

グループホーム さくらの里

鬼は外！！！！



さて、この怖い鬼たちはいったい誰でしょうか？
 答えは、職員の宮本とご利用者の方です！！
 皆さん、わかりましたか？？
 グループホームでは、この赤鬼さんたちに豆まきをして一年の健康を願いました。
 昨年から継続しているコロナ禍で、ご利用者にも不自由をおかけしている中で
 どうしても、年に一回の行事くらいは皆さんの楽しそうな笑顔が見たくて職員一同
 感染予防に取り組みながら、行事を実施致しました。
 皆さんに喜んで頂けてとてもうれしいです。当日は、皆さんの笑顔や笑い声で
 溢れ、職員も大変うれしい気持ちになりました。

ひな祭りのごちそう

おやつレクリエーション



ひなまつりでは、お昼ごはんにちらし寿司と茶碗蒸しを食べて頂きました！
 大変喜ばれ、皆様完食でした。その後、おやつレクリエーションでは、苺ロールケーキ
 を皆様に手伝って頂き、作製しました！！とっても美味しいロールケーキが完成
 したんですよ♡また、おやつレクリエーションを行いたいと考えております。
 次はなにを食べようかな～？



集団レクリエーション

グループホームでは、毎日集団レクリエーションを実施しています。
 内容は、その日によって変わります。
 ラジオ体操を行ない、キャッチボールをし、
 脳トレのDVDを観て答えて頂いたり。
 皆様に楽しんで頂きながら健康維持や、認知症の進行予防をして
 頂いております！！！！

職員も一緒になり、体操をしますので、職員の健康維持にも
 繋がっている……はずです！（笑）



いきいき倶楽部さくら

鬼退治！！！！



今年も、節分のレクリエーションを行ないました。鬼や節分にちなんだ
 イラストにボールを当てて落とすゲームです。
 ボールを投げる時の掛け声では、「鬼は外～！」や「それ～！」に
 加えて今年は、「コロナ外～！」という声も聞かれました。
 皆様、力強い投球で、日々のリハビリの成果を発揮する事が
 できたと思います。昨年からの新型コロナウイルス流行につき
 例年行ってきた行事や催し物を行う事が難しい中、出来る範囲で
 ご利用者に楽しんで頂けるよう、
 今後も職員一同努力してまいります。



恵方巻き作り

節分レクリエーション第二弾としてご利用者の方々と恵方巻き作りをしました。
 と…と言っても、食べられない恵方巻きです（笑）海苔や、具材は厚紙、シャリはタオルで出来ています。
 リレー形式で速さと美味しそうに作り上げる事を競っていただきました。一人5本の恵方巻きを作ったあとに
 全て解体して次の人へ渡していくルールだったのですが、「作った事ないけど、これであってるかな？」と
 真剣な表情や、「昔はよく巻き寿司作ったけど、解体したのは初めてよ！！」と笑顔も多く
 楽しい時間を過ごして頂きました。ご利用者手作りの恵方巻きは本物を上回るほど美味しそうな出来で
 職員は皆、「おいしそう！！恵方巻き食べたくなってきた！！！」と話していました。
 楽しみながら指先のリハビリ・脳トレをして頂く事ができてよかったです。



おいしそう！！！！



※写真掲載はご本人の承諾を頂いております。

新年度の御挨拶



さくらの苑の施設長に就任して、あっという間に一年が過ぎましたが、未だに新型コロナが終息する気配はなく、ご家族や地域の皆様とお会いし、ご挨拶する機会がほとんどない事をご容赦下さい。さて、諒和会全体におきましては、感染予防の観点から2月、3月と2ヶ月連続で、法人職員、出入りのある外部関係者のPCR検査を実施し、全員陰性であったことを確認しております。懸案のワクチン接種につきましても、希望される方の接種準備を進めておりますが、行政からの情報が入り次第逐次連絡させていただきます。未だにイベントや行事の再開も見通せず、ご家族の面会等で、ご迷惑をおかけしておりますが、感染を防止する事を最優先に今後とも万全を期してまいる所存でございますので、ご理解の程お願い申し上げます。最後になりますが、当法人が熊本市に申請しておりました認知症高齢者グループホームの増設が令和3年度の社会福祉施設設備として採択されました事を御報告させていただきます。内容は、グループホーム「さくらの里」の隣接地で、現在職員駐車場として使用している土地に、グループホーム「ひまわりの里(仮称)」を新設するものです。令和4年4月1日オープンを目指し、地域の皆様に可愛がって頂けるような新しい拠点となれるよう、取り組んでまいる所存でございます。どうぞ宜しくお願い致します。 さくらの苑 施設長 菊地 徹

葵の森 医師就任の御挨拶



私は、昨年9月より葵の森の医師として勤めることになりました坂田と申します。これまで、泌尿器科専門医として医療に携わってきましたが、その経験を生かしながら総合医療に心がけ皆様のご支援に尽力致したいと思っております。昨年は、新型コロナウイルス感染症による影響により、当施設でもご利用者の方々とご家族が何よりも楽しみとしておられる面会が制限されるなど、大変ご不自由な思いをされたことと思います。すでに、ワクチン接種が始まっており元通りの生活に戻る事が期待されます。人類が、あくなき発展を追い求めてきた結果、その陰ではいろいろなバランスの崩れが生じており、コロナ禍もその一つの現れと言えます。今後も、自然環境の破壊は続く事が予想されますが、ここ松尾には美しい自然の景色が保たれており、その豊かな恵みが人の心を癒してくれます。どんなに科学が進歩しても、人間関係が基本である事には変わりありません。人には、皆違いが見られますが、どこかに共有できる点は必ずあるはず。互いの目線で親しく打ち解け合いながら、施設ご利用の方々がスタッフと一緒に楽しい時間を過ごされます事を願っております。 葵の森 医師 坂田 鼎三

さくらの苑 在宅介護支援センター

3月となり暖かい春の日も感じますが、まだまだ新型コロナウイルスも落ち着いておらずマスクをはめでの外出も継続しています。介護保険では、3年毎の改正の年となっており、今年の4月から新しい制度が始まります。その概要は……

- ① **新型コロナウイルス、大規模災害発生への対応を図る**
- ② **住み慣れた地域で継続してサービスを受けられるよう取り組む**
- ③ **自立した生活が出来る質の高いサービスを受ける事が出来る。**
- ④ **介護現場も人材を確保し負担を軽減していく。**
- ⑤ **必要なサービスを提供しながら、報酬や加算を見直していく**

となっております。団塊の世代が75歳を迎える2025年を見据えての改正となっております。詳しいお知らせは、ケアマネージャーやご利用の事業所から説明があると思います。ご不明な点は遠慮なくご相談ください。最近では新型コロナウイルス感染拡大防止から、パソコンやスマホを用いてリモートでの会議や研修などが定着してきます。ご自宅で行っていた担当者会議も、リモートでの開催となる日も近いのではないのでしょうか。時代は進んでいるようで、しっかりとついて行きたいと思っております。



栄養だより

新玉ねぎのさっぱりサラダ



- | | |
|--------------------|-----------------------------|
| 材料(1~2人分) | 作り方 |
| 新玉ねぎ 1/2個(100g) | ①新玉ねぎを薄切りにする。(たべづらい方は水にさらす) |
| カニカマ 1切れ | ②カニカマをほぐす |
| マヨネーズ 大さじ1 | ③ボウルにマヨネーズ、レモン汁、 |
| レモン汁 小さじ1と1/2 | 塩・こしょうを入れ混ぜ合わせる |
| 塩・こしょう 少々 | ④③にしっかりと水きりした新玉ねぎを |
| パセリ(みじん切り) 適量(お好み) | 混ぜ合わせ器に盛りパセリを振って完成。 |

カニカマの代わりに、ツナやサーモン、トマト、コーン等で彩りプラスパセリの代わりに刻んだ大葉を散らしてもOK！マヨネーズの代わりにノンオイルドレッシングでも！玉ねぎの栄養をしっかりと摂るには生が一番！！これからの時期、生で美味しい新玉ねぎをたくさん食べて血液サラサラ高血圧、動脈硬化、脂質異常の予防をしましょう！！



節分



今年は、暦の上では124年ぶりに2月2日に節分を迎えました。さくらの苑でも、この日に節分の豆まきを行ない悪い鬼を豆で退治するように、お手玉を使用してご利用者に投げさせていただきました。



今年も、世間ではコロナウィルスが蔓延している状況の為、他施設では行事を中止しているところもあります。しかし、ご入居者がこういった状況の中でも笑顔になって頂きたいと思い、感染対策を万全にした状態で、職員一同力を合わせて行事に取り組みさせていただきました。多くのご利用者が楽しまれた様子で、私たちも感無量です。



今後も、ご利用者と楽しく行事ができればいいなと思っております。



ひな祭り制作

今年も、ひな祭りに向けてご利用者に制作をして頂きました。初めは、「難しかよ」と言われながらも、見本をしっかりと見て取り組んでおられました。お雛様の着物の色もそれぞれ選んで頂き、一人一人違ったお雛様を完成する事ができました。ひな祭り当日は、ちらし寿司や三食ゼリーなどの行事食を召し上がられ各通里には、手作りのお雛様やイラストが飾られ、一緒に記念撮影をするなどして過ごされました。



お雛様のきれいかね～



新人紹介



2月より事務職として、さくらの苑に入職しました。主に受付・請求業務を担当させていただきます。覚える事がたくさんでマイペースな私にはちょっと大変なところもありますが、早く心に余裕をもって笑顔でいられるようになります。宜しくお願いします。 東 めぐみ



お正月

コロナ禍で外出や面会制限のある中で、少しでもご利用者の方々に季節を感じて頂きたく、葵の森では各ユニット内で年の初めに絵馬の奉納とおみくじを実施しました。大吉の方もそうでない方もそれぞれ真剣な顔でくじを引き、結果を見て笑顔になられ絵馬には、「健康でありたい」「笑って生活したい」等の願いを込めていらっしゃいました。



2月に入り、余暇時間を使い習字を書く事に・・・思い思いに筆を走らせ、完成した節分の文字をユニット内に掲示し、眺めながら談笑する姿も見受けられました。これからも、季節ごとにいろいろな計画をし笑顔で生活して頂きたいと考えております。(2階)



毎月の行事

コロナ感染症拡大予防の下、毎月行事を行っております。

2月・・・豆まき

新聞紙を丸めるところからご利用者の方々と一緒に行いました。鬼の箱めがけて「鬼は外、福はうち！！」職員も一緒に楽しみました。

3月・・・お雛祭り

女性のご利用者と一緒にお雛様カードを作成致しました。お雛様の顔もそれぞれ個性的で表情豊かでした。

お誕生日

誕生日の方には写真つきでメッセージカードをお渡ししています。涙を流される場面や恥ずかしそうにお礼をいわれることがあります。一緒にお祝いができ、職員も喜ばしいです。



新人紹介



エレベーター前ホールにレクスペースを作り、本や雑誌を読んですごされる方もおられます。他ユニットのご利用者の方々と交流の場にもなっているようです。



この度、葵の森で用務としてお世話になります竹下です。働く様になって2ヶ月弱ですが、少しずつ慣れご利用者ともちよつとした会話の中にお疲れ様、いつもありがとう等の労いの言葉が頂ける様になり、お役に立ててよかったと思っております。これからも頑張りますので宜しくお願い致します。 竹下 奈美子

葵の森 デイケアセンター

季節を感じる壁面制作

1月・・・千支の丑のちぎり絵



スタッフ手書きのうしの絵に好きな色の折紙を選んでちぎり絵をしています。「これ何ね？豚ね？」との声も聞かれましたが、可愛いうしに仕上がりました。

3月・・・ひな祭り



ひなまつりの飾りは、お内裏様とお雛様を作りました。顔は手書きです。お孫様のお顔でしょうか。優しい顔のお雛様になりました。着物の柄も色とりどりで、壁面が鮮やかになりました。

2月・・・節分！青鬼参上！

鬼の面と金棒を作成しました。新聞紙と折紙で作成しましたが



立派な仕上がりです。金棒作りでは、「何のでくつとね？」と頭をかきげながら作っておられました。鬼の隣にあるのは？

「何に見えますか？」の問いに桜と答えられる方もおられました。季節を覚えて下さい！をヒントにしたら梅と答えて下さいました。わかって頂けて良かったです(笑)



デイケア一日の流れ



デイケアでは、午前中に入浴・リハビリ、昼食前には口腔体操、午後からは脳トレを中心にレクリエーションを実施しております。

3密を避けるレクとして、ごぼう先生の健康体操を実施し、その中でも特に皆さんがお気に入りなのが「花笠音頭」です！！！！

手作りの花笠を手に優雅な手つきはあっぱれです。

中には、懐かしい歌を聴きマスク越しに口ずさむ方もおられます。

福笑い

1月はレクリエーションで福笑いをしました。タオルで目隠しをして行ない、気になる仕上がりはというと……とっても味のある顔が出来上がりました！！福笑いは、笑いを呼ぶレクです。

笑う事で、脳の機能を活性化できたり、血行促進、心肺機能の向上等が出来ると言われてます。



レクリエーションでは、集中力や持続力を培う、牛乳パック積みやグラスタワー作りも行ないました。指先を使う事で脳が活性化し、認知症の予防や進行を食い止める効果があるそうです。

真剣な表情ですね～！

さくらの苑 デイサービス

個性的な作品が仕上がりました。



さくらの苑デイサービスでは、コロナ禍だからこそ皆様に季節の行事を楽しんで頂きたいという思いで、3密を避けた工夫をしながらレクリエーションを行ないました。季節の実りを収穫して、それを使った手作りの作品を作成して頂いた時は、皆様、手指をしっかりと動かして工夫されており味のある素敵な作品が出来上がり、作成後はご自宅に飾られている方もいらっしゃいます。



長寿神社

新年には、デイサービスホール内に手作りの「長寿神社」を設け、用意した絵馬に「健康で過ごせますように」などそれぞれ願い事を書いて頂き、職員が扮した神主がお祓いの真似事をするなど、初詣にでかけたような雰囲気を楽しんで頂きました。皆様の願い事が叶うようにと、即席の神主は大きく手を振り心を込めてお祓いをする姿で笑を誘い皆様の笑顔の一年がスタートしました。



脳トレ

最近では、脳トレにもしっかりと取り組まれ、その日の課題に集中して黙々と頭をフル回転させて問題と向き合っておられます。えんぴつを持ち、答えを書く事で手指がよく動き、字が上手かけられるようになった方もいらっしゃいます。また、職員も同じ脳トレ問題と一緒にいる事で意外に難問である事やご利用者のしっかり考えられる姿に改めて感動させられる日々でした。

ご利用ありがとうございました。



長い間、皆様に愛されてきたさくらの苑デイサービスですが、今年度3月末でしばらくの間、休業という事になりました。たくさんの方々にご利用頂いた事を心から感謝しております。それぞれの新しい場所に移られても、ご縁は続けて参りますので今後とも、よろしくお願い申し上げます。

