

第131号 R8.4.15

悠々だより

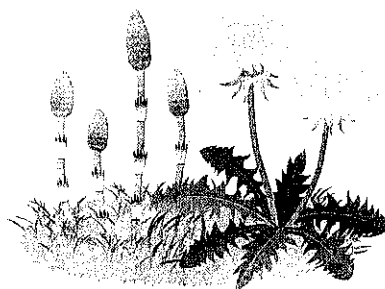
社会福祉法人 萬里の会
 特別養護老人ホーム悠々の里
 デイサービスセンター悠々の里
 悠々の里居宅介護支援事業所

愛知県愛西市小茂井町宮浦64番地1
 TEL: 0567-28-6618 FAX: 0567-28-7183
 ホームページ <http://www.yuuyu.or.jp>

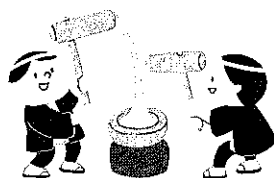


「悠々だより」第131号 一目次

- P1表紙
- P2餅つき&正月飾り
- P3書き初め大会&節分
- P4焼き芋大会
- P5桃の節句&2・3月誕生日会&新入居者様紹介・新職員紹介
- P6春の体調管理について&お花見和菓子
- P7デイサービスだより&感染・褥瘡廃止委員会より・車椅子寄贈
- P8これからの予定・お誕生日おめでとう・うちの子自慢!



餅つき



介護副主任 小林 秀幸

令和7年12月24日に、餅つき大会を行いました。令和7年最後の行事ということで職員・利用者様全員、気合いが入っていました。職員が餅つきを始めると共に利用者様・職員から「よいしょ！」と大きな掛け声が上がりました。「懐かしいなあ！」と言いながら利用者様も一緒に餅つきを行いました。大変盛り上がり最高の餅つきが出来て、お餅も美味しく頂きました。



正月飾り

正月飾りをバックに写真を撮りました。

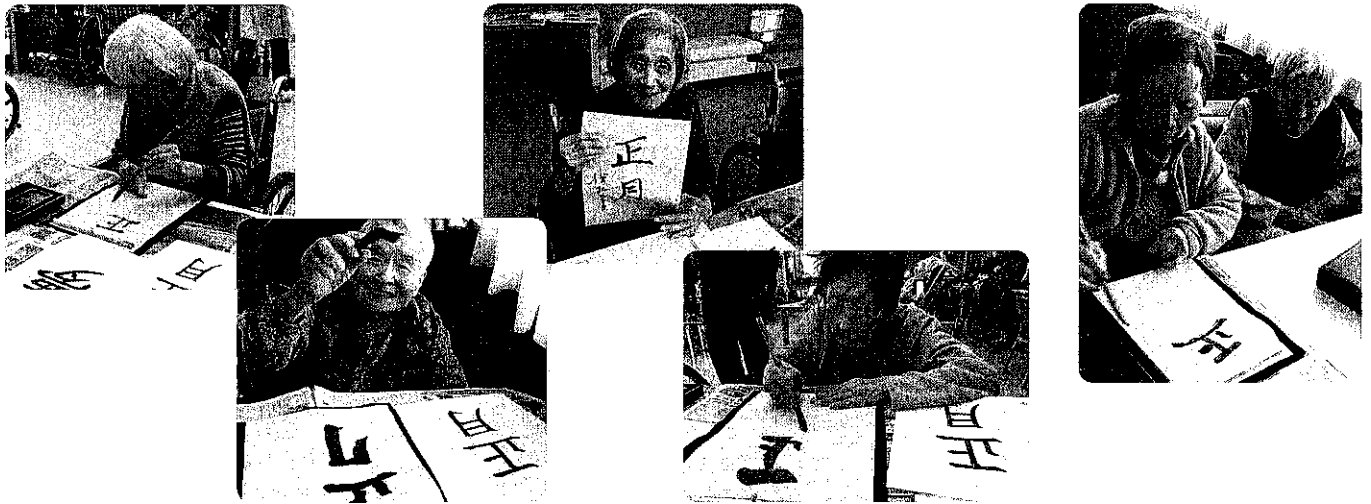




書き初め大会

介護士 神田 拓郎

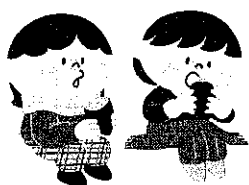
令和8年1月7日(水)に書き初め大会を開催しました。「正月」や「夢」などの見本を用意して書いていただきました。中にはご自分の好きな言葉を書かれた方もいました。皆さん生き生きとした表情で、一生懸命取り組まれていました。今年最初のいい思い出になりました。



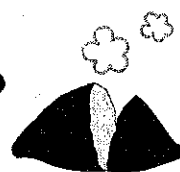
介護士 志垣 奏橙

2月4日に節分行事をおこないました。ボールを投げて的の中に入れるゲームを行いました。利用者の皆様のとても楽しそうな笑顔が見られました。的の鬼が利用者様から人気で、「かわいい！」などの声が聞こえてきました。ゲームが終わった後に感想を聞くと「楽しかった!」と言ってもらえました。



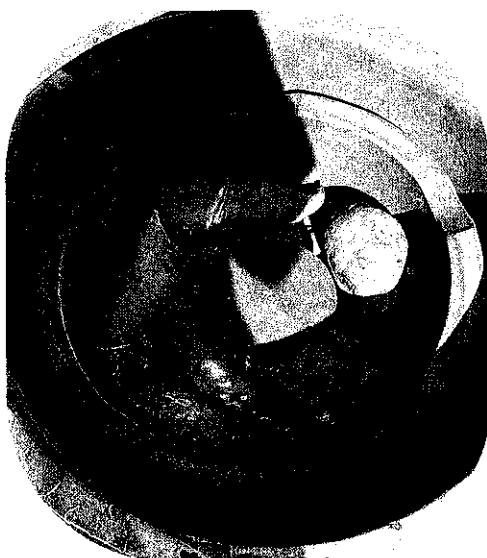
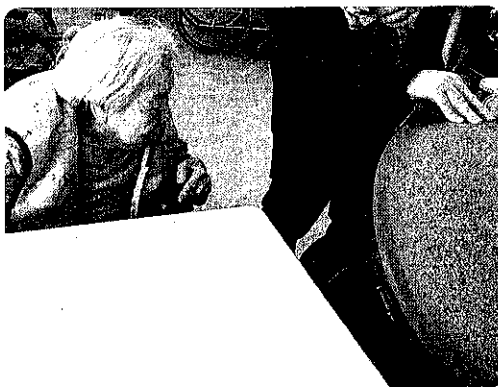


焼き芋大会



管理栄養士 堀 梨沙

2月18日、焼き芋大会を行いました。焼き芋は、大きなつぼのような形の焼き芋専用の道具を使い、炭火でじっくり焼き上げます。道具を見た利用者様は、「こんなので焼いたの?」と驚かれる方や「なつかしいねえ」とおっしゃられる方もみえました。出来上がった焼き芋は、ほくほくしたものやねっとりとしたものなど、大きさによってさまざまでしたが、みなさん、甘くてとてもおいしいと笑顔で召し上がられていました。

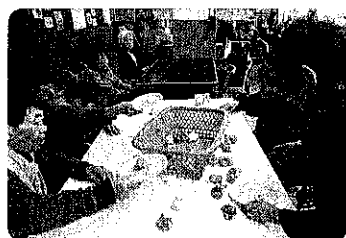
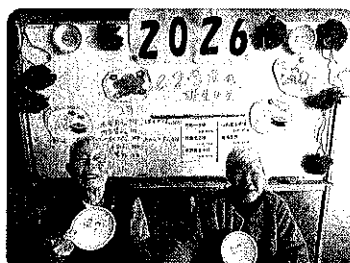


桃の節句 & 2月・3月誕生日会



介護士 岡本 麻里

ひな祭りにちなんだ『ひなあられすくいゲーム』を行いました。紙皿を使い、紙で作った球をカゴの中に頑張って入れていました。ほとんどの人が参加でき、楽しんでいました。



新入居者様の紹介



外崎 サエコ 様

かぼちゃやバナナが好きですが、苦手なブロッコリーも健康を考えて食べています。



安形 幸子 様

庭の景色を見ることが好きです。これからよろしくお願いします。



鈴木 勢津子 様

今食べたいものは焼肉です。



堀田 静子 様

今年はお雑煮を食べていないのでお雑煮が食べたいです。

新職員の紹介



藤波 心花
特養介護士

力になれるようにがんばります😊
よろしくお願いします！



春の体調管理について

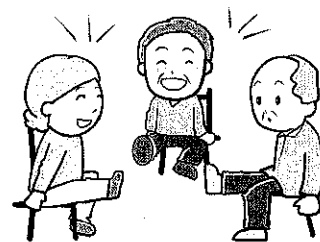
看護師 吉田 百合子

寒い冬が終わり、少しずつ暖かい日が増えてきました。春は気持ちが明るくなる季節ですが、朝晩と日中の気温差が大きく、体調を崩しやすい時期でもあります。体調を整えるためには、前開きの羽織ものなど、脱ぎ着しやすい服で体温調整をすることや、こまめな水分補給が大切です。のどが渴いていなくても少しずつ飲むようにしましょう。

元気に過ごすポイントは「よく食べる」「よく動く」「よく眠る」です。運動は、いざ、やろう！と思うとなかなか大変ですが、座った状態での体操なら手軽にできます。

そこで、椅子に座ったままでもできる簡単な体操をご紹介します。

- ① まず、椅子に深く腰掛け、背筋を伸ばします。
- ② 次に、ゆっくりと片足を前に伸ばし、5秒ほどキープします。
- ③ その後ゆっくり戻し、反対の足も同じようにおこないます。
- ④ これを左右それぞれ3～5回程度行ってみましょう。



無理のない範囲で体を動かすことで、足の筋力維持につながり転倒予防になります。

季節の変わり目は疲れが出やすい時期でもありますので、無理をせずゆっくりと体を慣らしていきましょう。これからも皆様が元気で春を過ごせるよう、健康管理のお手伝いをさせていただきます。

お花見和菓子



調理員 山田 哲朗

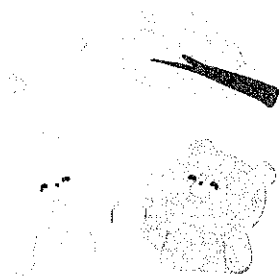
桜が咲く季節になると、友達や家族、職場の仲間とお花見をする方も多いのではないのでしょうか。楽しい時間を過ごすためには、「食べ物は何を持っていくか」が重要なポイントになります。

“花より団子”の慣用句にもあるとおり、お花見といえばやっぱり三色団子ですね。昔から、花をめぐるより団子を食べるほうが先決だ！と思わせる美味しさが、三色団子にはあったようで別名お花見団子ともよばれています。

三色団子は、地域を問わず同じ順番に白・緑・ピンクのお団子を使用します。これは春になって雪(白)が溶け、下から新芽(緑)が芽吹いて、待望の桜の花(ピンク)を咲かせるという、季節物語を演出しています。

みなさんはどのようにお花見を楽しまれたでしょうか？

季節を感じながら、その季節の和菓子を楽しむのも良いかもしれませんね。



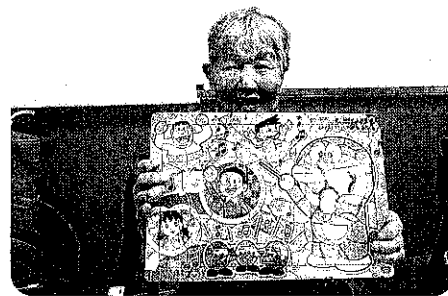


デイサービスだより

介護士 伊藤 真希子

～ 余暇活動 ～

入浴の前後や休息後の空いた時間には、塗り絵や脳トレなど様々な活動を行っています。中でも最近では、パズルが流行中！20ピースから100ピースの細かいものまで、様々なパズルを取り揃えています。皆様真剣な顔つきでされており、完成した時には、満足そうな笑顔が見られます。パズルは、手先の運動や集中力を高める効果もある為、やったことがない方もぜひ挑戦してみてください。



感染・褥瘡廃止委員会より

★手指消毒のポイント

- ① 指全体を消毒するために、**十分な量**を使いましょう
- ② 消毒を忘れがちな**指先、爪、親指**を最初に消毒しましょう
- ③ しっかり**乾燥**させましょう

- ① 手のひらに「おおきな液だまり」をつくります。
- ② 液だまりに指先をつけて爪の間まで、しっかりと消毒します。
- ③ 右手の指先が終わったら、右手のひらに液を移して、左手の指先を消毒します。液が足りなければ、もうワンプッシュします。
- ④ 親指、指の間、手のひら、手の甲、手首を消毒します。
- ⑤ 完全に乾燥するまでしっかりと消毒をしましょう。

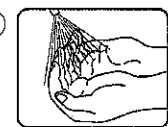
①



②



③



④



寄付を頂きました。

☆愛西ライオンズクラブ様より車椅子2台寄付をして頂きました。

☆ゴトウ医科器械様より車椅子1台寄付をして頂きました。

施設で大切に使用させていただきます。ありがとうございました。



愛西ライオンズクラブ様



ゴトウ医科器械様



4月
[April]

- ・外出行事
1日(水)
- ・外出行事
(散歩)
8日(水)

5月
[May]

- ・誕生日会 &
端午の節句
13日(水)
- ・外出行事
20日(水)

6月
[June]

- ・外出行事
3日(水)
- ・外出行事
24日(水)

<面会のご案内>

面会ルールは必ずお守りください。

- ・面会の予約 原則必要ありませんが、行事や急きょ病院受診になる場合がありますので、事前にお問い合わせいただくことをお勧めいたします。
- ・面会時間 《午前》10:30~11:30
《午後》14:30~16:00
- ・館内への入室人数 6名まで ・面会時間 20分
- ・不織布マスク着用 ・風邪症状の方の面会禁止
- ・飲食禁止

※外出をご希望される場合は、事前にお問い合わせください。

※面会方法の変更についてはホームページに掲載させていただきます。

お誕生日おめでとうございます！

4月生まれの方

宮野 恵智様	88歳
笠木ちと世様	90歳
大河内芳子様	90歳
渡邊 花子様	88歳
高田千鶴子様	92歳
横井 等様	90歳

5月生まれの方

服部喜代子様	99歳
--------	-----

6月生まれの方

平田チエ子様	86歳
佐藤 英夫様	92歳
水谷 好子様	91歳

Happy Birthday



**ウチの
かわいいコ
自慢！**

今回は吉田看護師のお宅の、可愛い猫ちゃんです！



僕は、虎徹！

吉田家のご主人の会社の近くの側溝で
出られなくて泣いていたら、ご主人が
助けてくれたんだ！そして、そのまま
吉田家の一員にしてもらったんだよ！
鈴の入ったボールで遊ぶのが、大好き！

投げてもらって、啜えてご主人
のところに戻って、また投げて
もらうんだあ。犬みたあーい、
って言われるけど、猫です。

吉田家のみんなは、僕が可愛く
て仕方がないって言ってくれて
るよ。嬉しいな！

名前：虎徹（こてつ）

猫種：ミックス

年齢：3歳

性格：かまってちゃん、
だそうです！

