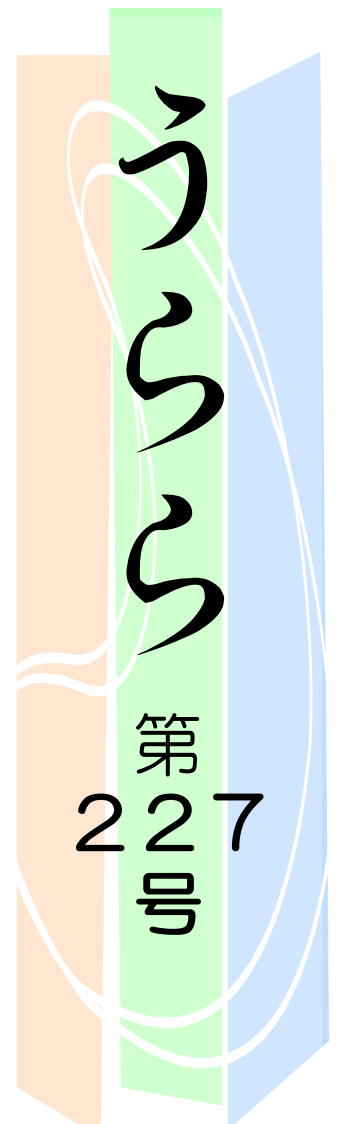




2月10日 初釜 photo by Takahashi



令和7年3月10日

梅の花がほころび、春の訪れを感じる今日この頃、皆様におかれましてはお健やかに過ごしていることと思います。

3月は冬の名残と春の兆しが交差する季節です。朝晩の空気はまだ冷たさを残しつつも日中の陽射しにはやわらかな温もりが感じられますね。

さて、春の訪れを感じさせてくれる「春一番」は冬と春の境目を告げる自然からのメッセージです。文字通り春の到来を告げる優しい風のように感じますが、1859年の春に長崎県吉岐市の海上で漁師53人が突風で遭難した事故が起きたこの時の風が「春一番」の起源とされています。そして、この「春一番」は強い風を伴うため、遠方からも運ばれてくるスギやヒノキなどの花粉とPM2.5や黄砂などの大気汚染物質が結びつきアレルギー反応をさらに強めます。湿度が下がり空気が乾燥し鼻や喉の粘膜も乾燥するため、花粉に対する感受性が高まります。昨年は夏が高温で日射量も多かったため今年は飛散量も多くなると予想されています。花粉症の方には辛い時期の始まりでもあります。読んでいただけでも鼻がムズムズしてきますね。先日テレビで、花粉症に効果が期待されている「じゃばら」という柑橘が紹介されていました。ユズやダイダイ、カボスの仲間でも果汁は酸味が強く、鬼も逃げ出すほど酸っぱいことから「邪を祓う」が転じて「邪祓（じゃばら）」と名付けられたそうです。皮に含まれるナリルチンが花粉症やアレルギーの症状の改善に効果的で「幻の果物」と言われています。和歌山県の北山村に自生していて、スーパーなどで見かけることはありませんが、のど飴などの加工品はよく目にします。花粉症対策にのど飴を舂めて♪雪が解けて川になって～もうすぐ春ですね♪と口ずさみ春の訪れや新たな始まりを象徴する自然からのメッセージを感じて新年度に向かいたいですね。

季節の変わり目、体調を崩されませぬようくれぐれも気を付けてお過ごしください。

看護主任 木村真奈美

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.net.fukuyama>



初釜

2月20日（木）

目の前で職人さんが練り切り作りを実演してくださりました。

あっという間にきれいな「菜の花」の完成。

着物姿の職員が点てた煎茶、抹茶もいただき、ゆったりとした時間を過ごしました。



久しぶりに点てました。

きれいに作ってあるから
食べるのがもったいないね～

生け花

2月27日（木）



- ◆花材◆
- ・桃 ・ガーベラ
- ・菜の花 ・カーネーション

書道

2月23日（日）



【1号棟】

ひなまつり

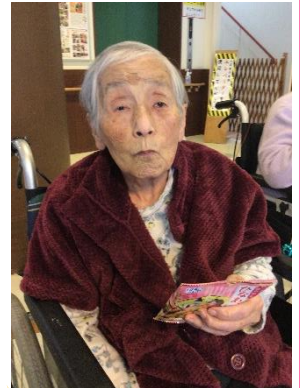
3月3日(月)



昼食には、かわいい雛寿司に旬の天ぷら。春の味覚に大好評でした。



今日は豪華な昼食。もったいないくらい可愛い雛寿司ですね～。



甘酒で身体がポカポカに温まった～。ほっぺが真っ赤になったかな？

雛壇の前でひなあられと甘酒を食べ、楽しい時間を過ごしていただきました。

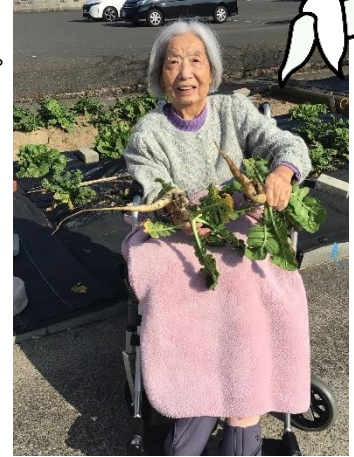


園芸通信

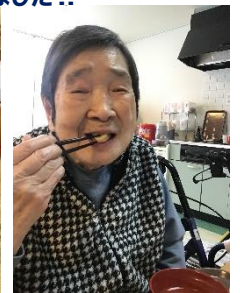
3月1日(土)

細くてかわいらしい大根。

初秋に植えつけた大根の収穫。
「よいしょ〜！」力いっぱい抜きました。
今年の大根は少し小ぶりで曲がったり二股になったものが多く、肥料が足りなかったな〜??
少し暖かくなり、久しぶりの畑作業をとて楽しめました。



収穫した大根を調理していただきました!!



おでんにして食べたいな〜

みかんジュース

2月22日(土)

今年のみかんが大豊作。
絞ってジュースにするととても甘く
大好評!!

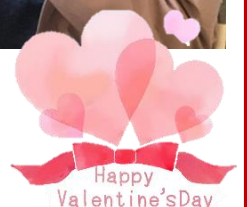


皮をむいて食べるみかんよりジュースの方が甘くて美味しかった〜

♡甘酒♡

2月14日(金)

バレンタインデーの日に皆様の大好きな甘酒をプレゼント。



個別機能訓練



個々に合わせたリハビリテーションを行い、身体機能の維持向上を図ります。



作業療法



今回は「梅の花」
素敵な梅の木が完成しホール中、春の雰囲気になりました。



職員研修

介護ロボット体験



Hug

福祉用具として移乗支援サポート「Hug」と「SKYLIFT」を体験してみました。

どちらの用具も立ち上がることができなくなった方のお身体の負担を軽減して立位姿勢をサポートするものです。

また、自身の脚力を活かしながら最小限の介助で移乗することができるので、介助側の腰痛予防にもなります。

実際に入居者様に体験していただいたところ「一人で立てたことが嬉しい」と笑顔で喜ばれました。

今後の導入を検討していきます。

体験してみて

- ・どちらも立位保持が安定するが、それぞれの体形によってベルトの位置が変わるのでセッティングに時間がかかる。
 - ・円背者には「Hug」がいいと思う。
 - ・抱えるということがないので介護側の負担が少なくてすむ。
- などの意見がでました。



SKYLIFT



2月26日(水)

着物を着ていたら、だれか分からなかったわ～。若い子が着ると余計に可愛いわね～。



初めて着物を着ました。
着物を着た事で入居者様とも
会話が弾み、楽しいひと時を過
ごせました。また着たいです！



私は、抹茶が大好きなのよ～。
だから今日の初釜に参加できて
嬉しいわ～!!



【2号棟】



作法は分からないけど、抹茶はほろ苦くて和菓子とあまって美味しいよ。



素敵な抹茶碗ね!!
抹茶の深緑色が映えるわね!!



初めて初釜に参加し、お抹茶を点てました。日本の文化に触れることができ、また入居者様にも喜んでいただけて、嬉しかったです。



素敵な着物ね。
若い頃は、私も着ていたのよ。
懐かしいわ～。



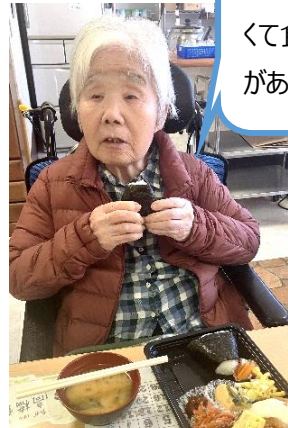
2月25日(火)

テイクアウト おまかせ弁当 (ばんぶ)



とっても美味し
そう!! いた
だきます!!

おにぎりが大き
くて食べごたえ
があるわね。



3月3日(月)



甘酒も雛あられも美味しいね。



今日は可愛らしい雛寿司。
天ぷらも美味しそう!



実習生は初めて着物を着て、入居者様からも「お雛様と同じくらい可愛いね」とお声掛けをいただき、一緒にひなまつりのお祝いをすることが出来ました。

棒体操

3月2日(日)



ポカポカ陽気に誘われ、外に出て体操を行いました。久しぶりに外気浴をされ、体操を行い「やっぱり、外の空気はええな〜！気持ちいい」と心身ともにリフレッシュ。春の訪れを肌で感じて頂くことが出来ました。



大きく息を吸って吐きましょう

ボールすくいゲーム

手首と上肢の運動です。毎日、楽しみながら行えるゲームを通して身体を動かしています。スタッフも利用者様と一緒にゲームへ参加しています。



え、ど簡単、わね、なかなかに難しいわね。思うように掬えない。

頑張れ!!
頑張れ!!



生け花

2月27日(木)

～花材～

- ◆ 桃
- ◆ ガーベラ
- ◆ 菜の花
- ◆ カーネーション



個別機能訓練

個別にてその方に合った歩行訓練を行っています。



3月・4月行事予定表

3月11日(火)	14:00~	移動売店(中山商店様)
3月18日(火)	昼食時	テイクアウトランチ・はま寿司(2号棟)
3月19日(水)	14:00~	音楽鑑賞会(1号棟)
3月25日(火)	14:00~	移動売店(中山商店様)
3月25日(火)	14:00~	生け花教室
3月27日(木)	13:30~	散髪(1号棟)
3月31日(月)~4月7日(月)		花見週間
4月4日(金)	13:00~	散髪(2号棟)
4月8日(火)	14:00~	移動売店(中山商店様)
4月9日(水)	昼食時	創立記念寿司バイキング
4月22日(火)	14:00~	移動売店(中山商店様)
4月22日(火)	14:00~	生け花教室
4月24日(木)	13:30~	散髪(1号棟)

※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。

改修工事についてのお知らせ

1号棟、2号棟の建物改修工事を行います。
大きな工事音や振動があり、また足場を組むため玄関付近が狭く居室内も暗くなります。
皆様方にはご不便、ご迷惑をおかけいたしますがご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

工事期間：2025年3月3日(月)~6月14日(土)

作業時間：8時00分~18時00分

2号棟駐車場使用禁止期間：3月17日(月)~6月14日(土)

衣服販売についてのお知らせ

3月24日(月)に移動用品店「ハッピー衣料」様が来られ、春物の婦人衣料や紳士服など販売予定です。

購入希望の方は事前にお小遣いをご用意ください。

お知らせ

嗜好品の差し入れは少量で食べられる量でお願いします。
特に生ものは本人様の食べやすい大きさの物をお願いします。
毎日のおやつ提供は変わりませんが、飲み物に変化をつけたいと考えています。ご持参される場合は来訪前に事務所に確認ください。

介護技能実習評価試験(専門級)



イヌナ(1号棟) ヘラ(2号棟)

合格!!



日本語検定(N3)

合格!!

合格うれしかったです。
次はN2にチャレンジ
します!!

シャンティー(1号棟)



編集後記

寒さも和らぎ春の心地よい風を感じられる季節となりました。

3月3日のお雑祭りには昼食に雑寿司と天ぷらをおやつには職員手作りの甘酒を提供させていただき、皆様より「美味しかったよ」との嬉しいお言葉をいただきました。

また、1号棟は集団レクリエーションにて音楽鑑賞会を行い、2号棟は入居者様よりリクエストを頂いていた「はま寿司」の海鮮丼をテイクアウトし普段とは違った食の喜びを感じて頂きたいと思っています。

春の陽気に誘われて、暖かい日には外に散歩に出かけ、桜・桃の花・菜の花の開花を待ちわびたいです。

桜の便りが待ち遠しいこの頃、どうぞ体調にはお気をつけください。

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。