

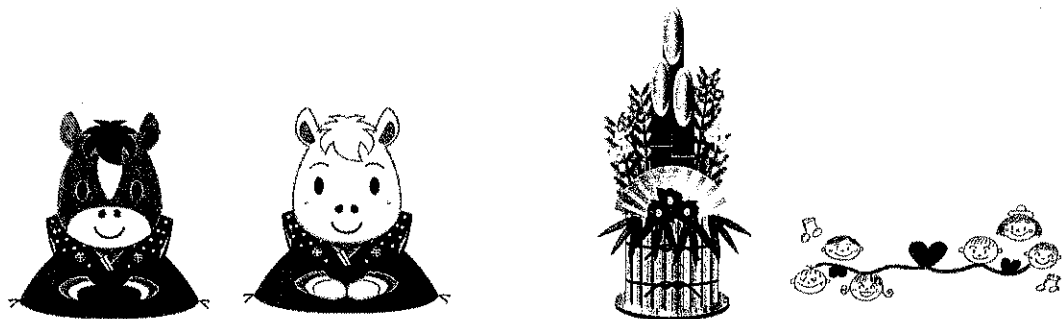


令和8年は午年(うまどし)です。
年女にあたる H 様と T 様にこの一年の抱負を伺いました。

中村; H 様は年女にあたりますがどんな一年にされたいですか?
H 様; 今は何もない。幸せです。耳が遠いのでみんなに迷惑をかけないよにしたい。
中村; 幸せが一番ですね。皆さん、年を重ねていくと耳も遠くなりますね。これからもこれまで 以上にお元気で お過ごしくださいね。

中村; T 様はさしつかえなければおいくつになられますか?
T 様; 84才になりますよ。健康で長生きできたらいい。
中村; まだまだお若いですね。
T 様; 兄弟も他界し主人も85才で亡くなり、淋しいけど4人の子供がとても優しくしてくれます。
中村; それは心強いですね。
T 様; 才川の家もそのまま帰りたいし、ご近所も顔なじみの方ばかりで心配です。
中村; 遅くなりましたが、この度は退院されて間もないですが良かったですね。
T 様; だいぶ長く入院していたような気がします。主人はがんで亡くなりました。入院中は毎日タクシーで主人の所に行っていましたよ。優しく忘れられない。「月影のワルツ」が好きで、由紀さおりも好きでしたよ。いつも聴いていました。又カメラが趣味でよく骨董市にも出かけていましたね。
中村; そうですか。それはとても淋しいですね。ご主人の分までお元気で過ごされて下さいね。まだ退院されて間もないので無理をされないように用心されて下さいね。

お二人にお話を聞かせて頂きましてありがとうございました。
この一年、午のように元気で走りいきましょう。



お願い <お菓子のやりとりについて>

入居者間でのお菓子や食べ物の頻繁・多量なやりとりが見受けられます。
体重増加による健康障害、慢性疾患の悪化がみられています。
お互いの健康のためにも、気持ちほどの適度なやりとりを試みませんか？

たんぽぽ通信

1月1日発行 227号
ケアハウス王喜の郷 令和8年1月号

Webページ <http://www.ryokujukai.jp>

巻頭言

良き歳をお迎えのことと存じます。令和八年元旦の「八」が、何とも言えず良いことがありそうな気がして、明るい気持ちになりました。
昨年は柿やイチジク、ブルーベリーなどの果実が豊富で、皆様の食卓に幾度も上りました。ジャムや乾燥した物はまだ出て参ります。今年もおいしいものが届くよう、果実や野菜を毎日見てやります。お楽しみに。違う嬉しさですが、「事業所だより」の記述より、いつも「どのようにして皆様を支援させていただくか」、「皆様とどのように気持ちを通わせるか」を職員が考えていることがよくわかります。私は介護の仕事で一番難しいのはそこだと思っています。本年も手をかけること、気持ちをかけること、を忘れないようにと、思っております。皆様本年もよろしく願い申し上げます。 施設長 末谷千秋

週に一度、手作りデザートを作っています。

1月のデザート

- ①ぜんざい
- ②ゆずのパウンドケーキ
- ③団子の黒蜜かけ
- ④ゆずゼリー どうぞお楽しみに！

402号室 M・Y 様入居されました。

1月のお誕生日 & 行事予定

日	月	火	水	木	金	土
				1 元旦 K・T 様 誕生日	2	3
4	5 小寒	6	7 七草	8	9	10
11 鏡開き	12 M・T 様 誕生日	13	14	15	16	17
18	19	20 大寒	21	22	23	24
25 I・U 様 誕生日	26 ビューティー ヘルパー	27	28	29	30	31

*誕生日: お名前記載の方の誕生日です。

*ビューティーヘルパー: 出張の理美容です。食堂白板に「申込み書」を貼っています。ご自分でご記名ください。

ケアハウス王喜の郷

明けましておめでとうございます。

今年もよろしく願い致します。

厨房では元旦の朝は12月の餅つきの餅でお雑煮を作ります。

昼はおせち料理を手作りで真心こめて作ります。

楽しみにされて下さいね。

毎日の食事をきちんと摂る事で水分も摂れ、筋力がつきます。

肉、魚、卵などのたんぱく質を摂ることで筋肉がつき、体の中の水分量も増えます。(体内で一番水分量が多いのは筋肉です) 筋肉を維持する事で転倒などのリスクも減り、認知症の予防にもなると言われています。

しっかり食事を食べて元気で一年を過ごしましょう。



管理栄養士 河内美子

王喜の郷デイサービスセンター

新年あけましておめでとうございます。

本年も利用者の皆様に笑顔で過ごしていただけますように、職員一同、皆様に寄り添ったサービスを全力で

提供させていただきますので、どうぞよろしくお願い致します。

去年は、感染症対策等で、まだまだ制限はありましたが、節分の豆まき、桜・バラの花の見学ドライブ、誕生会、王喜小学校4年生児童さんとの交流会、クリスマス会等の行事で楽しんでいただきました。

本年も、機能訓練・脳トレを中心に様々な行事で皆様に楽しんでいただきたいと思います。

寒さもこれからが本番です。インフルエンザも流行っていますので、体調を崩されないように、くれぐれも気を付けてお過ごしください。

介護職員 田積 薫

グループホーム王喜の郷ライム

新年あけましておめでとうございます。

本年もよろしく願いいいたします。

去年は、6月にあずまやが完成し、外での外気浴や面会で利用して頂く機会が増えました。あずまの近くに花壇を設置していましたが、利用者の方から「綺麗やね。この花が咲いているならこの時期だね」等の会話を聞くことができました。

また、敷地内に畑を作り、さつまいもを植え、収穫することができ、土や野菜に触れることで利用者の方の日頃見られない表情を見ることができました。

今年は今まで行っていない外での活動や行事等、考えていきたいと思ひます。利用者の方に寄り添った支援を大切にしながら、毎日楽しく過ごして頂けるように職員一同支援していきたいと思ひます。



管理者 下森 真理子

グループホーム王喜の郷

新年あけましておめでとうございます。

旧年中は大変お世話になりました。

本年もどうぞよろしく願いいいたします。



元旦はおとそとおせち料理、お雑煮を頂きます。重箱に盛り付けられ、昔ながらのお正月の雰囲気を楽しむことができます。美味しいものを食べ、今年一年が穏やかで健康に

過ごすことができるよう、元気をつけて頂きたいと思ひます。利用者の方に目標や希望を尋ねると、「故郷の食事が食べたい」、「良くなりたひ」、「あるある」など、嬉しそうにお話を

をして下さいました。一つでも願ひがかなえられるよう、支援して行きたいと思ひ



管理者 野平 千加子

王喜の郷居宅介護支援センター

私は介護支援専門員ですが、週2回はヘルパーで介護職員として働いています。

ドアをノックし「ヘルパーの石川です」と挨拶すると利用者さんより、「あんたかね、ケアマネさんに頼みにくいね。」との言葉が返ってきます。私が「ヘルパーで来ているので、いつも一緒です。なんでも言って下さい」と言うと「じゃ買い物に行って欲しい。」と言われ購入する物を確認し買い物代行する等、計画に沿って支援を行っています。ヘルパーとして利用者さんに対応すると、その方の新しい発見があり、日頃と違う一面を見る事ができます。ヘルパーでの発見を支援に活かし、ケアマネと介護の二刀流でより良い支援を目指し、今年も頑張っていければと思っています。



介護支援専門員 石川 ゆかり

王喜の郷ホームヘルパーステーションいるか

あけましておめでとうございます。今年も健康に気をつけて一年を送りたいものですね。

皆さんは健康寿命という言葉が聞かれたことがあると思ひます。「生涯を通じて人と人とのつながり、支え合って自分らしく健やかに過ごす=健康寿命の延伸」です。

そのためには、栄養面に気を配り、体を適度に動かし、程よく休養をとり、心を癒す。睡眠も大切ですが、寝すぎは良くないです。

私は地域の保健推進委員をしており、保健師さんから毎月、健康に関するお話を聞いて健康づくりに取り組んでいます。

皆さんの笑顔に出会える様、これからも健康に心配りし、元気に訪問いたします。

訪問介護員 山本 美弥子

王喜の郷ミントの家 シニアハウス王喜の郷

謹賀新年

本年もどうぞ宜しく願いいいたします。

1月・2月とまだまだ寒い日が続きますが、生活不活発(フレイル)により健康への影響がないよう、栄養(食事バランス)・体力(体操や外気浴)・社会参加(季節行事などの参加)の3本の矢でバランスを取り、心身の機能低下をしっかりと予防できるように利用者・職員ともに意識し、取り組んで行きたいと思ひます。お正月にはおせち料理・お雑煮・七草がゆ鏡開きなど楽しみだねという声が聞かれています。健康管理に気をつけられ、今年も元気で楽しく過ごしましょう。



管理者 堺 悦子

放課後等デイサービス さくら

12月にさくらのお楽しみ会を行いました。司会進行の担当の子を中心に、子どもたちでプログラムを考え、作成してくれました。事前に司会の練習をしたり、みんなで歌の練習をしたりと、とっても張り切った様子が見られました。ビンゴ大会では、読み上げられた数字と自分のカードに書かれた数字を真剣に探して、ビンゴになった瞬間、「やったあ〜！」と嬉しさのあまりガッツポーズでジャンプする子もいました。集団行動が難しくなかなか話に入れなかった子に、今回はクリスマスの歌を歌うときにタンバリンを手渡してみると、叩き歌い始め、参加することができました。ちょっとしたきっかけや声掛けで良い方向に進めたことを嬉しく思ひました。子どもたちの気持ちに寄り添い、共感し、それを支援に結び付けて

今後とも取り組んで行きたいと思ひます。



さくら支援員 松下美由紀