

# 憩い号

特別養護老人ホーム

土浦市高岡2315

憩いの里

TEL029-829-3030

デイサービス憩いの里

発行責任者

支援センター憩いの里

施設長 齋藤 美智子

※写真掲載は、本人若しくはご家族の同意を得ております。

## 正月式



### 永井永親會様による 獅子舞・踊り・太鼓の披露

### ご挨拶

施設長 齋藤 美智子

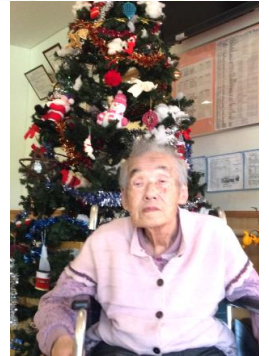
寒春の中で梅のつぼみがほころび始めました。昨年世界で大きな変化のあった年でした。中でもリオ五輪の男子400メートル銀メダルは感動しました。足の速さだけでなくバトンの手渡し方にも工夫し、チーム四人で優勝する」という強い「思い」があったからこそ、メダルに手が届いたのではないのでしょうか。仕事の上でも「思い」を持って働くことは大切です。思わぬことは叶わない」と目標を持って毎日着実に歩み続けることが必要だと思いました。

社会福祉法人制度改革や介護保険のゆくえに見通しのきかない部分もありますが、視点は「地域で何を必要としているのか」ということであり、社会福祉法人は何をなすべきか検討しながら地域貢献していきます。また、二十九年度から介護予防・日常生活支援総合事業が始まります。当施設では筋力アップと共に脳の活性化のシナプスロジック等で介護予防に努め、住み慣れた地域で自分らしく暮らすことが出来るよう地域と連携していきたいと思えます。本年もよろしくお願いたします。

# クリスマス会



毎年、クリスマスシーズンに  
玄関を飾る『クリスマスツリー』  
初めて目にする方は、とても驚かれる程  
大きいものです。飾りつけに時間がかかる為、  
職員、入居者様にとっても一大イベントです。  
今回もきれいに飾れていたでしょうか？  
ユニット毎に行っていた昨年までのクリスマス会と違い  
交流スペースを使い、施設全体で開催したクリスマス会  
は、  
入居者様、ご家族様合わせて150名超。  
一つの空間で皆さんと一緒にスライドショーの上映会を  
行いました。日々の生活の中で見られる表情にご家族様



職員の中には、『もちつき』を知らない、  
知ってはいても実際に杵を振った経験の無い者も多  
くいます。昔は隣近所の手を借りながら、お互い様  
と一緒に楽しんだ行事だったのにと寂しさを感じま  
す。  
職員の危うい餅つき姿に、苦笑いを浮かべる方、掛  
け声をかける方、様々な表情と笑いがありました。  
最後は、理事長と家族会会長の息の合った杵つきを  
披露頂き、全員で美味しく頂きました。



ユニット行事

お誕生日会



ばらユニットで行われた誕生日会の風景をご紹介します。  
ご本人様の大好きなフルーツいっぱいのホールケーキを前に、他の入居者様と職員からハッピーバースデーの歌をプレゼント。  
最後に、仲良しの旦那様からバースデーカードを渡され、はにかむ表情が印象的でした。

お買物・お食事



カンナユニットでは、お買物会・外食会でイオン土浦まで出掛けて来ました。  
何を买おうかと目移りしながらも納得のいくお買物に満足し、お寿司を食べてお腹も満足

やきいも会



コスモスユニットでは、おやつに焼き芋を楽しみました。  
一つずつ丁寧に水洗いし、水をたっぷりと含ませたキッチンペーパーで包む工程まで、入居者様自身で行いました。  
電子レンジでホクホクに出来上がったお芋を『今は簡単に作れるねえ』とキッチン家電に関心しながら、『昔は庭に穴を掘ってね・・・』と会話を弾ませながら、美味しく頂きました。

# 『どんなリハビリをしているのですか？』

これは家族会の際にご質問頂き、詳しく紹介出来ればと思い記事にしました。

特養で行うリハビリとは、病院等で行われる体に負荷をかけ体力向上のトレーニングするものではなく、「生活リハビリ」といわれる生活の中で身体機能を落とさない為に楽しんで行う運動を実施しています。歩く、掴む、目で物を追い、耳で音を拾うという生活の動作を衰えさせない為にユニット内で様々な運

## 何をしているのでしょうか？

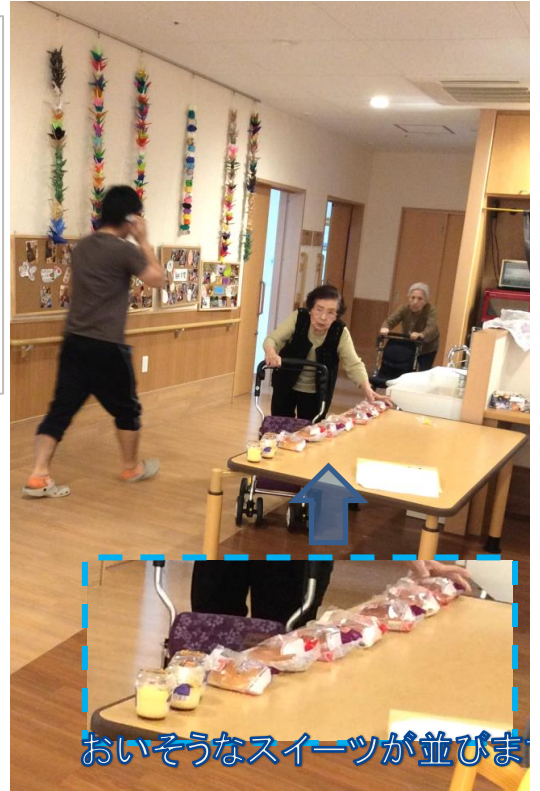


### 正解は

**右:**ユニット内を歩行し、最後におやつを選びゴール

**下:**リズムに合わせて車椅子が動きます。音が止むと動きが止まるの繰り返し

**左:**御覧の通り玉入れの様子です。投げる位置が段々と遠くなっていくの



おいそいなスイーツが並びま



## 保健だより

### 感染予防委員会より

施設内のインフルエンザですが、1/17をもちまして収束致しました。ご家族の皆様には面会制限にご協力頂きまして、誠にありがとうございました。まだまだ寒く、乾燥の時期が続きますが、施設では一層、風邪予防に取り組んでいきたいと思ひます。今後も引き続き



### の 手指消毒 + マスク着用

にご協力をお願い致します

苦情処理委員会より 報告  
平成二十八年 十月 二十九日 一月 〇件  
入居者の皆様にとって、より心地良く暮らし続けられる環境づくりの為に、施設へのご要望、改善して欲しい点などありましたら、ご遠慮なくお声掛け下さい。

## 介護職員初任者研修 受講生募集

開講予定日 木曜コース ①4/13～ ②9/7～  
土曜コース ③5/6～ ④11/4～

※詳細はホームページでご確認下さい