

# 新年賀謹



セントラル堀田新聞

第64号  
2ヶ月1回発行  
令和3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。

## 「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。

昨年は新型コロナウイルス  
が流行し、今までの生活  
が一変してしまいました。  
「新しい生活様式」が推奨  
され、施設でも面会中止や  
レクリエーションの制限が  
余儀なくされました。何と  
か昨年は感染者は出ません  
でしたが、今後のことは分  
からない状況です。とは言  
えセントラル堀田をご利用  
してくださる皆様に、安全  
でかつ満足していただける  
ようケアを提供していくの  
は私どもの義務だと思いま  
す。

本年も変わらぬご支援と  
ご指導、ご鞭撻を賜ります  
よう、心からお願い申し上  
げます。

施設長 西本 潤子



# クリスマスマス会

例年通りのようなクリスマス会ではありませんでしたが、規模を縮小し、二部制で行い、マウスシールドの装着等、感染予防に配慮しながら、スタッフ一丸となり様々な出し物を企画しました。

## 8人のハンドベル隊

サンタクロースの格好をして、綺麗な音色でクリスマスソングを奏でると、会場は瞬く間にクリスマスマムードに包まれました。



## ピアノで合唱

続いては「きよしこの夜」のピアノ演奏に合わせ、利用者様と合唱。聖なる夜になりますように...



♪デイケアスタッフより♪

## 歌って踊ろう！

さすがチームワーク抜群！ノリノリで一緒に踊り、体も温まりました。



## 押忍！空手道場

精神統一、キレのある形を披露。空手やるなら、大井塾をよろしく！



## ビンゴゲーム

本日の大目玉。豪華賞品を狙い今年最後の運試し！



見事ビンゴ！  
やった！思わずガッツポーズです。



暖かそうなマフラーに笑顔が溢れます。スタッフもつられてニッコリ。笑顔のループです。

## 記念撮影

せっかくだから記念撮影を。ハイチーズ！



※利用者様には撮影時のみマスクを外していただいております。

# デイケア便り

## ☆クリスマス会☆

12月25日デイでクリスマス会を開きました♪

毎年恒例、景品をかけたゲーム大会です。お手玉を勢いよく投げ、風船をたくさん飛ばせた方が勝ちです！



そして、おやつタイム♪プリンに、いっぱいデコレーションしてクリスマス気分を味わいます。



お腹がふくれたら、いよいよクリスマス会の締めくくり。皆さまと一緒に歌いながら踊りました♪

身体を大きく動かし、ノリノリです♪



## 習字のお稽古

師走に入り、時の早さを感じます。デイでは、新年に因んだお題で、お習字をしました。皆さま、とてもお上手です！



お手本を見ながら集中して筆を下ろしています。

## 麻雀再開

新メンバー様が入り、麻雀が再開しました。心待ちにされていた方は喜びもひとしおでした。



## 長寿のお祝い

卒寿 (デイケア)



今年満九十歳を迎えられます

米寿 (デイケア)



紀寿 (入所)

今年満百歳。内閣総理大臣より祝状と七宝焼きの記念品が届きました。



白寿 (入所)

今年満九十九歳。まだまだお元気です。



卒寿 (入所)



おめでとうございます。お体ご自愛下さい。

# 事務所だよ

新年 明けましておめでとうございます。皆さま健康やかに新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症で大変な一年となりましたが、家族、友達、大切な人への思いや絆を改めて考え、感謝した一年でもありました。『一陽来復』寒い冬の後に暖かい春が来るように、悪いことの後に幸運に向かうことを意味するそうです。

今年是一日も早くコロナが収束に向かい、皆さまにとって幸多き良い年になりますように。そして、ご利用者さまとご家族さまが、自由に笑顔で面会できる日を、私も心待ちにしております。 事務 田邊雅子



## リハ通信

【立ち上がりの介助】

今回は立ち上がりの介助のポイントについて紹介いたします。まず利用者様のお尻の位置を前にもっていき、足が床につくようになり、足は膝よりやや後方が好ましいです。



次に左図のように、利用者様の頭が膝と床を結んだライン付近までくるようになり、上半身を前上方に誘導するとお尻が上がりやすくなります。



最後に利用者様を上へ引き上げていきます。また座面の高さが高めだとより少しの脚力で立ち上がれます。介助方法で不明な点等あれば、いつでも担当のり

ハビリススタッフまでお声がけください。

## 管理栄養士の

秋から冬にかけて旬となる春菊は年中手に入る食材ですが、1月頃の旬の時期には葉や茎が柔らかくて香り高い味わいが増し、鍋物やお浸しなどに幅広く使える季節の味覚となっています。

春菊に含まれている香りの成分は自律神経に作用し、胃腸を活性化し、咳や痰を抑える効果があるそうです。食べる風邪薬ともいわれる健康に良い食材です。ぜひ積極的に活用し、寒い冬を健康で乗り切りましょう。

## フェイスシールド活躍

以前の新聞でもご紹介させていたしましたが、AA瑞穂の団体様より頂いた、フェイスシールド。様々な場面で活用させていただいております。

今後とも感染防止に最善をつくし、地域の皆様のお

心のために貢献できるよう努めてまいります。



とあるリハビリでの様子

## 手作りマスク寄贈

先日、ご利用者家族様より、まだまだ需給の不安定な状況の中、手作りのマスクを寄贈いただきました。ご厚意に甘えまして、大切に使用させていただきます。誠にありがとうございます。



## ブログ配信中

施設での出来事や皆様のご様子をお伝えするブログを配信中。ホームページからアクセスできますので、是非一度ご覧下さい。