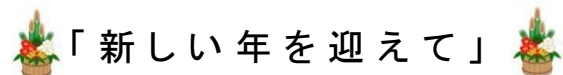


施設長から新年のごあいさつ



介護老人福祉施設 ロータス音更
施設長 多田文朗
(ただ ふみろう)

新年あけましておめでとうございます。
皆様方には、平素から、当施設の運営に関して深いご理解と温かいご支援をいただき、心から感謝いたしますとともに、厚くお礼を申し上げます。

また、私自身、昨年4月から新人施設長として着任させていただきましたが、皆様方に支えていただいて新年を迎えることができました。重ねてお礼を申し上げます。

さて、昨年も、恒例行事である「開設記念式典」、「夏祭り」、「敬老祝賀会」はじめ様々な行事を、ご利用者様やご家族様、そして地域の皆様に

楽しんでいただけるよう、職員が工夫を凝らして企画してまいりました。

当法人手稲ロータス会の理念は「笑顔」ですが、本年も、ご利用者様やご家族様、そして、地域の皆様「笑顔いっぱい」となる施設を目指して、職員一同、更に努力を積み重ねてまいりたいと考えております。

今しばらくは厳しく寒い日が続きますが、皆様におかれましては、インフルエンザなどの感染症にかからないよう、くれぐれも体調管理には十分にご留意ください。

新しい年が、皆様にとって良い年となりますことを心からお祈り申し上げ、新年のごあいさつとさせていただきます。



すずらん保育園児の訪問

12月5日(金)、すずらん保育園の園児さん達、30人以上が当施設を訪れ、太鼓と歌のプレゼントをいただきました。

2階と3階で、それぞれ披露していただき、とても迫力のある太鼓の演奏と元気な歌声でした。

入居者様の中には、園児達の元気な声と太鼓の迫力に驚いた様子の方もいらっしゃいましたが、笑顔や手拍子、そして大きな拍手などもあり、心から楽しんでいた様子でした。

最後に、模造紙いっぱい書かれた園児達からのメッセージをいただきました。

また、来ていただきたいですね。



←大きなメッセージカード

太鼓の演奏 ↓



音更高等学校からのクリスマスカード

12月18日(木)、音更高校の生徒会役員の皆さんが、入居者の皆様へ、クリスマスカードを届けてくださいました。

毎年、音更高校の全校生徒が手作りしたクリスマスカードとメッセージを、町内の老人福祉施設の入居者の皆様へ贈る活動の一環です。

カードには、たくさんの装飾と「これからもお元気で」などの心温まるメッセージが書かれていました。

入居者様を代表して、2階では西保様、3階では岡本様にメッセージカードを受け取って頂きました。



西保様



岡本様



医務室からのお知らせ

11月26日(水)、27日(木)で入居者様のインフルエンザの予防接種を行いました。

今年のインフルエンザの特徴として、例年よりも早い段階で流行し始め、11月の東京都感染情報センターの発表では、現在「A香港型」が流行しているそうです。

管内でも、多くの小中学校が学級閉鎖となっており、老人福祉施設においても、インフルエンザの流行が見られています。

一番の予防策は、手洗い、うがい、十分な睡眠、食事での免疫力の向上を図ることです。

当施設においても、入居者様にインフルエンザにかからないよう注意しておりますが、ご家族様にも、面会の際には、手洗い、消毒、マスク等の使用にご協力を頂きますよう、よろしくお願いいたします。

インフルエンザ対策は予防から



機能訓練指導員から

ロコモティブシンドロームの予防に役立つ

※ロコモティブシンドローム:「運動器」の障害により、「要介護になる」リスクの高い状態になること。

《室内で行える簡単リハビリ体操 ～その①》 開眼片脚立ち(バランス能力を高める)

＜方法＞床に着かない程度(5cm程)に片足を上げます。左右1分ずつ、1日3回行いましょう。

＜注意＞転ばないように必ずつかまるものがある場所で行いましょう。後ろに椅子を置いておくとう安心です。バランスが悪い人は机や手すりに軽く両手をついても構いません。

※片足立ちは両足立ちに比べて2.75倍の負荷がかかります。

両足で立つよりも筋力や骨が強くなりやすいです。

※片足で立つだけで、53分間の歩行に相当するというデータもあります。

※冬場の運動に是非!!



参考資料:ロコモ講座

管理栄養士から

☆ 揚げたての天ぷらを召し上がっていただきました。

11月30日(日)に天ぷら行事を行いました。

えびや南瓜等の天ぷらのほか、鉄砲汁や巻き寿司・いなりもあり、大変好評でした。



☆ 年末年始

《大晦日》

ほたてご飯・年越しそば汁・天ぷら盛り合わせ・彩りお浸し・漬物のほか、お刺身の盛り合わせをご用意しました。



《元日》

安全に召し上がっていただくため、手作りのおもち(もちゼリー)を使って、お雑煮風汁をご提供しました。



居酒屋「麻呂」

平成26年11月12日(水)居酒屋を開店しました。

ノンアルコールビールや大皿から取り分ける惣菜、おでんをご用意しました。



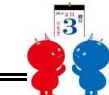
夕食を食べた後に行いましたが、普段とは違い、他のユニットの入居者様や職員が一緒だったことから、会話が弾み、終始笑い声が絶えない様子でした。



今後も機会を見つけて、居酒屋を開き、皆様に楽しんで頂きたいと思っています。

平成27年の行事予定

2月 節分



10月 運動会



3月 桃の節句



12月 もちつき



5月 開設記念

7月 夏祭り



9月 敬老祝賀会

今年も皆さんに楽しんで頂くために、この他にも、たくさんの行事を考えています。
お楽しみに!!

はなみずき・もくれん

回転寿司&カラオケ外出

音更 フードスタジオ



平成26年10月28日(火)
たくさん食べて歌ってきました。



平成26年11月25日(火)
ご家族様と一緒にたくさん食べました。

もちつき



平成26年12月28日(日)
ユニット内忘年会
海鮮鍋&手作りいなり



今月の新聞担当: 室田・上野

やまぐわ・すずかけのき

☆お茶会☆
柿とりんごのパイ風お菓子

《26年11月29日(土)》



皆で楽しく、ヨイショ！
ヨイショ！の掛け声でも
ちつきを行いました。
もちつきの後は、あん
こ、納豆、ゴマ味などで
美味しく頂きました☆

《平成26年12月11日(木)》

もちつきを
しました。



今月の新聞担当: 渡辺・皆川

午後のひとときを優雅に飲み物を注文し、
皆で手作りの春巻き
パイを頂きました。

ななかまど・きたこぶし

忘年会

お汁粉作り

12月27日(土)忘年会を行いました。すご
ろく、カラオケで遊び、食事会では、寄鍋や
ぎょうざを食べながらビンゴ大会も行い、
大盛り上がりでした。



皆で食べると
おいしいね！



11月19日(水)いも団子入り
のお汁粉を作りました。皆様、
団子の型抜きに夢中に...その
おかげでとても美味しく作るこ
とができました！

今月の新聞担当: 岩元・佐野

やまもみじ・まるにえ

もちつき



忘年会(クリスマス会)



12月23日
(火)にユニット
での忘年会
を行いました。
肉鍋と海鮮
鍋の2種類を
みんなで頂き、
食後にはクリ
スマスプレ
ゼントをもらい、
皆さん大変
喜んでニコニ
コ笑顔になっ
ていました。

12月11日(木)にもち
つきを行いました。
つきたてのおもちを丸
めて、あんこやみたら
しなど、好みの味付けを
して、みんなで頂きました。
終始表情も良く、何度も
おかわりされる方もい
らっしゃいました。



今月の新聞担当: 石川