

# 長期入所サービス

1. 主人と旅行や食べ歩きをしたことだよ。龍山へおにぎりを持って主人のお母さんとよく行ったのよ。あの頃が良かったよ。
2. 苦労はしなかったけど、主人が船に乗ったから、いない時は、寂しかったなあ。
3. コンピューターに頼らず自分の考えで行動した方がいいよ。



若尾 鶴子 様  
昭和 12 年 11 月 15 日生(79 歳)

1. 子供が素直に育ってくれてうれしかった。
2. 父親が、小さい頃に亡くなり顔も覚えてない。女所帯ですと苦労したよ。
3. 私がずっとここに居られるよう協力してね。



大石 せつ 様  
昭和 10 年 11 月 13 日生(81 歳)

1. 夏のお風呂、ここでいれてもらった時だよ。家ではいれてもらえないもんでね。私裸になると一人で入れないもんでね。うれしいよ。あとおやつとかクリスマスの時に作ったのが楽しかった。
2. 一人で車いすを動かせるようになるまでかな。家ではね家族が押してくれたもんでね。あとベットから車いすに移る時とね、装具を1人ではけるようになるまで苦労したね。
3. 勉強した方がいいね！



中野 スギ 様  
昭和 7 年 11 月 3 日生(84 歳)



仲野 正義 様  
昭和 13 年 7 月 26 日生(78 歳)

1. うーん。今だな。船乗りだった為、船に乗って良かった！良かったよ～！
2. それはないなあ。ずっと穏やかにすごしてきたからなあ
3. それもないなあ。ええだ。そんな事言わんでも。

1. 仕事終わりに同僚と飲みに行った事
2. 病気で身体が不自由になった事だな
3. やっぱり挨拶は、大事だでしっかりと！それと思いやりを大切に！



鈴木 虎雄 様  
大正 15 年 1 月 1 日生(90 歳)

1. 入所前までは近所の人達と楽しく話をしていた時間。入所してからは、同じテーブルの人達と話をしている時間が楽しい。
2. 主人が短気で苦労していた(笑)
3. 親切な心をずっと忘れないでいて下さい！



青野 すず 様  
大正 11 年 9 月 5 日生(94 歳)



# ひととひとインタビュー

## ☆質問内容☆

1. 今まで一番楽しかった事
2. 苦労した事
3. 若者に一言



# ショートステイサービス

1. 楽しかったことはいっぱいありましたが、今が一番良いです。ここでも良くしてくれるし、家では嫁さん達が可愛がってくれるから嬉しいです。
2. 嫁いでから仕事とか覚えるのが大変でした。実家に帰りたくなった時もあったよ(笑)でも家の人が良いしてくれて何とかしたよ。
3. ありがとうと思うばかりです。皆も感謝の気持ちを持つようにね。悪い事はしちゃダメ！まじめに頑張りましょう



村松 はつ 様  
昭和 4 年 11 月 10 日生(87 歳)



山村 ふみ 様  
大正 5 年 4 月 19 日生(白寿)

1. さ一何でしょうねー、これが一番ってのはないよ！あれも、これもみんな楽しかった。
2. 1年に4回山に登ってお茶つみに行った事。4番茶まであったからねー、大変だったよ
3. ここまで皆に大事にしてもらってきたからねー、若い人にも年よりを大事にしてほしいねー

# デイサービス

1. 色々あるけど、みんなと顔を合わせて話をしたりして、一日過ごすこと。
2. 仕事！船のエンジンの取り付けをしてたんだけど、スムーズにいかないと苦労したよ。仕事をまとめる為に二晩徹夜したことがあったよ。戦争中、兵隊で、命令された事を守ることが大変だったよ。
- 3.「もっと元気良く、自分の仕事を全うしたらどうですか！」



秋山 安治 様  
大正 13 年 10 月 9 日生(92 歳)

# すずらんデイサービス

1. 結婚もしてとても良くしてもらった事が、うれしかったよ。おじいさんも大事にしてくれたよ。
2. 今まで大事にされてきたから大変だった事はないよ。今が一番大変！！こんな身体になってみんなに苦労させているよ。
3. 「強く生きよ！！」



松下 はる江 様  
大正 9 年 4 月 1 日生(96 歳)





### 笑いの効果についてのお話

(介護課長)  
大石 佐智子



笑う事でガンが治ったという話を聞いた事ありませんか？

「笑う門には福来る！」の通り、笑っていると病気の方も遠ざかり近年は、「笑い」が健康に良い影響を与えることが明らかになってきています。

#### <笑いの効果>

- 免疫力が向上する！  
笑うとガン細胞やウイルスを攻撃するナチュラルキラー細胞（NK細胞）が活性化します。
- 運動効果がある！  
1分間笑うと10分間のボート漕ぎやジョキングに匹敵する有酸素運動と同じ効果がありカロリー消費につながります。また、笑う事で顔・お腹の筋肉を使うので筋力UPの効果もあります。
- 脳の働きが活性化する！  
笑うと自律神経の交感神経と副交感神経のバランスを安定させる効果があり、ストレスホルモンの分泌量が減少する。血圧を下げる効果や認知症予防にもなります。
- 人間関係も良好！  
笑顔は円滑な人間関係を築く上でも『最強の武器』になります。笑って幸せな気持ちは周りの人にも伝染します。その他にも、笑いの効果はたくさんあります。作り笑いでも効果があると証明されています！**最低、一日に一回は笑顔を作りましょう！！**  
※ナチュラルキラー（NK細胞）とは・・・リンパ球のひとつで、体内を24時間パトロールしています。ガン化した細胞やウイルス感染した細胞を体内で見つけると、すぐさま攻撃します...

#### 干支の作品展



今年も職員一同手をとりあって羽ばたく年にしたいと思います。  
宜しくお願い致します。



# つばさ豊田 冬号 2017



社会福祉法人 正生会  
特別養護老人ホーム

## つばさ豊田

〒425-0087 静岡県焼津市保福島 1202 番地  
TEL 054-628-3355 FAX 054-628-3363  
HP <http://www.tubasatoyoda.jp/>

事業所

- 特別養護老人ホーム
- 短期入所生活介護事業所
- 通所介護事業所
- 認知症対応型通所介護事業所
- 居宅介護支援事業所

イラスト画 杉本 祐理子 (職員)