



12月 クリスマス会

サンタさん  
素敵なプレゼント  
ありがとう!

デイサービスセンター

12月 クリスマス会

昨年12月23日、クリスマス会が行われました。皆様サンタクロースやトナカイに変身して、素敵なクリスマス会になりました。



ハイ、ポーズ!



メリ～クリスマス～



2011年も1人1人の個性を生かし、ご利用者の笑顔が絶えないフロアづくりをしていきたいと思っております。元気がつ健康な1年を送ることができまよう職員一同精一杯お手伝いさせていただきます。今年もよろしくお願致します。



12月20日～12月25日、デイサービスのクリスマス会に合わせて今年もサンタクロースと赤鼻のトナカイがやってきました。サンタクロースとトナカイからのプレゼントは「ジングルベル」のハンドベル演奏。美しいベルの音に皆さんからは自然と歌声が聞こえてきました。大きなクリスマスツリーにサンタクロースからプレゼントされたオーナメントを飾りつけ、とてもきれいなツリーが2つできました。



1月 カラオケ大会

今年もよろしくお願致します!!



1月 マグロ解体ショー

おいしかったです!!  
ごちそうさまでした。

お正月はおせち料理やお雑煮、お寿司など色とりどりの料理にお腹も心も満たされ、笑みがこぼれました。元旦には、まぐろの解体ショーが行われ、「わー!! おいそー!!」「すごーい!!」と感嘆の声が上がりました。



すごいなあ～!!



早く食べたーい!



～年始に向け～  
手先の器用なご利用様がたくさんいらっしゃいます。そこで2011年の干支である「兎」の絵馬の貼り絵を作りました。フロアがとても明るくなり、年越しの準備が整いました。

1月24～29日の6日間、デイサービスではカラオケ大会を行いました。スポットライトの下、皆さんのすばらしい歌声が響きました。出場して下さった喉自慢の方々の十八番に合わせ、手拍子でリズムをとったり、一緒に歌を口ずさんだり皆さん楽しまれたご様子。職員とのデュエットもあり、笑顔のあふれる楽しいカラオケ大会となりました。



指定居宅介護支援センター  
～ケアマネより一言～

以前新聞に載っていた92歳の女性の書いた詩が印象深かったので紹介します。この詩を「もしもかめよめさんよ」のメロディーに合わせて歌ってみてください。  
年をとるとどんなこと 忘れっぽいというけれど 一杯つまった知恵の箱 出すのにちょっと迷うだけ 年をとるとどんなこと 耳は速い眼も悪い あらゆるものをキャッチして 私を育てた疲れです 年をとるとどんなこと 腰が曲がるというけれど お世話になった人々に 感謝感謝の姿です  
「年をとる」とは、老いに抗うのではなく、歳とともに呼吸を整え、今ある自身の命の姿をまるごと受け入れることなのだと思えます。

有度地域包括支援センター

ご存知ですか?  
『認知症コールセンター』  
～一人で抱え込まないで下さい 経験者が親身に悩みをお聴きします～  
認知症の方とその家族が抱える悩みや疑問は、認知症の医療に関する、介護サービスの利用方法に関する、介護のことにすることなど多岐にわたります。  
認知症の方や介護されている家族の方等の電話相談窓口として『認知症コールセンター』があります。相談は無料ですので、お気軽にご相談ください。  
(静岡県)認知症コールセンター:0545-64-9042  
(藤枝市)認知症コールセンター:054-643-7830  
(焼津市)認知症に関する電話相談:054-629-0900

健康一口メモ-インフルエンザが拡大中-

インフルエンザ患者が急増しています。例年インフルエンザの流行は1月-2月がピークです。  
インフルエンザはかぜとは原因となるウイルスの種類が異なります。インフルエンザはインフルエンザウイルスの感染によって起こる病気です。インフルエンザの症状は急な高熱が何日も続き、筋肉痛や全身倦怠感、喉の痛み、咳や痰などです。  
人混み避ける。マスクを着用する、外出後は手洗い。うがい。洗顔、湿度を保つこと、バランスの取れた食事、十分や睡眠を心掛けましょう。  
流行にのらないよう、一人一人が日常生活の中でインフルエンザ対策に取り組みましょう。  
そして上記のような症状がある場合は、早めに医療機関へ行きましょう。

～訪問美容『ジョイナス』～

毎月訪問美容の方が来て下さいます。ユニットのレクスペースを利用して、カットだけでなくカラーやパーマなども行います。仕上げに眉を書き、口紅をさしていただく普段とは違う姿に皆様嬉しそうな表情となり、姿勢まで変わってきます。いくつになっても、おしゃれをすることを楽しむことで少しでも幸せな気持ちになってほしいと思います。



クリスマス会  
よりひとこと

1月1日は毎年恒例になっている飾刺しの盛り合わせを皆さんに召し上がっていただきました。  
2階フロアでは、利用者様の目の前で刺身を捌き、盛り付けを見ていただきました。  
三が日は献立にも工夫を凝らし、お正月らしい料理にて利用者様にお正月気分を味わっていただきました。

～訪問介護スタッフ  
よりひとこと～

今年は本当に寒い冬でした。背を丸め、力が入り、肩が凝った方も多いと思いますが、やっとあちらこちらに春の便りを感じます。  
暖かくなるのもあと少しです。今、健康管理に大切なことは、季節の変わり目に体調を崩さないよう免疫力をしっかりつけておくことです。  
冷えは大敵ですので、体の芯が温まる食事づくりを利用者様に提供していきたいと思っております。