

十字会だより

ふれあい



十字園天津デイサービスセンター



ケアハウス十字園

お雛様作り (グループホーム推進会議にて)



着物の切れ端を使って
お雛様を作りました
とてもかわいい
お雛様が出来ました

十字園グループホーム



桜の木に雪が積もって、
まるで花が咲いているかのようでした
「春は桜の花、冬は雪の花、きれいだねえ」と
皆さんおっしゃっていました

ライラック久世

ふれあいタウン十字園

在宅複合型施設 ライラック久世

十字園 美川在宅介護サービスセンター

十字園 あさひ在宅介護サービスセンター

十字園 天津在宅介護サービスセンター

特集「毎日体操 続けています!」

食事の前に口や舌の体操をしたり、声を出したりすると、唾液が良く出てむせが少なくなるってご存知ですか?

もはや日課ともなっている食前体操ですが、毎日の積み重ねで習慣となります。また交流もできるので楽しく実施しています。



十字園天津デイ



「ワハハハ!!」の笑い体操は体によいことばかり!



ケアハウスではこのような食前体操をしています



まずは首の上げ下ろしからします

ほおのマッサージをしています



体操が終わったらじゃんけんをします



足をきたえていつまでも自分の足で歩こう



毎日リハビリ体操

十字園第二グループホーム



調理は楽しいレクリエーション

十字園グループホーム



ライラック久世デイ

職員も始業前には腰痛体操を行っています



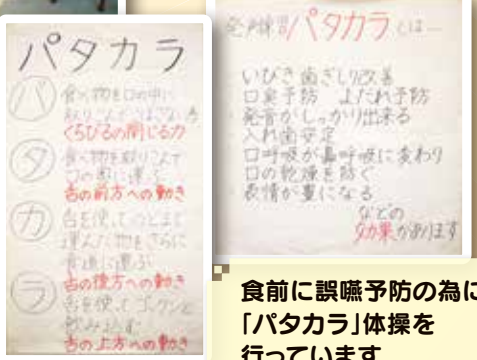
ベッド上で食事をされる方には、体操の代わりに楽しく会話をしています



ケアハウス十字園



毎日、午前・午後と体操を実施しています。棒やタオルを使って健康なからだ作りに取り組んでいます



食前に誤嚥予防の為に「パタカラ」体操を行っています



十字園美川デイ



ふれあいタウン 十字園

「手」で伝える、
優しい気持ち

…特別養護老人ホーム十字園
…十字園ショートステイ

1月から、新しい試みとして、「ハンドセラピー」を始めました。ハンドセラピーは、一般的なマッサージとは違い、筋肉をほぐすことが目的ではなく、手に触れて優しい気持ちを伝えるということを目指しており、認知症の症状を改善する効果も期待できると言われています。利用者さまからは、「気持ちがあええわぁ」とご好評をいただきました。

リラックス効果を高めるため、
アロマ加湿器を
利用しています

お姉さんの手は、
あったかいなあ。

冬の風物詩

…特別養護老人ホーム十字園
…十字園ショートステイ

特養の中庭には小さな菜園があり、春から秋にかけては利用者さまと一緒に外に出て野菜を収穫したりしています。冬になると、外に出て季節を感じることもできなくなります。少しでも季節を感じていただけるようにと、年中庭にイルミネーションのツリーを飾っています。

今年は雪がたくさん降ったので、大きな雪だるまも皆さまを楽ませてくれました。



年賀状づくり

…十字園デイサービスセンター

十二月に入り、年賀状を作りました。千支の二ワトリやコマ、花などの型紙を作り、最初は「どうやってするん」「出来ない」と言っていた人も、始めるとステンシルやシールを使い、熱心にこだわりの年賀状を作る事が出来ました。そして、孫や知り合いに送ると笑顔で話されていました。

だれに
送ろうかな



ケーキ作り

…生きがいデイサービスセンター

クリスマスも近くなり、生きがいデイサービスではケーキを作りました。今回はホットプレートで生地を焼き、重ねてクリームとブルーベリーなどを飾りました。美味しいケーキを食べながら、和気あいあいとした雰囲気の中で会話も弾み、楽しく過ごされました。



おいしく
出来たよ



お正月

…ケアハウス十字園

新年を迎え、入居者様、職員共に新たな気持ちでスタートしました。今年も毎年恒例のお正月遊びを行い、カルタ取りや福笑いなど、お正月の雰囲気味わっていただきました。



目隠しをして、スタート！完成品を見ると入居者様も職員も爆笑の渦に。楽しいひと時を過ごしました。



クリスマス会

…十字園むつみデイサービスセンター

むつみデイサービスのクリスマス会は、全員でクリスマスソングを歌い、職員が演奏するハンドベルや踊りの後、サンタからのプレゼントを受け取って和やかに過ごしました。



メリー
クリスマス

ええで



「あっという間の一年です」

…十字園グループホーム

十二月になると大掃除や年賀状を書いたり少しずつ忙しくなってきました。

手作りのクリスマスケーキも食べました。来年の千支の西の置物も作りました。門松の準備をして新年を迎える事ができました。そして、一月二日にはそれぞれの思いを込めて書初めをして新しい年が始まりました。



クリスマス会とお正月

…十字園第二グループホーム

クリスマスツリーを飾り付け、職員がサンタクロースの衣装を身に付けてクリスマスプレゼントを渡し、手品を披露！皆さんで楽しんだあとケーキを食べ楽しんで時間を過ごしました。



在宅複合施設 ライラック久世

餅つき

入居者の方々やデイのご利用者様、それぞれの御家族と一緒に餅つきをしました。盛大に行うことが出来、つきたての餅をぜんざいやきな粉餅で味わいました。



お飾りづくり

田植え、稲刈りをした稲わらで、お飾りを作りました。立派なお飾りが出来、ライラックの玄関に飾りました。



書初め

デイサービスで書初めをしました。「いい字が書けんあ」と言いながらも一生懸命書いて下さいました。



とんど

一月十四日、雪の中、とんどを行いました。書初めや、お飾りなどを焚きました。昔ながらの行事をみんなで楽しみました。



十字園美川 デイサービスセンター

年末年始、美川デイサービスは大賑わいでした。



美川小学校の生徒たちがボランティアで訪問して下さい、少し早い大掃除。利用者の皆様と、かるたで正月気分。



新年を迎え、利用者様と一緒に職員も書き初めを行いました。



1月14日 とんどを行いました。当日は雪が降り、悪天候でしたが、とんどに参加できない利用者様、職員がいた為、デイサービスでできてよかったと好評で

した。みかんやお餅を焼き、利用者の皆様と職員の健康を願い、美味しくいただくことができました。



みかん
美味しい

いただき
ます

百歳、おめでとございます。これからも、元気でいてくださることを職員一同願っております。



十字園あさひ デイサービスセンター

十字園あさひクリスマス会



職員によるハンドベルの演奏を楽しんでいただきました。



あさひ草履作り教室

皆さん熱心に草履作りをされていました。



出来た
よ

久しぶりに
作ると
難しかったあ



十字園天津 デイサービスセンター

ご家族と一緒にもちつき会

「ヨイショ」「ヨイショ」の皆さんのかけ声と共に美味しいお餅が出来上がりました。



蒸していま～す

ぺったんこぺったんこ
とついて



丁度良い大きさに
切れたよ

親子で
ハイ!!!
チーズ!!!



お餅を「もむ」作業も
お手のもの!



おいしそうなもちが
できあがりました!



天津小学校の皆さん
「もち米」ありがとうございます。



職員旅行

昨年十月、十一月に職員旅行に行きました。京都嵐山日帰りコースと飛騨高山白川郷金沢を巡る一泊コースの2コースから選び四班にわかれて行きました。風が冷たい日もありましたが、いいお天気にも恵まれ、なかなか行くことの出来ない場所を楽しみました。



研修報告

二十八年度、職員のキャリアアップを目的に、岡山県キャリア形成訪問指導事業より十月は「レクリエーションの理論と実施」十一月は「認知症の理解とケア」を題材に研修を行いました。



十月二十九日、落合病院・金田病院より理学療法士、作業療法士の先生方4名と、みどり訪問より看護師の方を迎え、介護技術研修を行いました。参加者を2班に分け事例検討し、各事業所での疑問点や、介助方法の確認をすることができました。



今回は、予防のための「正しい手洗いの仕方」をご紹介します。

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのばすようにこすります。



指先・爪の間に念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗います。



手首も忘れずに洗います。

参考：「厚生労働省」

- ☐ 手洗い・うがいをしっかりしましょう。
- ☐ 栄養バランスのとれた食事、十分な睡眠、休養をとりましょう。
- ☐ こまめに水分補給をしましょう。
- ☐ 人ごみの中への外出はなるべくさけましょう。
- ☐ マスクをつけましょう！

1月中旬、岡山県下でもインフルエンザの警報が発令されました。3月4日もまだまだ油断はできません！
予防は毎日の生活習慣が基本です！今一度見直してみよう。

インフルエンザの季節です

楽しい時間をありがとうございました！！

ライラック久世(特養・デイ・ケアハウス)

久世中学校体験学習	10月12～14日
久世祭り・三栄神社神輿曳行	10月25日
消防団交流会(三坂・田下)	11月23日
福島様演奏会	11月27日

十字園美川デイサービスセンター

手品・交流(飯田様)	12月10日
踊り(別所桜の会様)	12月12日
大正琴(すずらん会様)	12月13日
ボランティア(美川小学校様)	12月16日

十字園あさひデイサービスセンター

旭小学校2年生(劇・交流)	11月17日
クレスシェ様(大正琴)	1月26日

十字園天津デイサービスセンター

天津小学校4年生(劇・歌・餅米プレゼント)	12月12日
レディース白梅様(大正琴演奏)	12月17日
田中ひまわり会様(銭太鼓・踊り・三味線)	1月24日