

# ふれあい 通信

No.60

R6.2.15 発行

ASAHIGAOKA / MAYUDAMA / MEISEN NO IE / TSUMUGI

介護老人保健施設 旭ヶ丘 TEL.0270-70-5111

関連記事 P2~7



介護老人保健施設 まゆ玉 TEL.0270-40-3511

関連記事 P8~12



高齢者複合施設 銘仙の家 TEL.0270-20-1211

関連記事 P13~16



介護付有料老人ホーム つむぎ TEL.0270-74-0633

関連記事 P17~20



## 介護事業部門 理念

地域社会の中で、生活できる能力と意欲を回復させ、社会生活に適用できるよう支援する。在宅介護サービスを充実させることで、地域社会の中で生活しながら心身の機能を維持、開発して充実した生活を送れるよう支援する。

## 介護事業部門 方針

私達は以下の利用者様の権利を尊重し、それに則したケアを行います。

1. 地域社会の中で生活する権利
2. 個別ケアを受ける権利
3. 質の高い、安心できるケアを受ける権利
4. 自己決定・自己選択する権利
5. 知る権利
6. 質問、意見、苦情を表明する権利
7. プライバシーの保護に関する権利
8. 自己尊重の念と尊厳を維持する権利

## 旭ヶ丘通所リハビリ

### 10月 ハロウィン会 asahigaokaキッチン(茶巾絞り) 11月 運動会



ハロウィン会は職員が仮装をし、寸劇を披露させて頂きました。ド派手な仮装の職員に、ご利用者様達は大笑し!!大盛り上がりの会になり、ご利用者様も各々好きな仮装をして、笑顔の写真撮影でした。



やって参りました!皆様が楽しみにしていた旭ヶ丘秋の大運動会!赤組・白組に分かれ、玉入れや大玉渡しは勝利目指して、とても頑張られていた姿がありました。職員は、スプーンリレーで白熱の戦いをし、ご利用者様にたくさん応援して頂きました。また、この日の為に練習をしてきたデイケアダンス部による「ペコリナイト」を披露♪ご利用者様の笑顔と「可愛かったよ。上手だったよ」のお言葉。頑張ってたかったです。



キッチンでは、秋の味覚を使ったさつまいもの茶巾絞りを作って頂きました。秋を感じることが出来ましたね。



### 12月 忘年会 asahigaokaキッチン(クレープ)

忘年会はクリスマスが近かったので、男性ご利用者様がピアノ演奏で色々な曲を披露し、聴かせてくれました。「最近始めたばかり…」とご本人様はおっしゃっていましたが、クリスマスの雰囲気たっぷりに演奏されていました♪本当にありがとうございました。また、シュークリームを使って「タワーケーキ」をご利用者様代表2名と栄養課職員とで一緒に作りました。頑張ってくれたので、大きくてかわいいタワーケーキが出来上がりました。

キッチンでは「チョコバナナクレープ」を皆様に作って頂きました。久しぶりに食べた方や、初めて食べた方も、皆様が「美味しい」と笑顔が溢れていました。



# 旭ヶ丘 1・2階



## 秋のお楽しみ会

秋のお楽しみ会では、お祭りの雰囲気を出しつつ縁日のような催し物を行いました。射的では点数に応じ隣のテーブルに置いてある景品から好きなものを選んでいただきました。ヨーヨー釣りでは釣ったヨーヨーをそのまま持ち帰って遊んでいただきました。今回はスタンプカードも準備し、ひと通り遊べるようご利用者様と一緒に楽しみました。皆様からたくさん笑顔が見られ、大いに盛り上がる会となりました。



## 文化祭

今回は久しぶりに調理レクを行いました。ホットケーキミックスを使用しタコ焼き器でベビーカステラを作っていました。プリン系の方にはフルーチェを作っていました。フルーツをミキサーにかけたソースもトッピングで用意しました。調理レクが久しぶりということもあって、皆様美味しいとたくさん召しあがられていました。



# 旭ヶ丘 1・2階

## 忘年会

忘年会では新年に向けて年賀状作りを行いました。ご自分で書ける方には筆ペンを用意し、思い思い書いていただきました。新年に合わせたシールも用意し、皆様に自由に作っていただきました。裏面には塗り絵バージョンも用意し字を書くのが苦手な方には塗り絵もできるようにしました。



## おやつ会

10月はハロウィンをテーマにしたおやつが出ました。マロンケーキやかぼちゃのパバロアなど秋を感じることが出来ました。職員もカチューシャなどで仮装し、皆様にハロウィンを楽しんでもいただきました。12月はクリスマスに合わせシュークリームタワーのデモンストレーションを行いました。ご利用者様にも協力していただき、綺麗に盛り付けることが出来ました。



# リハビリコーナー

〜**押し活**がもたらす**メリット**〜  
ストレス解消や生きがい創出につながる

高齢者の人生において、健康や心の豊かさをサポートする方法として「**押し活**」が注目されています



押し活をはじめ、高齢者が趣味を持つことは心身の健康や生きがいの創出、社会参加など様々なメリットがあります

### 押し活の効果

- ・**ストレス解消**： 推しの事を考えたり応援することで“幸せホルモン”が分泌され、ストレス解消やリラックス効果につながります。
- ・**生きがいの創出**： 押し活を通じて生きがいを持ち、心身の健康維持だけでなくうつ病や認知症のリスク低下につながると考えられています。
- ・**コミュニケーションの活性化**： 孤独や孤立の解消、新たな出会いにもつながります。
- ・**社会参加の促進**： イベント参加やグッズ購入によって社会参加の機会が増えます。

## 旭ヶ丘 栄養課 だより



旭ヶ丘栄養課の行事食を紹介します!!

### ハロウィン会

手作りかぼちゃのチーズケーキと かぼちゃプリンを提供! ハロウィンっぽく ゴーストのクッキーも添えて。。。クッキーのお味はむらさきいも♪



### 11月おやつ会



- ☆桃まんじゅう
- ☆芋ようかん
- ☆サラダセブン

### 12月おやつ会



- ☆ティラミス
- ☆いちごのショートケーキ
- ☆とんがりコーン

ご利用者と協力して シュークリームタワーを作りました!! 華やかに出来上がりました★



お誕生日会では お刺身を提供♪♪



★ おしゃれな洋食も♪



秋のお楽しみ会では秋を感じていただける9品をお弁当箱に入れて★

左上から、きのこペペロン・かぼちゃオムレツ・菜の花のお浸し・焼き鳥風・さんまの塩焼き・ちくわ天・ひじきご飯・栗ご飯・柿



三が日は お節風なお食事を提供致しました★



グループホーム 旭ヶ丘

**運動会**

**文化祭** 芸術の秋

**忘年会**

# まゆ玉通所リハビリ

## 焼きまんじゅうイベント

まゆ玉で忠治茶屋の焼きまんじゅうが食べられました!!  
目頃なかなか食べられない方もいたので、甘辛いたれを  
いっぱいかけて美味しく召し上がっていました。



## ハロウィンイベント

オレンジ色の帽子やカチューシャをして、ハイポーズ



ハロウィンイベントでお化け倒しゲームをしました。  
お化けは何体倒せたかな?! 皆様真剣な顔でボールを投げていました。

HALLOWEEN



## クリスマスリース作り

画用紙とリボンと紙皿を使用し、手作りのリースを作りました。皆様喜んでお持ち帰りし、自宅に飾って頂きました。手先を使うレクはリハビリにもなるので楽しんでいただけたらうれしいです。



かわいいリースが完成!!  
どこに飾ろうかな~(\*'艸`)



# まゆ玉1階



今年のサンタからのプレゼントは可愛い靴下でした！  
寒くなってきたので可愛い靴下を履いて足元を冷やさないようにしていただきね！

# まゆ玉2階&N棟

## おやつレクリエーションにて

焼きまんじゅう&みたらし団子風？を  
皆様で美味しくいけお楽しみました(´▽`)



## ☆秋の大運動会☆



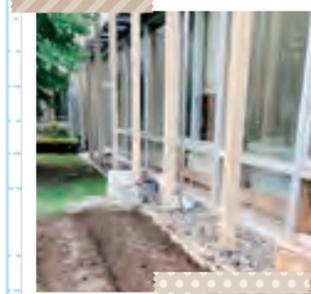
本日は皆様お待ちかねの秋の大運動会です！！  
皆様、一生懸命玉入れもされていました！  
今年は白組の三戦全勝で圧倒的勝利で優勝しました！来年は紅組がリベンジしますよ～！！

# リハビリ

## コーナー

## さつまいもを植えました

まゆ玉では毎年さつまいもを  
作っています。  
今年も畑でさつまいもを植え、収穫し、  
ご利用者様に召し上がって頂きました。



5月中旬に  
紅はるか  
を植えました



10月末に  
収穫  
しました

## さつまいもの甘煮



栄養課が調理したさつまいもの  
甘煮をご利用者様に提供しました。  
美味しく召し上がって頂きました。





まゆ玉

# 栄養課だより



## 栄養課 行事食のご紹介

### 10月行事食のご紹介



- ・カレーピラフ
- ・アジのフライ
- ・かぼちゃサラダ
- ・杏仁フルーツ缶
- ・スープ

#### 午後おやつ

- ・かぼちゃあんどうら焼き
- ・かぼちゃプリン



ハロウィン献立を  
提供致しました。

### 11月の午後おやつに季節の生果物を提供して大変好評でした。

柿 (食事形態別にそのまま～粗刻み食)  
みかんの果物 (刻み・ミキサー食)



11月に法人本部原病院から交換研修中の栄養士が通所リハビリイベント焼きまんじゅう提供に参加しました。食事形態別にカット・盛り付けを担当しました。

まゆ玉栄養課は、これからも、皆様に季節を感じ、喜んでいただけるような食事提供を心掛けていきます。

## 介護付有料老人ホーム 銘仙の家

### お寿司ランチ

お昼にお寿司をいただきました！  
完食される方がたくさんいらっしゃいました！



### クリスマス会

サンタさんからタオルのプレゼントをもらいました☆  
みんなそれぞれ違う柄でどんな柄のものなのか、袋を開けるまでドキドキしました。



### お正月

銘仙神社の前で写真を撮りました。今年は辰年。  
皆様絵馬には何を書いたのでしょうか？



# デイサービスセンター 銘仙の家

## 作品展

秋の味覚ということでブドウの木を模したものを製作し、季節を先取りしてクリスマスの飾りも製作しました。また、利用者様がご自宅で製作されたものも厚意で展示させていただきました。



ブドウの木を製作しました！



クリスマスを先取りしました！



## クリスマス会



クリスマス会では恒例のビンゴ大会で盛り上がりを見せました！当たった方にお好きな景品を選んでいただき、記念撮影を行いました。また、施設からもささやかながらプレゼントをお贈りしました。



見事にビンゴしました！



職員と記念に撮影☆

## 新年会

新年会では一人一人おみくじを引いて今年の運勢を占ったり、絵馬に今年の抱負を書いたりしました。今年もどうぞよろしくお願致します！



新年の運試し♪



今年の抱負は何でしょう？

# Let's! 口腔ケア



## 歯科衛生士が勧める口腔ケア！



なぜだか朝起きると、歯や顎が痛いんです  
顎の関節が痛くなるのは、なぜ？



- 「咀嚼すると顎の関節が痛い」
- 「就寝中に歯ぎしりをしている」
- 「無意識に噛みしめている」
- 「下の前歯が擦り減ってきた」
- 「歯が欠けた」

こんな方、いませんか？  
それは、  
**歯ぎしりや食いしばり**が  
原因かもしれません。

### 歯ぎしり・食いしばりが口内や全身にもたらす影響

#### 歯への影響

- 歯が削れる、短くなる
- 噛んだときに痛む
- 被せ物や詰め物が取れる、割れる
- 歯が欠ける、割れる
- 知覚過敏になる

#### 身体への影響

- 顎の筋肉や関節が痛む(顎関節症)
- 下顎の骨がこぶのように盛り上がる
- 首こり、肩こり、頭痛
- 睡眠の質低下



痛みで口の開けづらさがあったり、平常時にも顎関節の痛みがあったりするようでしたら、かなり重症です。違和感や痛みを感じるようでしたら、早めの歯科受診をお勧めします。

**マウスピース(ナイトガード)**を使用することで、  
症状が落ち着くことがあります。

ハード、ソフト、スポーツ用などあるので、歯科受診し、歯科医に相談してみてください。



←ハード  
←ソフト



# 銘仙の家 栄養課

11月  
November

お洒落なお寿司ランチ ケーキバイキング



12月  
December

クリスマスランチ

Merry Christmas



ポテト  
雪だるま

午後おやつ



クリスマスカードを添えて!

1月  
January



# 介護付き有料老人ホーム

## 小泉コスモス祭り



小泉稲荷の大鳥居周辺で毎年行われているコスモス祭りに行ってきました！  
一面に咲くコスモスが圧巻でした！  
とてもキレイだったので、お土産にみんなでお花を摘み摘み  
近くの公園にも寄り、買っていたおやつを食べてピクニック！  
童心に帰って楽しませてました



# 演奏会 concert

超大物ミュージシャンのSUGIZOさんとMAIKOさんが来てくださり、心を込めたヴァイオリンとピアノによる素敵な演奏を披露してくださいました。

## 演奏曲目

- ・ Rest in Peace & Fly Away
- ・ PERSPECTIVE (YMO)
- ・ RECALL (LUNA SEA)
- ・ LIFE ON MARS? (David Bowie)
- ・ The Voyage Home

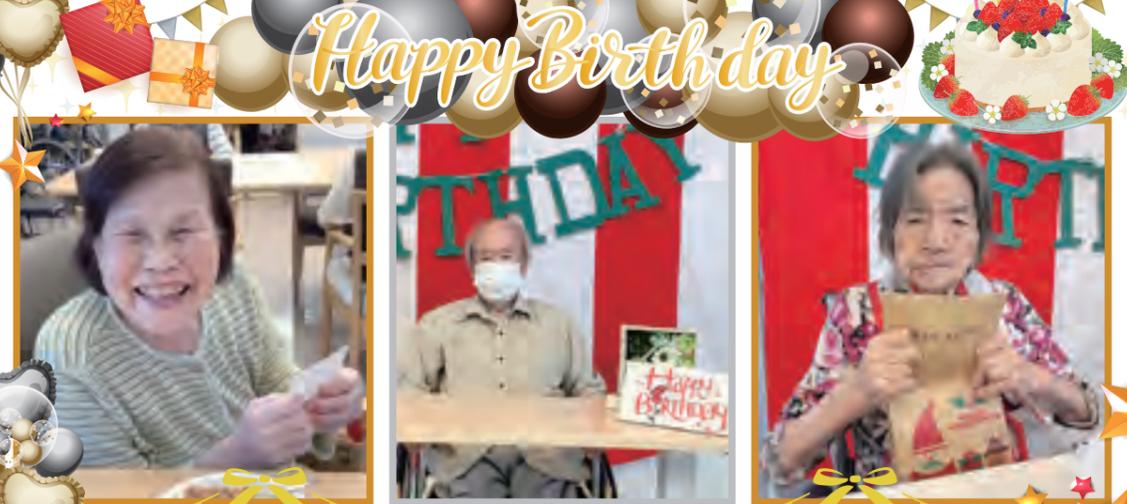


Photo by Kyoka Uemizo



皆様も素晴らしい演奏に「感動した！」と、とても喜ばれていました♪

# お誕生日会 ~10月から1月お誕生日の皆様~



Happy Birthday

Photo by Kyoka Uemizo

# ハロウィンパーティー

つむぎカフェや中庭にカボチャやキャンドルの飾り付けを行い、お夕飯の後にみんなで歩いて回りました。普段とは違う夜の景色とハロウィンの飾りにみんな興味津々で楽しまれているようでした！



# クリスマスパーティー



クリスマス会では職員が仮装して、プレゼントのお菓子を配りました

デイサービスセンター  
いせさき

# クリスマス



リンリンGirlsによる  
ハンドベル演奏

楽しかったです



It's a Magic Show



かわいい帽子で  
仮装しました〜

楽しい時間を  
ありがとうございました



アルパ演奏

素敵な演奏に感動



フルート演奏

### 栄養課

### おやつパンイベント



7種類のパンを提供しパンが食べられない方にはフルーツソースをかけたソフトクリームを提供しました

### 食事イベント



栗ご飯や梨など秋を感じられるメニューを提供しました

### 誕生日会



フライの盛り合わせをメインに提供しました

### ハロウィンイベント



シチューをメインに提供しましたおやつではデコレーションしたかぼちゃプリンを提供しました

### 秋祭りイベント (特養)



たこ焼きなどを提供しましたおやつではデコレーションしたムースを提供しました

### 食事イベント



かつ丼をメインに提供しました

### おやつイベント



ケーキの盛り合わせを提供しました

### 誕生日会



刺身の盛り合わせをメインに提供しました

### クリスマスイベント



フライドチキンをメインに提供しましたおやつではプリンやケーキ、クッキーを提供しました

### 年越しそば



エビ天をメインに年越しそばを提供しました

### 三が日メニュー



松風焼きや赤魚の照り焼きや八幡巻きをそれぞれメインに提供しました

### カップラーメン

養護老人ホーム  
いせさき



美味しかったね!



### クリスマス会

久しぶりに会えたね伊勢崎市吹奏楽団



たくさんの方が誕生日を迎えられました!



特別養護老人ホーム  
いせさき



**秋祭り** 4年ぶりに家族様も一緒に開催出来ましたぁ...

**クリスマス**

手作りツリーを飾り付けました♪



**お正月**

今年1年が笑顔あふれる1年でありますように...



住宅型有料老人ホーム  
いせさき

**避難訓練**

皆様ご協力して頂き無事に訓練出来ました。



対面会でご家族様との談笑やプレゼントの贈呈でこの笑顔!

小泉の杜 栄養課だより

10月



デイサービスの栄養課主催のレクでは  
チョコレートムースのケーキに  
洋ナシのシャーベットを添えて提供しました  
お口直しにシャーベット最高です!!

10月のバースデーケーキは  
さつまいものチーズケーキ  
秋を感じるケーキですね  
さつまいもの甘さで  
美味しいケーキに仕上がりました

11月



11月のデイサービスのレクでは  
ひよこのスイートポテトを作りました  
いろいろな顔の子がいて可愛いですね♡  
今回のさつまいもは小泉の杜の畑で  
採れたものを使用しています  
甘くて美味しいお芋でした!

11月のバースデーケーキは  
キャラメルシフォンケーキでした  
上にホワイトチョコを  
トッピングしました!  
キャラメルのほろ苦さと  
ケーキとホワイトチョコの相性が  
抜群でした!!

12月



12月のお誕生日ケーキです  
真ん中にサンタさんも乗り  
とっても可愛いイチゴのケーキに  
仕上がりました  
見ているだけで癒やされます☆

栄養課主催のデイサービスのレクでは  
巻かないロールケーキを作りました  
シンプルなショートケーキも良いですが  
たまには気分を変えてロールケーキ風に☆  
コーヒーによく合うと好評でした!!

# 小泉の杜 デイサービスセンター

11月



## 小泉大運動会

小泉の畑で収穫したお芋

紅白に別れて白熱の戦い。皆様童心に帰って楽しまれていました。特にパン食い競争はすごかった。

12月

## 慰問 日光猿軍団

## TANO



飛んだり跳ねたりする愛らしい姿に皆様惚れ惚れ



新しく導入したTANOを使って、楽しく身体を動かしていただいています



1月

## 開



・正面玄関の門松でパシャリ  
・恒例の「ガラガラポン抽選会」では、年初めの運試し

明けましておめでとうございます



11月

## 外出家族会

ご家族様と一緒にスマークやJAファーマーズなどのお店に行き一緒に時間を過ごしてきました

## 小菊の里外出レク



久しぶりの小菊見学を皆様と楽しむことができました



12月

## クリスマス会

好きなジャムを選んでいただきサンドウィッチを作っておいしく食べました



## ラビット体験会

「おもち」ちゃんと「れおん」とのふれ合いを楽しんでいただきました



1月

## 新年会

1月1日に新年会を行いました



今年もどうぞよろしくお願いたします



小泉大鳥居を作成してお参りしました



特別養護老人ホーム TEL.0270-62-2000

# 小泉の杜

KOIZUMI NO MORI

関連記事 P25~27



高齢者複合施設 TEL.0270-75-0075

# いせさき

ISESAKI

関連記事 P21~24



## 理念

私たちは、利用者様に最適な介護を提供する地域福祉の拠点として、地域の安心を支えます。

### 法令厳守

- ① 当施設は説明と同意(インフォームドコンセント)に基づくサービス提供を行います。
- ② 利用者の尊厳を守るため、個人情報保護を尊重し情報の利用目的を定めております。