



在宅事業部だより

令和二年一月六日発行

発行責任者 在宅介護福祉事業部長
佐々木広子



協立デイサービスげんき



優雅な踊りを堪能しました。

恩田町の民謡グループの皆さんがボランティアで踊りを披露して下さいました。きれいな衣装と上手な踊りにつられ、皆さん自然と踊っていらっしやる方も見られました。



北向き地藏さんにお参りしました。

11月末に紅葉を見るドライブを兼ね、北向き地藏さんにお参りに行きました。皆さんお地藏様に触れられご利益を頂いていました。普段歩行器の方が階段を上られる等、さっそく良い事が見られました。



爪切りの学習会を行いました。

病院の看護師を講師に招き、巻爪等の爪切りについて学習しました。専門の器具を使うことで、利用者様に安全に処置できるよう努めていきたいと考えます。



住所：宇部市末広町1-13
連絡先：33-6220

協立デイサービス ふじやま



イチョウの葉がたくさん！



本殿の前で

紅葉見物に南方八幡宮に外出しました。時期が遅かったのか既に殆ど落ちていて、地面に落ちたばかりの様なイチョウの鮮やかな葉が沢山散らばっていました。

例年、紅葉と利用者様の両方を記念写真に収める時は、紅葉した木は利用者様の背より高く、職員が場所を決めるのにしばし迷います。しかし、今年は、地面に散らばった鮮やかなイチョウといっしょなので、位置取りはすぐに定まりました。

「葉っぱを持ってポーズを取りますか？」とカメラを持った職員が利用者様に話しかけました。普段、写真を撮影する時に、表情が固まる利用者様も多いので、断られるのだろうかと思いましたが、皆さんにこやかな表情でイチョウを拾い上げ、顔の近くまで持ってきて、「ウフフ、こうかしら？」と思いきのポーズを取って下さいました。普段過ごしている場面にあまりない、意外な反応でした。外出した場所では穏やかに過ごすことが出来ました。



カルタとり

取ったよ!



ほれ！いくよ!

風船バレー



住 所：宇部市東平原2-9-8
連絡先：39-6215



協立グループホーム かいなん



2020年1月

- 季節ごとの外出、今月は紅葉を楽しみました。

車窓から見える紅葉に入居者様も楽しめました。立ち寄った公園に咲いたさざんかの花をみて「さざんか、さざんか咲いた道♪♪」と青空の下で合唱がいつの間にか始まりました。歌は、いつもみなさんの心をつにしてくれます。



- 今日は、おでん作り。手際よくゆで玉子の殻をむき、大根の皮をむいていただきました。あっという間に下準備終了です。月1回、手作り料理をしています。



- おやつにおはぎをつくりました。みなさん、あんこが大好き。あんこを上手に包んで出来上がり、あっという間に食べられました。「もう一つ食べたい！」の声に大笑い。笑い声が、たえません。



- 2週間に一度の訪問看護師による健康観察。夜間急変時にも対応してもらえます。

見学、入所相談などありましたら下記連絡先までご連絡ください。

協立グループホームかいなん

住所：宇部市海南町5-14 連絡先：43-7571

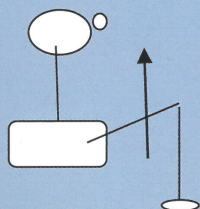
皆さまこんにちは。突然ですが、歩いている時に何も無い所でつまづいたり、小さな段差に足が引っ掛かたりすることはありませんか？

年齢を重ねると、知らず知らずのうちに、足の筋肉は落ちていきます。そこで、今ある足の力を落とさない為にも、今日から自宅で出来る、足の運動をお伝えします。

空いている時間に、TVを観ながらでも、ラジオを聴きながらでも、ぜひ実施してみてください。

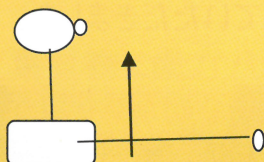
♡足の運動 ~座ったままで~♡

① 太ももを上にも上げる運動



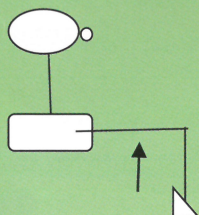
- 1、手を横に置き姿勢はまっすぐにします。
- 2、太ももを上にもゆっくりと挙げて下します。
- 3、挙げる時に息を吸い、降ろす時に息を吐くようにしましょう。

② 膝を真っ直ぐ伸ばす運動



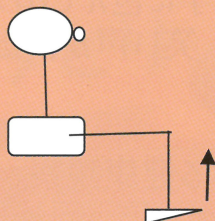
- 1、手を横に置き姿勢はまっすぐにします。
- 2、息を吸いながら膝をゆっくりと伸ばし息を吐きながら下します。

③ 踵を上にも上げる運動



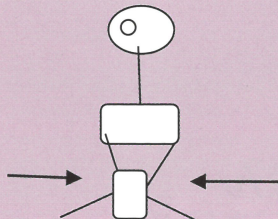
- 1、手を横に置き姿勢は真っ直ぐにします。
- 2、息を吸いながら踵を上にもゆっくりと持ち上げ、息を吐きながら下します。

④ つま先を上にも上げる運動



- 1、手を横に置き姿勢は真っ直ぐにします。
- 2、息を吸いながらつま先を上にもゆっくりと持ち上げ、息を吐きながら下します。

⑤ 太ももを内に閉じる運動



- 1、太ももの間に、ボールやタオル等を挟んでおいて下さい。
- 2、手を横に置き姿勢は真っ直ぐにします。
- 3、息を吸いながらボールを潰し、息を吐きながら力を緩めます。

☆1日2回、20回を目安に行ってください☆

謹賀
新年
2020

地域密着型
通所介護事業所

デイサービス
たんぽぽ



11月開催の作品展・バザー
1ヶ月間に渡り開催された作品展
とバザーは、ボランティアさんの
協力もあって大盛況のうちに終え
ることができました。ご利用者様
だけでなく、地域の方にも喜んで
頂けました。

園芸療法で良い笑顔♪

バザーに出店する折鶴蘭を
沢山作って下さいました。
役割を持てる喜び、つくる
楽しさと達成感は、この
溢れ出るような笑顔で
よく伝わると思います。

大好評!オリジナルしめ飾り
お好きな色の花と水引飾り
グリーンとの組み合わせで
作った、世界に一つだけの
洋風しめ飾りです。
デザインは毎年変わります。

☎0836-38-5775

〒756-0835 山陽小野田市セメント町4-22



◀ヨガ教室の様子が
視聴できます
体操プログラムは多数あります。
見学大歓迎です!





笑顔を忘れずに
利用者様に寄り
添いたいです。
福岡真奈美

今年もよろしく
お願いします！
川村恭子

心のこもった
支援を続けます。
海原英治

一番の年長者です。
長寿に恵まれた
“寿老人”目指したいです！
よろしくお祈りします
下地貴美子

貴事業所のご繁栄と
皆様のご健勝を心より
お祈り申し上げます。
富永圭一

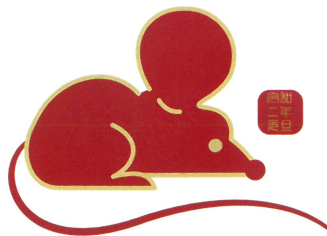
恵比寿さんの様に
おひとりおひとり大切に
手を差し上げます！
疲れたらエビスビールで乾杯。(笑)
佐々木理恵

新人ケアマネですが
どうぞよろしくお祈りします
齋藤亜希子

協立在宅介護 支援センター ケアマネ一同

旧年中は大変
お世話になりました
本年もよろしく
お願い申し上げます

謹賀
新年



協立在宅介護支援センター
宇部市末広町1-13
(0836) 33-6199
虹の居宅介護支援事業所
山陽小野田市くし山1丁目34-7
(0836) 38-5755