

謹賀新年



セントラル堀田新聞

第34号
2ヶ月1回発行
H28年1月10日



※掲載されている写真はご本人様、ご家族様の承諾を頂き、掲載しております。

新年の挨拶

明けましておめでとうございます。皆様におかれましては、健やかに新年を迎えられましたこととお慶び申し上げます。

昨年は、皆様にとってどのような年でしたでしょうか？セントラル堀田では昨年は職員の出産が続きました。育児と仕事の両立は大変ですが、誰も退職することなく復帰待ちです。

私事ですが、自分自身や身の回りに大きく変化がある一年でした。変動を受け入れ、次に進める状態に自分を持つていくことに努力しました。また周りの人たちに助けられ、本当に感謝の気持ちでいっぱいになった一年でもありました。

今年も、皆様にご恩返しをするつもりで頑張りたいと思います。

今年もよろしくお願います。

施設長 西本 潤子



クリスマス音楽祭

12月24日、セントラル堀田ではクリスマス音楽祭が盛大に開催されました。今年もプロで活動されている「ニューフロンティア」の皆様にお越しいただき、大いに盛り上げていただきました。



普段、利用者様はカラオケで練習をされていますが、この日は生バンドをバックに歌っていただきました。いつものカラオケとは違い、生の演奏で歌うことができ、皆様ご満足の様子でした。



第一部と第二部の幕間には、西川流の日本舞踊が披露され、華麗な舞で皆様を魅了して下さいました。



第二部では、利用者様とセントラル堀田の職員による歌も披露させていただきました。懐かしの歌謡曲から童謡など、幅広いジャンルで歌います。



職員がサンタの帽子や衣装を着たり、利用者様にもサンタの帽子をかぶっていただきました。会場は大いに盛り上がり、皆様から温かい拍手や手拍子をいただき、とても和やかな雰囲気にも包まれていました。

毎年恒例のクリスマス音楽祭ですが、利用者様が一生懸命に歌っている姿を見ると、「頑張つて！」と思わずエールを送ってしまいます。



皆様にもいつまでも元気に過ごしてもらいたい、そんな願いからこの会が催されています。また張り切って練習しましょう☆

行事食

毎月、皆様お楽しみ行事食。12月はクリスマスメニューということで、洋風の料理が並びました。食堂の装飾も気分を盛り上げ、12月はワクワクがっぱいです。



クリスマス

翌日のおやつもサンタクロースを型どった「サンタ饅頭」がとても可愛らしく、ほっこりした気持ちでクリスマスを満喫することができたと大好評でした。



ダンスの入れ替え

師走まであと少しという11月下旬、地震対策と老朽化のため、多床室のダンスを一斉に取り替える作業を行いました。利用者様は前日からワクワクされておられ、御自身で整理されています。方もいらっしやいました。



当日は朝から業者の方が続々と搬入を行い、約9年間愛用した年季の入ったタンスもあつと言う間にお別れとなりました。



利用者様に新しいタンスが設置されたことを伝えると、足早に見に行かれ、木の香りとキャスター付きの実物を見て目を輝かせていました。



ご家族様、ご利用者様や業者の方々の御協力のお陰で、入れ替え作業をスムー

ズに行くことができました。御礼申し上げます。こうやって、当施設も色々な方々に支えられているんだなあと感じた一日でした。

長寿のお祝い

今年、長寿のお祝いを迎えられる利用者様です。

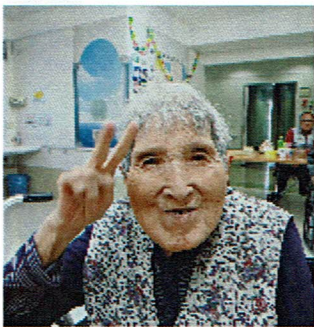
いつまでもお元気で長生きして下さいね！

「ここまで長生きさせてもらって、ありがたい事だと仰っていました。」



紀寿 (100歳)

いつもニコニコと、お洒落でいらつしやいます。



卒寿

お話好きで、町内会の会長などを努めてみえたそうです。



卒寿

いつも穏やかで、笑顔が素敵な方です。



卒寿

長寿の秘訣を尋ねると「好き嫌いなく沢山食べるでねえ」と教えて下さいました。



卒寿

瑞穂区で生まれ、長い間家具作りの仕事をされていました。



卒寿

「もっと長生きできるよ頑張る」と張り切って過ごしてみえます。



卒寿

昔はコーラスをやっておりました。今でも美声は健在です。



米寿

飴とコーヒーが大好きです。



米寿

北海道で生まれ育ち、結婚を機に名古屋に來ました。



米寿

みずほ介護フェスタ 銅賞受賞!

11月10日～15日の6日間、瑞穂区役所講堂にて「みずほ介護フェスタ」が開催されました。当施設の他、15の施設がそれぞれ素晴らしい作品を出品されていました。



セントラル堀田では、出品作品のテーマを「桃太郎」と決定してからも、何をどのように作るのかが漠然としていました。ただひたすらお花紙を丸める毎日。そんな中でも利用者様は「リハビリになるわね」とスタツフに優しい気遣いを見せてくれる一面もありました。

丸めたお花紙を土台の絵に添って丁寧に貼り付けていくと、少しずつ作品が形を表してきます。

完成した時には「まあ、綺麗!」「かわいいわねえ」「これを作ったの!」と達成感を味わうことができました。

フェスタ開催中は、利用者様と一緒に車に乗って、見学に出掛けました。

色々な作品を見ながら「上手いね〜」「こんなのもやってみたいわね」「でもうちのが一番!」とそれぞれの感想を持ちながらの楽しいお出掛けになりました。

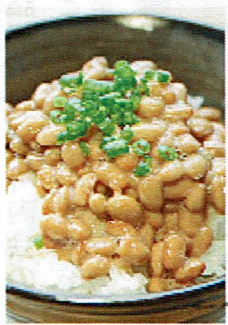


準備の段階から作成、展示、見学会、撤収まで、沢山の方々に携わっていただきました。そうして獲得できた「銅賞」。喜びもひとしおです。また、今年もぜひチャレンジしたいと思えますので、皆様の御協力をお願い致します。

栄養ワンポイントメモ 管理栄養士の

腸には、全身の約7割の免疫細胞が存在しています。便秘や軟便によって腸内の環境が崩れてしまうと、免疫力が低下し、身体の調子を崩しやすくなってしまいます。

腸内環境を整えるものといえば、やはり食物繊維が大事です。特に、納豆は食物繊維だけではなく、ウイルスや細菌の侵入をブロックしてくれるビタミンB群も豊富に含まれているので、優秀な食材といえます! その他の免疫力をUPさせる食材には、ニンニク、生姜などの薬味や、ヨーグルトなど、食事にプラスしやすい食べ物が多くあります。積極的に食事に摂り入れ、風邪やウイルスなどに負けない強い体を作りましょう!



事務所だより



昨年の11月より介護支援専門員として、セントラル堀田で勤務しています。名前は富田哲子(とみだのりこ)と言います。年齢は50歳を過ぎました。名古屋の南区で生まれ、瑞穂区に嫁ぎました。血液型はO。双子座です。明るい性格ですが、気は強く、おせっかいです。子育てが終わった頃、ホームヘルパーの資格をとりました。訪問のヘルパー、デイサービスの相談員、自宅のケアマネジャーをしていました。利用者の皆さんに「ありがとねー、あんたのお陰だがねー!」と言ってくださるのを励みに仕事しています。

入所者の皆様お役に立ちたいと思っています。宜しくお願いします。