

四季の里だより

介護老人保健施設 四季の里
新座市北野2-14-8
TEL 048-482-8008
<https://www.shikinosato.jp/>



4月行事の報告

4月の行事は各階で行いました。

2階では4月22日(月)に“千と千尋の神隠し”を鑑賞しました。ジブリ作品の有名なタイトルですが、利用者様からすると目新しさもあり、普段あまりテレビをご覧にならない方も、この時ばかりは食い入るように見て楽しまれていました。最後には「見慣れない映像だけど、とても楽しめた。たまにはこういうのもいいね！」と笑顔で話されていました。



3階では4月11日(木)に100インチの大きなスクリーンで『遠山の金さん』の背中桜吹雪を皆さんで鑑賞しました。そして、『桜の風景』を観ながら、く桜餅風～イチゴ入り～とく甘酒を召し上がって頂きました。映像にはなりますが、この季節しかない“桜のお花見”を楽しんで頂けたのではないのでしょうか。皆さん、にっこりいい笑顔を沢山見せてくれました。



4階では4月17日(水)にお花見気分カラオケを行いました。事前に桜の木の絵にお一人ずつ塗り絵をしていただき、色とりどりの桜をバックに皆様お好きな歌を歌っておられました。マイクを持って堂々と歌う方、歌に合わせて口ずさむ方、その様子を楽しそうに見ている方など色々な楽しみ方で最後は甘酒とイチゴのムースを召し上がり、春を感じながら穏やかに笑顔あふれる時間を過ごしました。



リハビリ室より、こんにちは！

リハビリ科では現在、入所リハビリ、通所リハビリ、ショートステイ、訪問リハビリの全てのサービスにおいてリハビリを提供しています。訪問リハビリでは、利用者様が実際に生活しているご自宅に伺いリハビリを行っています。そのため、利用者様の生活の様子を間近に感じることができ、私たちも学ばせていただくことも沢山あります。今回は利用者様が実際に生活している生活の工夫について、ご紹介いたします。

お一人暮らしのため、買い物をヘルパーに依頼している利用者様がいらっしゃいます。ヘルパーに買ってほしいものを口頭やメモだけで依頼しても、うまく伝わらず、違う商品や似ている商品を買ってくることもあり、“相手に商品伝えるにはどうしたらいいか”と悩んだそうです。そこで、買ってほしい商品の袋を洗って乾かし、それをファイリングしておくことを思いつきました。こうすることで、ヘルパーさんも買ってほしい商品が一目で分かり、同じ商品を購入してくることが可能となり、利用者様とヘルパーの両方にとって良い方法となりました。このように、自ら最適な方法を模索していく事は、リハビリの視点としては脳を活性化するトレーニングにも繋がっていきます。今回のように、生活の工夫がおのずとリハビリに繋がっているということは、非常に沢山の恵を受けて、日常生活や家事自体そのものがリハビリとなっているのです。



《6月のお知らせ》

- ★6月3日(月)はデイケア・イベント食【盛岡冷麺風そうめん始めました!!】
 - * 冷麺風そうめん * 揚げぎょうざ
 - * ほうれん草と人参のナムル * ジョア
- ★6月21日(金)は全国味めぐり【埼玉県】
 - * 北本トマトカレー * 味噌ポテト
 - * 抹茶のゼリー * きのこときやらぶきの佃煮
 - * すったて(胡瓜・玉葱・大葉・みょうが・ごま)

❖すったて
地域でとれる野菜や魚を使い、日本各地で独自に発展してきた郷土食「冷や汁」。中でも埼玉の冷や汁は“うどん文化”のある土地ならではのうどんのつけ汁として食べられてきました。農繁期に、作るのに手間がかからず、栄養もある冷や汁は重宝されました。野菜などの具材をすり鉢ですり「すりたて」を食べていたことから「すったて」と呼び、農家の定番の食でした。

お楽しみに♪

デイケア通信

お楽しみ入浴 ～あひると一緒に～

入浴すると新陳代謝が良くなり、リラックス効果もあり、幸せ度がアップするようです。利用者様に、よりお風呂を楽しんでいただけるよう、湯船に可愛い“あひる”を浮かべて一緒に入っていました。「あひるが可愛いかった!」「水鉄砲もあって子供の頃を思い出して楽しかった!」と多くの笑い声が聞かれました。



壁面飾り

自主活動時間に利用者様に塗って頂いた花の絵を切り取り、壁面に飾りました。デイケアの壁面はいち早く“春らんまん”です♪



皆勤賞お祝い

昨年度から一年間と下半期にお休みなくデイケアを利用して頂いた方に賞状と写真をお渡ししてお祝いをしました。受け取られた方は、達成感とこれからの皆勤賞への意欲を言葉にされていました。これからも、楽しみにデイケアに来て頂けるよう支援していきたく思います。



端午の節句 鎧兜に込められた意味とは

春から初夏に移り変わり、桜の木も緑が目立つようになりました。五月と言えば、端午の節句が思い浮かびます。鎧や五月人形を飾り、男の子の成長を祝う日ですが、飾り一つ一つに意味があります。鎌倉～室町時代、武家では家中で鎧や兜を出し、武具に風を通して虫干しと手入れをしていたそうです。端午の節句に鎧や兜を飾るのは、こうした武家の習慣が由来とされています。武将にとって兜や鎧は身を守る装備です。兜や鎧には、『我が子を病気や事故から守ってくれますように』という願いが込められています。私も小さい頃、新聞紙を折り兜を作った記憶があります。



ご相談ください

介護老人保健施設「四季の里」は、看護や介護を必要とする方が、できるだけ早く自立した生活ができるようお手伝いをする施設です。比較的病状の安定している方に、看護や介護をはじめリハビリテーション、日常生活動作訓練など1日も早い家庭復帰を目指す各種サービスを提供します。

日常生活の中でご不安をお持ちの方、お困りのことがありましたらご相談ください。

TEL 048-482-8008 四季の里