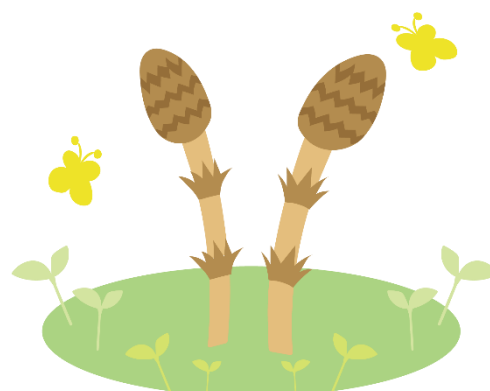


あゆみ

vol.82

令和4年3月
発行



社会福祉法人 徳宗福祉会 香照苑
兵庫県姫路市香寺町須加院338番地506

【TEL】 (079) 264-5567

【FAX】 (079) 264-5690

【ホームページ】 <http://www.tokusou.or.jp>

デイサービス

クリスマス会

メリークリスマス!

今年は居宅のケアマネージャーさんに
漫談をして頂きました!
職員の即興のハンドベル演奏でも皆様
から温かい拍手を頂きました!!
そして、ドラムセット!?とギターでの
利用者様と職員の**クリスマスコンサート**
皆様**大盛り上がり**でした。



2022年

明けましておめでとうございます
今年も宜しくお願い致します



年明けには、
新春ビンゴゲームや
かるたにすごろく、
福笑いなど懐かしい
遊びをしました!



節分



デイサービスに鬼がやって
来ので、新聞紙の豆で
「鬼は〜外! 福は〜内!」
鬼を追い払い、鬼は金棒を
ギターに持ち替えて、歌を
唄って帰って行きました!



園芸日記

12月に植えたチューリップの球根
がなんと**芽**を出しました!!
何色の花が咲くのかな? 楽しみ~!!



皆様から元気を頂いている日頃の**感謝**
を込めて、職員から「感謝状」を贈りまし
た。
これからもデイサービスで皆様の素敵な
笑顔を見せてくださいね♪

味覚の秋

さんまの炭火焼き



ケアハウスの中庭に炭火用コンロを準備し、旬のさんまを焼き、皆様に召し上がっていただきました。さすがですね。皆様、お魚の召し上がり方がとてもお上手です。
ご覧の通り頭と骨のみのお魚になっていました。私たちも見習いたいです。

ケアハウス

～その人らしく
スローライフの
お手伝い～

秋から梅春にかけての
ケアハウスの生活の
ほんの一部をご紹介します。
したいと思います。

運動の秋

大運動会



今年もケアハウス運動会が開催されました。盛りだくさんのプログラムで皆様に楽しんで頂きました。スローガンは「勝っても負けても恨みっこなし」です。いつもは痛い腰も何処へやら... 楽しいひと時を過ごしていただきました。

正月

おせち料理



元旦は皆様に厨房が腕によりをかけた『おせち』を召し上がって頂きました。年始のご挨拶の用紙に添える『福笑いダルマ』を作って頂きました。それぞれ個性が光るダルマ様が出来上がり、良い仕上がりに。今年も良い1年になりそうです。

行楽の秋

紅葉狩り



夢前の弥勒寺に紅葉を見に行きました。密にならぬよう車の換気を行い少人数制で出かけました。お日様に照らされ、赤みが増した紅葉はとてもきれいで皆様の心も癒されたことと思います。
来年は紅葉の木の下でお弁当が食べれることを願うばかりです。

節分

講話・豆まき



田中秀長ケアマネより節分の由来や地域の豆まきの様子、豆まきに関わるなぞなどとして頂き、その後は、新聞豆をたくさん作って頂き職員が持って走る大きな鬼のお面に投げ、厄払いをして頂きました。「鬼は外、コロナ外、福は内」早く平穏な日が訪れますように...

おやつ

～手作りおやつ～



月に1度の手作りおやつ後半のメニューは
10月 たません
11月 稲荷ずし
12月 フルーツサンド
1月 チキンラーメン
2月 チョコバナナトースト
でした。どれも好評で喜んで下さいました。

面会

オンライン面会



ケアハウスの方が今年で101歳を迎えられました。そのお祝いに大勢のお孫様が『ZOOM』を使いオンライン面会をされました。入居の方も大変喜んでおられたご様子でした。
ご希望の家族様は職員にお声かけ下さい。お待ちしております。

特 養

お正月

2022年 謹賀
新年

新年あけましておめでとう
ございます。
今年もよろしくお願いします。



2月3日(木)に節分の豆まきを行いました。鬼に扮したり、退治したりしてみな様楽しめました。昼食の献立は巻きずしでした。みな様とても美味しく召し上がられていました。





クリスマス会



令和3年12月24日(金)クリスマス会と誕生日会が行われました。今年もコロナ禍での開催となりました。

クリスマスプレゼントは、あったかグッズ(ひざ掛け、靴下、レッグウォーマー)でした。みなさんの笑顔いっぱいのクリスマス会となりました。



紅葉ドライブ



弥勒寺の紅葉



日本一の布袋さんの前で記念撮影



令和3年10月30日(土)夢前町にある弥勒寺へ紅葉ドライブに行ってきました。木々も少しずつ色づき始めていました。久しぶりのお出掛けで大変喜ばれていました。

たこ焼き食べてま〜す



医務室

新型コロナウイルスについて

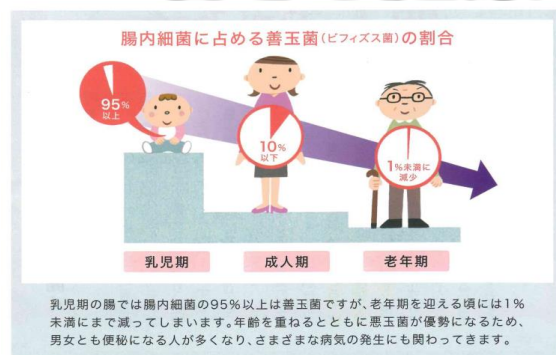
世界中をパンデミックの渦に巻き込んでいる新型コロナウイルス。次々変異を繰り返し、現在はオミクロン株が蔓延しています。西播磨の地域でも、職場や学校、保育園、家庭内において次々と感染が広がっています。今後もより一層の注意が必要です。

2月19日から、香照苑では第三回目の新型コロナワクチンの接種も始まっています。ご家族の方々には、面会制限等のご不便をおかけしておりますが、今しばらくのご協力をお願い致します。

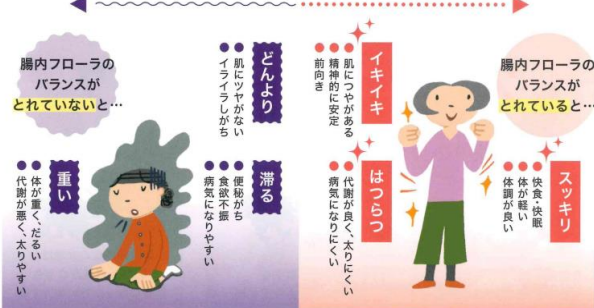


栄養だより

若さも健康も腸が決め手！



同じ年齢でも、腸内環境は違う！



善玉菌を増やす3つのポイント

- ① 減っていく善玉菌を継続して摂り続けること。
 - ◇ ヨーグルトなどの乳製品や発酵食品を摂る。
 - ◇ 乳酸菌やビフィズス菌をサプリメントで摂る。
- ② 善玉菌を増やす食べ物を積極的に摂ること。
 - ◇ 野菜、海藻、きのこ類を多く摂る。
 - ◇ 肉を食べすぎない。
 - ◇ 大豆製品や魚を食べる。
 - ◇ 炭水化物も適度に摂る。
- ③ 運動不足やストレスの発生を防ぐこと。
 - ◇ 速足歩きで腸腰筋を鍛える。
 - ◇ 坂道や階段をのぼる。
 - ◇ めるめのお風呂に入る。
 - ◇ リラックスタイムを持つ。
 - ◇ 1日1回は笑う。

居宅介護支援事業所 香照苑

居宅介護支援事業所とは、要介護認定を受けた高齢者の方々を対象に、皆様が住み慣れた自宅で自分らしい生活送って頂ける様に支援を行っている場所です。

所属するケアマネジャーがその方に応じたケアプランを作成し、自宅での生活に必要な介護保険サービス（デイサービス、ショートステイ、福祉用具のレンタル等）の調整を行います。

介護に関するご相談のある方は、どうぞお気軽にご連絡ください。



TEL : 079-264-7538

FAX : 079-264-7548



居宅 豆知識



介護保険サービスには様々な種類のものがありますが、今回は「ショートステイ」について簡単に説明したいと思います。

ショートステイとは、一定の期間高齢者を預かり、食事の提供や見守りなどをおこなってくれる宿泊型の介護保険サービスです。家族が出張や冠婚葬祭で数日間家を空けなければならない時、もしくは単純に介護に疲れている場合に便利なサービスです。

ショートステイは「老人ホーム」と呼ばれる、特別養護老人ホームや有料老人ホームなど施設に併設されているケースが多く、利用できる日数は1泊から最大30泊など。どここの施設でも居室に限りがあることから予約が難しいケースも多く、年末年始やゴールデンウィークの時期は申し込みが集中します。

利用したい日時が決まっている場合は、早めにケアマネジャーに利用の相談をしてみましよう。

香照苑の玄関



蔓延防止措置が発令されたコロナ禍の中、まだまだコロナウイルス感染も収まりそうにありませんが、長い目で付き合っていかなければならないように思います。

香照苑の玄関に花を生けており、二週間ごとに模様替えをしています。こんな時期ですが香照苑に来られたら、“素敵な生け花”がありますので、是非ご覧になって下さい。



編集後記

日本国内でもオミクロン株が猛威を振るっている中、香照苑では利用者の方々に可能な限り喜びを感じていただける様に試行錯誤の毎日です。これからも感染対策等を徹底しつつ、皆様の笑顔が絶えない施設を目指していきたいと思います。