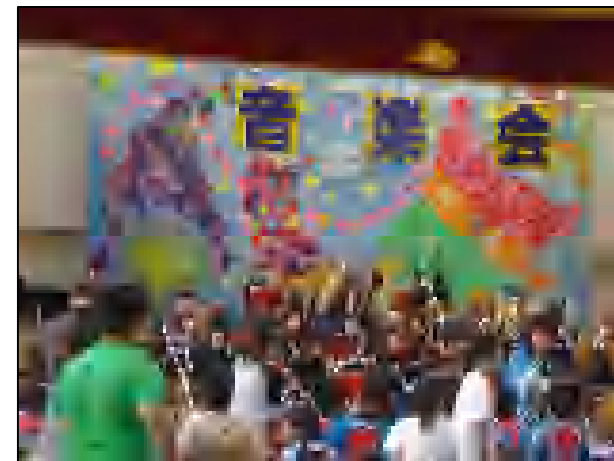
また、外来では診察の待ち時間に、施設の周りを散歩され、「こんなみやげを見つけましたわ」と唐松の実を大事そうに見せて下さる患者さん。

往診に行き、患者さんが時々話して下っていた大好きな自室の様子を垣間見ることができると、その方の気持ちに少し近づけた気がして嬉しく思います。白馬メディアのご利用者や、共に働く職員に出会っていなければ、こんな喜びは、きっと味わえなかったのだろうと思っています。

自然に抱かれ、この地で生きてきたご利用者の力強さや優しさを、日頃感じながら、現在、神城醫院外来に勤めさせて頂いています。神城醫院が村の診療所として「血压測りに寄ったよ」と気軽に寄って頂ける地域の方の寄り合い場所になればと願っています。共に歳を重ねながら、今後も頑張っていきたいと思っております。どうぞよろしくお願い致します。

音楽会に参加

6月28日(木)白馬北小学校と白馬南小学校の音楽会に参加しました。皆さんの力強い歌や演奏を聞いて元気が出ました。ご招待ありがとうございました。



えべえべ祭 報告



4月22日(日)えべえべ祭が行なわれました。当日は、126名のご家族および88名の地域の方にご参加いただき、盛況に終わることが出来ました。

ありがとうございました。

えべえべ祭実行委員長 松本 隆司