



うらら

第
231
号

令和7年7月10日

厳しい暑さが続いておりますが、皆様お変わりなくお過ごしでしょうか。

先月 27 日に中国地方の梅雨明けが発表され、異例の速さで本格的な夏が到来しました。梅雨が明けた途端に猛暑日と言える暑さとなり、熱中症への注意がますます必要になっています。

さて、夏の風物詩と言えば、花火大会や夏祭り、かき氷にスイカ、風鈴などがありますが、「夏」と聞くと「ひまわり」を思い浮かべる方も多いのではないのでしょうか。青空の下で明るく鮮やかな黄色い花が真っすぐに太陽に向かって咲く姿は、とても力強く、見ているこちらにも元気をもらえます。

「ひまわり」という名前は、その名のとおりに太陽の動きを追いかけるように花の向きを変える性質に由来します。これは若い成長途中のひまわりが持つ特徴で、茎が柔らかいうちは東から西へ太陽を追ひ、夜にはまた東を向いて朝日を待つとされています。「太陽を追いかける花」というイメージもありますが、実際には、この性質は開花までの一時期のみで、開花後のひまわりは動きを止め、ずっと東を向いたままになるようです。これは日光を効率よく受けて、種を実らせるための工夫であると言われています。

太陽の恵みを受けて力強く咲き、そして次の世代へと命を繋いでいく。そんなひまわりの姿には、自然の知恵と命のたくましが詰まっていて、私たちにも多くのことを教えてくれているように感じます。暑さに負けず咲き続ける「ひまわり」のように、この夏を元気に乗り切りたいですね。

まだまだ暑い日が続きますが、体調を崩されませんよう、くれぐれもご自愛ください。

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.dearest.net.fukuyama>



【1号棟】

食事イベント

バーベキュー

6月27日（金）

外で焼くお肉や玉ねぎの焼ける香ばしい匂いに窓際から楽しみにされていた入居者様。

目の前にボリューム満点の昼食に「食べられるかな～」と不安でしたが、「美味しい～」とあっという間に完食されました。



今日は何ごと??
豪華なご飯じゃね～



久々のビール♡
ノンアルコールだけど美味しい～



七夕

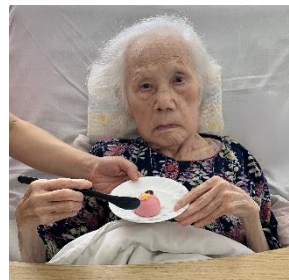
7月7日（月）

願いが叶いますように！



おやつには彗星と
織姫の練り切り

可愛い
練り切り



おやつイベント

クレープ作り

6月18日(水)

チョコレートソースやジャム、ホイップクリームから好きなトッピングを選んで作っていただきました。



生地が薄くて
破れそう

美味しい～

絵手紙

6月24日(火)

題材：施設で収穫したナス



上手に描けたよ！

書道

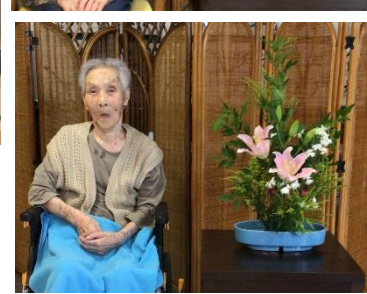
6月22日(日)

「今日が書道の日？」といつも楽しみさにされています。納得いくまで書かれました。



生け花

6月24日(火)



今月のお花

- ・ソケイ ・ユリ
- ・ナデシコ ・カーネーション

当施設では全職員が委員会活動を通して、より良いケアと環境づくりに取り組んでいます。

入浴委員会より

安全面を考慮し、手すり浴槽の出入り口付近に造設しました。動作時の補助として転倒防止に活用しています。



石鹸のご寄付、ありがとうございます。

入居者様の肌の乾燥が気になり、「ボディソープで必要以上に皮脂を落としているのでは？」と職員間で話し合い、石鹸を使ってみることにしました。その結果、肌の状態が改善され、トラブルも減ってきました。「石鹸、懐かしい～」とご自身で泡立てて楽しみながら入浴されている様子に、私たちも嬉しく思っています。今後は洗身タオルもガーゼ素材（施設にて準備します）に変えて、様子を見ていく予定です。



【2号棟】

クレープ作り

6月18日(水)

おやつ時にミニクレープを作り、チョコやジャム、ホイップクリームを好きなだけトッピングし、「美味しいわ〜。」と喜んで食べておられました。

焦がさないように
上手に焼けるかな〜。



焼肉弁当 (肉よしテイクアウト)

6月20日(金)

「お肉が食べたい」という入居者様のご希望にこたえて、焼肉弁当をテイクアウトしました。添えてあったキムチも大好評で、皆様完食されました。



お肉大好き!!
美味しそう〜!!
いただきます♪

バーベキュー

6月27日(金)

今年も酷暑を乗り切るために、美味しいお肉を沢山食べて頂きました。「白米が進む味付けだね。」「肉とノンアルコールビール最高じゃ〜!!」と皆様、大変喜ばれました。この夏も元気に乗り切りましょう!!

みんなで一緒に
食べるご飯は、特に
美味しく感じる
わよね!



ノンアルコールビール
久々に飲んだよ。
美味しいよ!!



アロマオイルマッサージ

6月6日（金）

午後からのひと時に、アロマオイルマッサージを行いました。良い香りに包まれ、血流を促すことでリラックスでき、中にはウトウト眠られる方もいらっしゃいました。



良い気持ちだわ。
眠たくなってくるわね。



大人の学校

7月2日（水）

「おとなの学校」は回想療法を取り入れた認知症進行予防の為のプログラムです。過去の思い出などを入居者様同士でも話され、いつも楽しい時間となっています。



7月2日（水）

七夕飾付け

健康で、毎日楽しく
過ごせますように!!



生け花

6月26日（木）

～花材～

- ◆ソケイ
- ◆ユリ
- ◆ナデシコ
- ◆カーネーション



今月も綺麗に生けることができました。

七夕饅頭



7月7日（月）

七夕のおやつ時に、織姫と彦星を象った練り切りを食べられました。「可愛くて食べるのがもったいない」と言われていた入居者様も「美味しいわ」と笑顔で食べておられました。



7月・8月 行事予定表

7月22日(火) 14:00～ 移動売店(中山商店様)
7月22日(火) 14:00～ 生け花教室
7月24日(木) 13:00～ 散髪(1号棟)
7月27日(日) 14:00～ カラオケ
7月28日(月)～31日(木) ミニ夏祭り週間(1号棟)
8月1日(金) 9:00～ 散髪(2号棟)
8月12日(火) 14:00～ 移動売店(中山商店様)
8月26日(火) 14:00～ 移動売店(中山商店様)
8月26日(火) 14:00～ 生け花教室
8月28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。

【保険証についてのお願い】

現在交付されている国民健康保険、限度額適用認定証、限度額適用・標準負担額減額認定証の有効期間は、2025年7月31日までとなっています。

これに伴い、新たに「**資格確認書**」が順次発送されます。また、以下の証書については、従来通り送付されます。

・介護保険負担割合証

・重度障がい者医療受給者証(該当者のみ)

お手元に届きました証書類は切り取らずにそのまま、資格確認書と一緒に事務所までご持参ください。

ご不明な点がございましたら、各市町村へお問い合わせください。

【差し入れについてのお願い】

6月1日から「**夏の食中毒予防期間**」となっております。

◆生もの、傷みの早い食品(お寿司、お刺身等)

◆賞味期限、消費期限の短いもの

は食中毒の原因となりますので、ご遠慮ください。

なお、差し入れをご持参いただく場合、その日のうちに食べられる量を保冷バックに入れ、食事時間(昼食:11時30分、夕食:17時)に近い時間でご持参ください。

衛生管理の観点から、当日中にお召し

上がりいただけない食材につきましては、安全を最優先し、破棄させていただく場合がございます。ご理解とご協力をお願いいたします。



口腔ケアについての勉強会

猪原[食べる]総合歯科医療クリニックの猪原光先生にお越しいただき、誤嚥性肺炎の予防や、在宅の方の手入れが行き届いていない口腔内の衝撃的な実例写真を見せいただきました。

また、歯磨きや義歯の適切な取り扱いについても説明いただき、非常に有意義な学びの時間となり今後のケアに活かしていきます。第二弾も予定をしております。

歯
磨
き
の
際
を
磨
き
ま
し
よ
う
!



編集後記

今年も山へ笹を取りに出かけ、入居者様と一緒に七夕飾りを楽しみました。毎年恒例行事とはいえ、「どうだったかな?」と思い出しながら飾りを作るひときは、今年も和やかで微笑ましい時間となりました。入居者様の多くは「今年も元気ですごせますように...」と願いを込めて、短冊に思い思いの願いを書かれました。風に揺れる笹とともに色とりどりの願いが天へと届きますように。

介護支援専門員 眞谷通代

※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。