



※当施設の
HPへ繋が
ります。

年頭のご挨拶

社会福祉法人手稲ロータス会
理事長 羽田 克己



新年明けましておめでとうございます。
皆様方には、健やかで平穏な新年を迎えられたことと心からお喜び申し上げます。

私が、施設長として1度目にあんじゅ音更に着任しましたのが平成28年10月1日でした。札幌に妻を残し、単身赴任なので不安だらけの出発でしたが爾来6ヶ月。大勢の方々にお世話になり何とか無事約束の期間を勤め終えることができました。その後、1年1ヶ月を経て諸般の事情により、新たな心意気を持って再度着任した次第です。1回目と異なり一人寝の寂しさにも慣れ、不完全ながら家事万端何とか暮らしております。

職場については、利用者、入所者の方々も以前お顔を存じ上げている方も多く、職員の方は良い方ばかりなのでその点は安心して仕事をさせて頂いております。

今年は、私が心から敬愛する天皇、皇后様のご退任されます。中学2年の4月10日ご成婚前後のことが鮮明に思い出され、特に正田美智子様のお美しさに憧れました。そしてそれから今日までの長い歩みを想うと涙が滲んでまいります。

今年は元号も改まり新たな時代を迎えます。自由で平和な日本に生まれた運命を感謝しつつ日本人の美徳である謙虚さを失わず真面目に職務に邁進したいと思います。

人生最後の職場として、すべてに居心地の良い場所ですので、短くて後10年、長くて30年がんばります。

103才になっておりますが...

新年の挨拶としては長文となりましたが、職員全員と共に利用者様の平穏で笑顔溢れる毎日の生活にお力になれるよう努力してまいります。

今年もご愛顧のほどよろしくお願い申し上げます。

より多くの皆様が笑顔になれますように...

介護老人福祉施設 ロータス音更
施設長 多田 文朗



□ 当施設のご利用者様、ご家族の皆様そして地域の皆様、新年明けましておめでとうございます。日頃から、当施設の行事や運営に関して、ご理解とご支援を頂いておりますことに心から感謝申し上げますとともに、厚くお礼を申し上げます。

□ さて、当施設は、皆様方のご支援を頂き、昨年5月に「開設10周年」を迎えることができました。本年5月からは12年目がスタートします。

当法人手稲ロータス会の理念は『4つの笑顔(ご利用者様の笑顔、ご家族様の笑顔、地域の皆様の笑顔、そして私たち職員の笑顔)』を「大切にすること」ですが、より多くの皆様が笑顔になれますよう、職員一同、今年も努力して参りますので、引き続き、よろしくお願い申し上げます。

□ いつものお願いですが、ロータス音更に入居されておられる皆様は、何より「ご家族様との触れ合う時間」を心待ちにされています。ご多忙とは存じますが、是非、お出で頂いて「触れ合いの時間」をたくさん作って

頂き、ご利用者様もご家族様も笑顔になれることを願っております。

□ また、既に、インフルエンザやノロウイルスなどによる感染症が流行する季節になりました。皆様におかれましては、「手洗い」の励行やマスクの着用など、体調管理に十分ご留意頂きたいと思っております。

□ 結びに、今年は、「亥(いのしし)」年です。皆様にとりましても、「元気に前向きに進むことの出来る、希望に満ちた一年」となりますようお祈り申し上げ、新年のごあいさつといたします。



医務室から

【「インフルエンザ」のこと、ご存じですか？】



☆ インフルエンザとは？

インフルエンザウイルスによって引き起こされ、風邪に比べて症状が重く、乳幼児や高齢者では重症化することもあります。

☆ どんな症状？

風邪に比べて高熱が出て、のどの痛みや関節痛、筋肉痛を伴います。さらに、風邪はゆっくり症状が出るのに対して、インフルエンザは急激に症状が出てきます。全身に倦怠感が現れるのも大きな特徴です。

潜伏期間は1~4日で、多くの場合1週間程度で治りますが、乳幼児や高齢者、基礎疾患を持つ方の中には、肺炎の併発や基礎疾患が悪化する場合があります。

☆ かかってしまったときの対処法は？

インフルエンザと疑われるときは、早目に医療機関を受診し、治療を受けましょう。

発症後48時間以内に抗ウイルス薬の服用、吸引をすれば、症状の軽減や早く治ることが期待できます。

早目の治療は、自分の身体を守るだけでなく、他の人に移さないという意味でも重要です。

☆ 一般的な対処法は？

- ❖ 安静にして休養を取る。特に睡眠が重要です。
- ❖ 部屋の温度や湿度を適切に保つ。気温 18~20℃ 湿度 50~60%程度
- ❖ 水分を十分に補給する。お茶、ジュース、スープ類など

☆ 感染を拡大させないための対策は？

インフルエンザは、感染している人の「咳(せき)」や「くしゃみ」のほか、会話のときに空気中に拡散されたウイルスを、鼻腔や気管に吸入することで感染します。感染の多くはこうした「飛沫感染」によるものと考えられますが、ドアノブなどの表面についたウイルスに接触することで、鼻や口などの粘膜や傷口などを通して感染する「接触感染」もあります。

☆ しっかり手を洗って消毒し、感染をストップさせましょう！

☆ 「マスク着用」で、しっかり予防しましょう。



機能訓練指導員から

《座って行う簡単リハビリ体操 ~その①》

太ももあげ

立ったり歩くために必要な筋肉を鍛えます。

<方法>

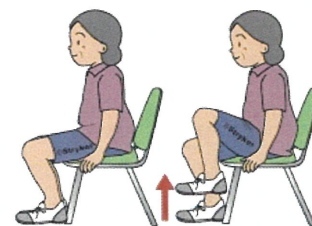
- 1 片方どちらか、太ももを高く上げます。
 - 2 そのまま止めて10数えます。
 - 3 反対側も同様に行います。
- ※ 片足10回ずつ、ゆっくり分けて行っても良いです。

<注意>

痛みのある場合や麻痺のある場合は、無理をしないようにしましょう。

<応用>

立って行っても良いですが、必ず何かにつかまったり後ろに椅子を置いて行いましょう。



管理栄養士から

今年も美味しいと喜んで頂けるお食事を目指してまいります。

☆おやつ紹介

ハロウィン



クリスマス



ケーキが食べられない方用には、スポンジケーキをミキサーにかけ、ムース状に調理したムースケーキを提供させていただきます。

☆お正月献立



はなみずき・もくれん

六花亭に外出しました。



10月19日(金)に、六花亭へ行って来ました。
ケーキやジュースをゆっくりと頂きました。
とても美味しく、何個でも食べられそうでしたね♪

とても美味しかった。



我が家へ外出しました。



10月24日(水)、個別外出として久しぶりに我が家へ行って来ました。
家族達とゆっくり過ごすことができ、とても良かったです。

今月の新聞担当: 藤沢

やまぐわ・すずかけのき

クリスマス会



12/12(水)に、2階のみんなで「餅つき」をしました。
久し振りに杵(きね)を持ち、「ぺったんぺったん」ととても楽しかった～(^o^)
お餅も美味しく頂きました。

餅つき



12/25(火)には、クリスマス会を行いました^^
皆でケーキを作り、その後、美味しく頂きました♡
プレゼントももらったよ～(*^^)v

「劇団公演」鑑賞



11/12(月)には、笹井ホテルで開演中の劇団公演の歌や舞いを観に行ってきました。
(*^_^*) とってもステキだった～♡

今月の新聞担当: 佐藤・富田

ななかまど・きたこぶし



12月26日(水)に、一日遅いクリスマス会をしました☆
おいしいご飯を食べて、サンタさんからプレゼントをもらい、皆、笑顔でハイチ～ズ♪

10月30日(火)に、「菊祭り」に行ってきました♪
街の中はハロウィン一色で、ちょっとした仮装も楽しみました！綺麗なお花に癒されましたよ～☆



今月の新聞担当: 室田・村瀬

やまもみじ・まるにえ

11月26日(月)は、3階ユニット合同「ミニ運動会」。



11月30日(金)の「おやつレク」でのかぼちゃ団子！おいしかったよ♪



12月25日(火)は、「クリスマス&忘年会」です。



職員手作りのクリスマスカードとプレゼントを持って、記念撮影をしました♪



風船バレーでは、「はち巻き」を締め、皆さん、一生懸命腕を伸ばし、熱気があふれました！！



忘年会では、寄せ鍋をお腹一杯食べました。



今月の新聞担当: 岡崎・堀