



発行元

社会福祉法人松楓会
特別養護老人ホーム
コスモホーム

〒197-0801
東京都あきる野市菅生1159番地
TEL : (042) 558-7010 (代)
FAX : (042) 558-5228
http://www.showhokai.or.jp

時代変化に思うこと

総務課長 向山 潔

昨年の前半は「景気拡大期が戦後最長」を記録し、大企業は過去最高収益を上げたといわれ、後半は「100年に一度の経済危機」が全世界を瞬く間に侵食し、まさしく大「変」な年になってしまいました。

日本はバブル崩壊後十数年かけて、金融や経済もようやく立ち直ったとおもわれました、この間、格差社会の出現に代表されるように、多くの物を失いながらバブルの穴を埋め、巨額の財政赤字も築きました。

今回の世界経済危機は、グローバル化した世界経済の「金融工学バブル」崩壊が発端になっていますが、その発端とされる「サブプライムローン」は「デリバティブ」に総称される「金融派生商品」のごく一部でしかありません。

今後世界にばら撒かれた何百兆円とも何千兆円とも言われるこ

れら秩序のない投機資金が实体经济を混乱させ、世界全体を巻き込んだ逆スパイラル現象を引き起こし、過去の物差しでは計れない諸現象を引き起こす可能性が高いと思われれます。

同じようなことが介護事業にも言えると思います。

日本は先進国で類を見ない少子高齢化社会に突入しており、業界では「2025年」を見据えて「安心と希望のある超高齢化社会を実現」するために、様々な検証を進めておりますが、現実はどうでしょうか。

例えば

一、2025年には介護従事者は現在の二倍必要とされていますが、現在でも人材確保が困難で少子高齢化の進むなか果たして介護現場にそれだけの質と量が集められるのか。

二、現状の国家財政状況から、これ以上の財政負担を望めるのかどうか。

残念ながらどれも大変厳しいとしか言いようがありません。では如何したら良いでしょうか、オバマ大統領ではありませんが「チェンジ」です。価値観を変え新たな秩序を築くことが必要だと思えます。

日本は高度成長に支えられ「与えられる文化」（国や企業・誰かが・・・をしてくれる）が全盛となりましたが、これから想定される低成長時代や少子高齢化社会に対処するためには、「助け合い、分かち合う文化」（皆が出来ることを出来ること（皆が行う）に変えなければいけない）と思えます。

「利用者様はもとよりご家族と施設が一体となり叡智を出し合い、新しい施設創りを行なうって行きたいと思えます。

（平成21年2月1日草稿）

行事紹介



コスモパーティー



御家族と一緒にゲームなどで盛り上がりました。



バスハイクで河口湖の猿まわし劇場へ。
お猿さんの愛くるしさに自然と笑顔になります。



デザートバイキング！
お好きなものを召し上がれ♪



灯りをつけましょぼんぼりに♪



鬼は外！福は内！見事に鬼は退治されました。



外は雪！「料理も景色もサイコー」と喜びながら楽しく食事をしました。



通所介護



節分

2月2日～6日で節分を行いました。

ご自身で作られた鬼の面をパーテーションに貼り、鬼に扮した職員めがけ皆様で「鬼は外、福は内」と元気な大声で、本当の鬼を追い出す気持ちで力強く紙ボールを投げ、邪鬼を払いました。

鬼は外!
福は内!



終わった後、甘納豆を召し上がりながら「家で出来なかったので気になったが、通所でやれてよかった」「気持ち晴れた」と笑い話に花が咲きました。

コスモニュース

「ゴールデンクラブに
お世話になって」



手芸クラブ 戸田 シズ様 からの寄稿



朝、送迎バスに揺られて行くと、そこには緑の多い自然いっぱいの中に堂々と建つ立派な建物が見えてくる、これぞ私たちを今日一日明るく迎えてくれるゴールデンクラブ、構内に入るとなぜかゆったりとした落ち着いた気分になります。

職員の皆さんはとても親切で、後期高齢者、否、もうすぐ末期高齢者の私達にやさしく接してくださいととても有難く思っています。

編み物は他の趣味と同じに自分も満足を味わい家族にも喜ばれ、家に居ても手持ち無沙汰のときにも心豊かにしてくれます。

又、クラブに通うもう一つの楽しみは何と言っても同年代の集いでしょうか。

自分の立場がほとんど同じような人が多いので気楽なせいもあって、お互いに遠慮なく交わす会話は腹の底から笑える事しばしばです。これからも体調に気をつけ長く?お世話になりたいと思います。

とせわせつこ 鬼澤雪子様 102歳

おたんじょう美
おめでとごうございませう♪

「美しさや健康の秘訣は?」
とお尋ねすると、
「ビールよ、お風呂のご飯の前、
ちよっぴりいただくのが
楽しみなの。おいしいわよ。
それと、好き嫌いはないわよ。
何でもいただきます。」



「美容ね〜若いときからいろいろやったけど、
数がありすぎて・・・笑」

「毎日、感謝の気持ちで過しています。朝夕とお食事前 hands を合わせて、

感謝とお祈りが日課です。今日も、これからお風呂にビールをいただきます。」

健康であります。」



免疫力向上 簡単レシピ

えのきとほうれん草のコーンチーズグラタン



○ 材料 (2人分) 168Kcal/1人分

- ・えのき 1/4
- ・ほうれん草 1/3 束
- ・コーンクリーム of 素 2袋
- ・熱湯 150ml
- (インスタントコーンスープ)
- ・プロセスチーズブロック 40g

きのこ類に含まれる**グルカン**は免疫細胞を活性化し、ウイルスや細菌の排除を助けます。又、ほうれん草に含まれる**ビタミンA**はグルカンと一緒に摂ることで鼻や喉の粘膜を強化し、ウイルスや細菌の感染を防ぎます。

○ 作り方

- ① えのきは適当に裂き、ほうれん草はサツとゆで、4cm の長さに切る。
- ② 小さめのグラタン皿にコーンクリーム of 素を入れ、熱湯で半量ずつ加えてコーンスープを作る。
- ③ ②のグラタン皿にえのきとほうれん草を加えてチーズをのせる。
- ④ オーブントースターで約5分、表面に焦げ目が付くまで焼く。



インフルエンザに用心



今年はいんフルエンザの発生が多く、1月中旬に東京都でも注意報が発令されコスモホームでも予防対策に取り組み、発生は見られませんでした。面会自粛のご協力有り難うございました！

「かからない為には！」

* 室内の換気と湿度の確保

インフルエンザウイルスは湿度30%以下になると活発になり50%以上になると急激に死滅。締め切った部屋、換気が不十分、湿度が低いと絶好のウイルスの住処となってしまいます。



* 手洗い・うがい

ウイルスを洗い流すだけでなく、鼻やのどの粘膜を丈夫にします。外出後、食事前などこまめにしましょう。

* バランスの良い食事と休養

・十分なエネルギーを補給！
・蛋白質、ビタミン類を多めに取り抵抗力・免疫力のアップを！



編集後記

桃の節句も過ぎ、すっかり春めいてまいりました。桜の花もほころび始めています。

さて、うらかな春のそよ風に乗せて、コスモニュース第44号をお届け致します。今号もご利用者様の日々の生活、行事の様子など盛りだくさんの内容になっております。

新年から、派遣切り、感染症の流行、イスラエルとパレスチナの戦争といった暗い話題が影を落としておりました。

しかし、アメリカのオバマ大統領の就任は、米国民だけでなく、世界中の人々に勇気と希望を与えてくれましたね。

「イエス・ウィ・キャン！」
私たち編集委員もこれを合言葉にして、次年度も充実した楽しい誌面になるよう努力して参ります。