



# うららら

## 第 217 号

令和6年5月10日

初夏の風が清々しい今日この頃、皆様お健やかに過ごしてはいかがでしょうか。  
新年度が始まり、早 1 カ月が過ぎました。「光陰矢の如し」のとおり、月日が過ぎるのは本当に早いです。

さて、5月と言えば5月5日の「端午の節句」ですが、端午の節句は子供の成長の喜びと願いが込められた日本に伝わる節目の行事です。

この頃に、盛期を迎える菖蒲を様々な形で使う風習があることから、端午の節句は「菖蒲の節句」とも呼ばれています。昔からお家で楽しまれていた日本の風習の一つです。菖蒲の葉をお風呂に浮かべて入る「菖蒲湯」ですが、真っ直ぐな葉が刀に似ており邪悪を祓うような爽やかな香りをもつことから、男の子の縁起のいい植物とされたいのですが、菖蒲について調べてみると花菖蒲と菖蒲は全くの別の植物だと知りました。花菖蒲はアヤメ科、菖蒲はサトイモ科で菖蒲の花は、穂状（ガマの穂みたいな）で全然目立ちません。菖蒲の葉には独特の香りがあり、それが古来より邪悪を追い払うとされて来たようです。菖蒲湯に入れる葉は菖蒲の葉（サトイモ科）ということです。なんとややこしいですが勉強になりました。

新型コロナウイルスが 5 類に移行し一年が経ちましたが、ゴールデンウィーク明けは増加傾向となっているようです。まだまだ油断はできませんが入居者様には外出、そして屋外での行事を楽しんで頂くように計画しています。

季節の変わり目、体調を崩されませんようご自愛ください。

事務次長 高橋浩司



### ケアホーム

### ディア・レスト福山

〒720-1132

福山市駅家町倉光 148

TEL 084-977-0880

【ホームページ】

[http://www.dearrest.](http://www.dearrest.net.fukuyama)

[net.fukuyama](http://www.dearrest.net.fukuyama)





# 端午の節句

5月5日（日）

端午の節句のお祝いで、おやつ時間に鯉のぼり羊羹と酒粕から作った職員手作りの甘酒を飲んで頂きました。皆様「美味しい～」と喜ばれました。



昔、よく作って飲んでたよ。

暑い日には冷やし甘酒が美味しいわね。



## 昼食（行事食）



オムライス、エビフライ、ポテトサラダのランチプレート。とっても美味しかったよ！

## 作業療法

一人ひとり折り紙で作った鯉のぼり。鯉の顔がそれぞれ違い、個性豊かな作品が出来上がりました。



かわいい鯉のぼりができたよ。

## 個別リハビリテーション

当施設には理学療法士、作業療法士が3名在籍しており、その専門職を中心に一人ひとりの身体の状態に合わせたリハビリテーションを定期的に行っています。今出来ていることが引き続きできるように、楽しくリハビリテーションしています。



ハンドグリップや割り箸で掴んで移動させたり積み上げたりして、筋力強化訓練をしています。



関節可動域訓練を行い、関節の拘縮・変形を予防します。



水平面上での肩関節や肘の屈伸を回復するために訓練します。



日光浴をして、骨の健康や体内時計を整えます。



## おとなの学校

高齢者向けの教科書を使用して定期的に勉強をしています。教科書内にある例題文字を清書して提出し、ボールペンプレゼントの企画に当選しました。



字を書くことが好きなので毎回応募してやっと当選。かわいいボールペンがもらえて嬉しかったです。



皆様とても熱心に授業に参加されます。教科書に書き込んだり、昔のことを思い出して話をしてくださる姿は、とても生き生きされています。

## 生け花

4月23日(火)



### ◆花材◆

- ・菖蒲
- ・バラ
- ・ヒペリカム
- ・カスミ草
- ・ルスカス

## 書道

4月21日(日)



# クッキングレクリエーション

【2号棟】

4月18日(木)

## ◆肉うどん ◆パンナコッタ (イチゴソース添え)



熱々の肉うどん最高だわ～。  
トッピングも濃い目の味付けて  
美味しいわよ！



昆布だしが最高に美味しい  
よ！手間暇かかっているだけ  
あるな～！！



喉越しも良くてたくさん食  
べられるわ。  
次は何が食べられるのか  
しら？毎月の楽しみなの  
よね！！



待ちに待ったクッキングの日。毎月1回のこの日を皆様とても楽しみにされています。今回は、肉うどん。丁寧にとった昆布だしに、甘じょっぱい油揚げと牛肉がのった具沢山の肉うどんは皆様に大変喜んでいただくことができました。来月もお楽しみに！！

## 【2号棟】

### 生け花

4月24日(水)



菖蒲やバラなど、五月を代表する花で今回も素敵に生けてくださいました。



#### ◆花材◆

- ・菖蒲
- ・バラ
- ・ヒペリカム
- ・カスミ草
- ・ルスカス

### 端午の節句

5月5日(日)



昼食も豪華でした。



端午の節句のお祝いで、おやつ時間に鯉のぼり羊羹を食べた後、天気が良かったので外で職員手作りの甘酒を飲んでいただきました。皆様「美味しい～」とおかわりされ、大好評でした。



### 遊びりテーション



外の風が気持ちいいね♡

だんだんと暖かくなり、外で体を動かしたり、散歩するのが気持ちの良い季節となりました。この日も、午後から散歩や玄関ポーチ前で体操のレクリエーションを行いました。

「運動したら体がポカポカしてきたわ〜」「菜花が散って、バラが咲きはじめたね。」「春菊の花初めて見たわ」など会話も弾み、皆様に肌で季節を感じて頂くことが出来ました。



## 5月6月行事予定表

5月14日(火)	14:00~	移動売店(中山商店様)
5月15日(水)	昼食	クッキングレク お好み焼き(1号棟1階、2階)
5月16日(木)	昼食	クッキングレク お好み焼き(1号棟3階)
5月23日(木)	13:00~	散髪(1号棟)
5月23日(木)	昼食	クッキングレク ハンバーグ定食(2号棟)
5月28日(火)	14:00~	移動売店(中山商店様)
5月28日(火)	14:00~	生け花教室
6月1日(火)	14:00~	移動売店(中山商店様)
6月17日(月)	14:00~	お茶会
6月19日(水)	14:00~	移動用品販売(いろどりストア様)
6月21日(金)	昼食時	バーベキュー
6月25日(火)	14:00~	移動売店(中山商店様)
6月25日(火)	14:00~	生け花教室
6月27日(木)	13:30~	散髪(1号棟)

※5/20(月)~5/25(土) バラ散策週間

※2号棟の散髪は不定期です。

※毎週木曜日、15時30分~移動売店「おまかせ君」

※行事内容は変更になることもございますので、予めご了承ください。



### 【ICT導入についてのお願い】

更なるケアの向上をはかるための、見守りシステム(眠りSCAN)の設置工事が完了いたしました。遠方の方には、別紙にて説明書・同意書を送付致しましたので、ご確認の上、ご返信をよろしくお願いいたします。

### 【差し入れについてのお願い】

日中の気温が高くなってきました。生もの、傷みの早い食品などは食中毒を起こす危険が高いため、食事時間に近い時間(昼食:11時20分、夕食:17時)にその日に食べられる量を保冷バックに入れてお持ちください。ご協力をよろしくお願いいたします。



### 【衣服入替についてのお願い】

◆暖かい日が増えてまいりましたので、衣替え、帽子の準備をお願い致します。また、衣服へは必ず、タグや見えるところへフルネームでの名前の記入をお願い致します。



### 【衣服販売についてのお知らせ】

◆6月19日(水)に、移動用品販売「いろどりストア」様が来られ、夏用の婦人服や紳士服、肌着、雑貨などを販売予定です。購入希望の方は事前にご連絡ください。



前回の購入様子

### 【面会についてのお知らせ】

- ・18歳以上の方で、2人までの入室とさせていただきます。
  - ・面会中は必ずマスク着用、飲食はご遠慮ください。
  - ・居室での面会后、感染予防のため入居者様には24時間居室対応とさせていただきます。
  - ・今まで通り指定場所での面会も継続させていただきます。
- ※この場合24時間居室対応はありません。

ご不明な点等がございましたら、各棟へご連絡ください。

1号棟 (084) 977-0880

2号棟 (084) 977-0055

### 【介護報酬改定についてのお知らせ】

6月に処遇改善加算の変更がございます。詳細が分かり次第別紙にてお知らせします。不明点等ございましたら、お気軽にお問い合わせください。

### 編集後記

窓からの爽やかな風に「外の風が吸いたいわ」と声があり、散歩に出かけられ、庭に咲いた満開のツツジを見て楽しめました。

居室での面会も再開になり、外出食事イベントやドライブイベントも徐々に増やしてまいります。皆様と楽しみたいと思います。

介護副主任 桑田房子

※写真撮影のため一時的にマスクをはずしております。また、飲食の際は手洗い・アルコール消毒をしています。