



老人保健施設 サンタマリアニュース

発行日：2013年10月
発行責任者：永井 敏也
発行者：広報委員会

シスターのことば

『聖母被昇天』

この「聖母被昇天」の絵は、1626年 画家 ルーベンスが49歳の時に完成した作品です。キリスト教カトリックでは「聖母マリアは亡くなった三日後の8月15日にその死体が墓から天上界へと天使たちによって運び去られて行ったとされています。これにより「昇天」ではなく「被昇天」という言い方になります。カトリック教会においては、この地上にはイエス・キリストの死体と聖母マリアの死体は存在しないのです。聖母マリアの死体を天使たちが天上界へと運び上げます。この絵の上を見てもみますとキリストと父なる神とが冠を持っています。聖母マリアは天上界に戻ってから、この世での（キリストを生んで育てたという）功績を称えられて、キリストと父なる神から冠を授かるのです。

聖母マリアはキリストの母であり、わたしたちの母です。この恩恵の世界において聖母マリアの母としての役割は絶えず続いています。この地上の旅路を続けているわたしたちのように困難や危険の中にある人類のために、祈り続けておられます。



社会事業相談員 Sr.速水 智恵美

— 利用者様の作品 —



インフルエンザ・ノロウイルスなどの冬季感染症に注意しましょう
手洗い・うがいの励行、マスクの着用と共に、毎日の健康管理にも注意しましょう。
今年も施設内で入所者の方のインフルエンザ予防接種を実施いたしますので、ご協力ください。
詳細は別紙「インフルエンザ予防接種のお知らせ」をご覧ください。

ちょっと食事に気をつけてみませんか？

「ずいぶん寒くなったね…」 「風邪をひかないように気をつけな
いと…」 こんな言葉を聞く季節になりました。「病は気からだから、
風邪なんかひかないと思っていれば大丈夫」なんて思ってはい
ませんか？ でも、本当にそうでしょうか？

皆さん、朝ご飯は食べていますか？ 「時間がなくて忙しいから」
「朝は食欲がないから」 「もう少し寝ていたいから」などの理由で
朝食を食べない方はいませんか？ また、三食ちゃんと食べているけ
ど、食べる時間が不規則な方、好きな物ばかり食べている方など
は、ちょっと食事に気をつけてみませんか。



管理栄養士 坂口 里美

朝ご飯は、一日の始まりです。食べることによって胃腸が動き、脳と体が働き始めます。脳は寝ている間にエネルギーを使ってしまい、朝起きた時にはエネルギー不足になっています。体も朝起きて直ぐには活動できません。朝ご飯を食べることにより不足していたエネルギーを補い、胃腸が動き始め、排便もあり、体が動き始めるのです。



食事を摂るときに気をつけて欲しいことが3つあります。

ひとつめは、三食を毎日同じ時間に食べることです。同じ時間に食べることにより、体内にリズムができ、消化・吸収が良くなり、体への負担が軽減されます。

ふたつめは、栄養バランスです。「食事はちゃんと食べているけど、野菜は苦手であまり食べないわ」「うどんが好きだから、うどんばかり食べているよ」。思い当たる方いませんか？ これではバランスが悪く、体に良い訳ありません。米・肉や魚・野菜などの食材には、それぞれ身体の素となる栄養素があります。野菜は苦手

で食べないとか、うどんだけで食事を済ませるなど、片寄った食事をしていると、栄養素も片寄ってしまい、丈夫な身体は出来ません。これからの季節、風邪をひいたり、体調を崩しやすくなります。

3つめは、食事量のバランスです。特に晩ご飯は時間もゆったりあるのでつい食べ過ぎになってはいませんか。気持ちは分かるのですが、食べ過ぎると消化するのが大変ですし、消費できなかった過剰なエネルギーは脂肪となって身体に付いてしまいます。一日の食事量は、なるべくなら三等分に。もしくは、朝ご飯は少し少なめでも、昼ご飯と晩ご飯は同じ量にしてください。

ご飯を食べることは楽しいことです。「好きな時に好きな物を好きなだけ食べたい」と思うかもしれませんが、ご自分の身体のためにちょっとだけ気をつけてみてください。朝・昼・晩、三食を毎日同じような時間に、食材や食べる量のバランスを考えて食べる。

元気で楽しい日々を過ごすために、「ちょっと食事に気をつけてみませんか」。



みそのラファエル幼稚園慰問

平成25年6月10日



子供たちの可愛らしい出し物に
思わず顔がほころびます。

サンタ祭り

平成25年6月29日



ジャズダンス、フラダンス、仮装大会。
職員の出し物が盛りだくさんの賑やかな一日でした。



不二聖心女子学院生徒慰問

平成25年7月26日



サンタマリア祭ミサ

平成25年8月21日



シニアメイクセラピー慰問

平成25年8月28日



女ですもの、いつまでも美しく…☆シ

復活祭ミサ

平成25年4月3日



防災訓練

平成25年7月10日



長寿を祝う会

平成25年9月14日

最高齢は105歳!!
ご家族様も一緒に皆様のご長寿をお祝いしました。



部門紹介【支援相談員部門】

皆様に当施設をご利用頂く際、一番始めに窓口と
なってお話しさせて頂くのが、私たち支援相談員の
役目です。その方のご状態や利用目的等をご入院中
の病院や、ご自宅に伺ってお話しを伺うなど、不安
なくご利用頂くために、日々飛び回っております。

現在、常勤2名・非常勤1名の支援相談員が勤務し
ております。それぞれを少しだけご紹介させて頂きます。



●主任 野田藤子（写真 真ん中）

おもにディケアと入所を担当。いつの間にかサン
タマリア勤めも15年。年数だけは立派にベテランですが、未だに時々うっかりミス・・・他
2人のサポートをばんばんに受けつつ、皆様や、担当ケアマネージャーさん達とお話する
日々。家に帰れば3人のちびっ子ギャングに揉みくちゃです。

●中村ひとみ（写真 向かって左）

おもにショートスティと入所を担当。今年の7月に入職したピカピカの新人相談員。のんび
りほんわかした雰囲気ながら、仕事はきちりこなし、利用者様のためなら労力を惜しまない
ひたむきな相談員1年生です。趣味はサッカー観戦で、今からワールドカップが楽しみです。
日本代表がんばれ！！

●山下律子（写真 向かって右）

おもに入所を担当。週3回の非常勤職員ですが、社会福祉に関する知識は随一。皆様に的確
なアドバイスをさせて頂くべく、日々研修や講演にアンテナを張っています。
仕事以外では市民オーケストラでバイオリンを奏でたり、ボランティアで高齢者のたまり場を
開いたりしています。

こんな3人で、皆様の様々なご相談を承っております。特に、現在力を入れている在宅復帰
については、住み慣れたご自宅での生活に戻るためのお手伝いをさせていただきます。お気軽
にご相談下さい！！

永年勤続表彰

平成25年8月9日（金）

聖霊会 永年勤続表彰が執り行われました。

看護師 萩原裕子（勤続10年）と介護福祉士 五箇朋子（勤続
10年）が表彰されました。



社会福祉法人 聖霊会 老人保健施設 サンタマリア

住所：名古屋市天白区鴻の巣1-1101 Email：info@santamaria.or.jp

電話：052（803）3611

ホームページ：http://www.santamaria.or.jp

FAX：052（803）7435

次回発行予定 平成26年4月