



ふらふら

第
238
号

令和8年2月10日

まだまだ厳しい寒さが続いておりますが、陽ざしに少しずつ春のめくもりを感じる頃となりました。先日通勤途中に蠟梅が咲いているのを見つけました。私が蠟梅を知ったのは社会人1年目、デイサービスに勤めていた頃のことです。ある利用者様がマッチ箱をそとと手渡して下さり、開けてみると、黄色く可憐な蠟梅の花が一輪入っていました。ふわりと甘い香りが漂い、その瞬間に感じた温かさは今でも忘れられません。何気ない日常の一コマでしたが、この季節になるたびに、その方の柔らかな笑顔とともに大切な思い出が蘇ります。介護の仕事は、人生の先輩方から貴重な知恵や人の温かさを教えていただける尊い仕事です。入居者様との日々の関わりの中で、私たちは多くの感動や学びをいただいているのだと改めて感じています。

さて、ミラノ・コルティナ冬季オリンピックでは、すでに数々の感動的なシーンが生まれています。連日報道される選手たちの熱戦に胸を熱くされている方も多いのではないのでしょうか。私自身はフィギュアスケートを観るのが楽しみで、華やかな演技の裏にあるアスリートの努力や、一瞬のミスも許されない緊張感に心を揺さぶられます。競技だけでなく、選手たちの人間ドラマに焦点を当てた番組を合わせて観ることで、より深い魅力を感じられますね。残りわずかな期間ではありますが、入居者様と冬季オリンピックの話題を楽しみながら和やかな時間を過ごしてまいりたいと思います。選手たちからたくさんの勇気や希望をもらい、明日への元気につなげていきたいものです。

余寒厳しく体調を崩しやすい時期です。ご自愛ください。

統括主任 黒田恵利香



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)



日々のレクリエーション

【1号棟】

紙風船バレー



紙風船は軽くて柔らかいので思わぬ方向へ飛び、ラリーが難しいですが面白さがあります。皆さん笑顔で取り組まれていました。

タオル体操



タオル1枚を使って、ストレッチをしたり、こぶを作って投げたりと、さまざまな体操に取り組みました。

棒体操

音楽に合わせてリズムに乗りながら身体を動かす棒体操で楽しく運動しています。



坊主めくり



いつも盛り上がり、笑いの絶えないゲームです。

手芸



手芸が趣味の方と個別で活動を行っています。短時間ずつ取り組み、作品を完成させています。



おとなの学校



高齢者向けの教科書を使って勉強をしています。教科書内にある例題の漢字を清書して提出し、可愛いボールペンが当たりました。



風船飛ばし



ボーリング



倒れるかしら？
まっすぐ転がってねー。

カラーボールを使ったゲーム

落とさないように渡すわよ。



最後はカゴの中へ
ゴール！！



ゆっくりゆっくり
揺らさないでね。

おじゃみを使ったゲーム



遠くまで飛ばすよ！



カラーボールを手元
まで引き寄せてね。



頑張れ！頑張れ！
その調子です。

生け花

1月27日 (火)

月に1回の生け花を
楽しみにしているのよね。



【花材】

- ◆ムギ ◆ユーカリ ◆菜の花
- ◆ガーベラ ◆カスミ草

【1号棟】

ミカン狩り

1月9日(金)



施設の庭にあるみかんの木が、今年もたくさん実をつけました。収穫の最中、みかんの香りに誘われて「ちょっと味見を…」と採れたてを楽しむ方の姿も見られました。今年のみかんはとてもみずみずしく、甘さもしっかり。来年も美味しいみかんになりますように！！

あれが甘そうな～

甘そうなの採ったよ～

まあ〜キレイなみかん！
お店に売っているみかんみたい



甘酸っぱい～



生け花

1月28日(水)

毎月、季節ごとの色とりどりの花を嬉しそうに活けておられます。



【今月のお花】

- ◆ムギ
- ◆ガーベラ
- ◆菜の花
- ◆カスミ草
- ◆ユーカリ

書道

2月1日(日)

毎月の書道の時間を楽しみにされ、熱心に取り組まれています。



テイクアウト「セレクト弁当」

1月21日（水）

ご自分が食べたいものを選んで頂き、美味しかったと喜んでいただくことが出来ました。



どれでも好きな物を
選んで下さいね。



やっぱり助六弁当が
一番。嬉しいわ。



みかんのデッサン&試食

果樹園で採れたみかんを使ってデッサンを行いました。「葉っぱがついているのがいいな～」と選ばれたみかんをじっくりと観察され描かれました。途中どうしても食べたくなり、絵が完成する前に食べてしまった方もいましたが、皆さま素敵な作品が出来上がり、みかんも完食されました。



2月・3月 行事予定表

| | | |
|----------|--------|------------------|
| 2月10日(火) | 14:00~ | 移動売店(中山商店様) |
| 2月18日(水) | 昼食時 | 食事イベントお好み焼き(1号棟) |
| 2月24日(火) | 14:00~ | 移動売店(中山商店様) |
| 2月24日(火) | 14:00~ | 生け花教室 |
| 2月26日(木) | 13:30~ | 散髪(1号棟) |
| 3月3日(火) | おやつ時 | 桃の節句 |
| 3月6日(金) | 13:00~ | 散髪(2号棟) |
| 3月10日(火) | 14:00~ | 移動売店(中山商店様) |
| 3月24日(火) | 14:00~ | 移動売店(中山商店様) |
| 3月24日(火) | 14:00~ | 生け花教室 |

※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。

開設20周年記念行事実施に伴う お願い

このたびケアホーム デア・レスト福山は、開設20周年を記念し2号棟中庭にて入居者様と職員によるイベントを開催いたします。

感染症予防のため、入居者様と職員のみで開催とし、ご家族様のご招待は控えさせていただきます。

記

【開催日】4月15日(水)

【開催場所】中庭(2号棟駐車場を含む)

※当日はイベント実施のため、

・2号棟駐車場は終日ご利用いただけません。

・緊急時を除き、来訪やお電話でのお問い合わせはお控えください。

皆様にはご不便をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

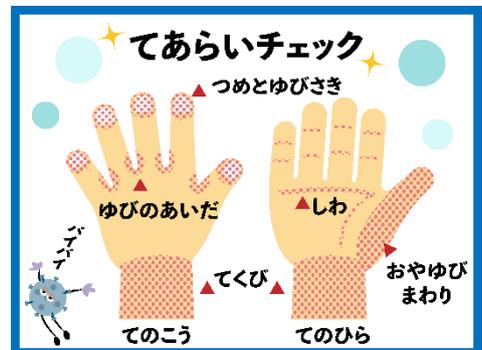
健康管理室だより

インフルエンザ感染者が再び増加傾向にあります。

空気が乾燥し湿度が低くなると、喉の粘膜の防御機能が弱まり、感染しやすくなります。

現在、施設近隣ではインフルエンザB型が流行しており、学級閉鎖となっている学校もみられます。その他、コロナウイルスや胃腸炎も増えてきている状況です。

引き続き、施設としても感染対策に努めてまいりますので、ご家族様の皆様におかれましても体調に十分お気をつけください。



手洗いは感染を防ぐ上でもっとも重要です。しっかり洗ったつもりでも見逃しがちな部分があります。

たっぷりの石鹸で洗い、40℃程度のお湯でしっかり流しましょう。

施設内の様子をInstagramで
発信中です！
フォローをお願いいたします！



@DEARREST.FUKUYAMA

【編集後記】

日々のレクリエーションでは、入居者様と一緒に体を動かしたり、話しをしたり、時には笑い合ったりと、穏やかで楽しい時間が流れています。皆様の笑顔を見るたびに私も自然と元気をもらっています。

今年の私の目標は「規則正しい生活とバランスの良い生活」です。日々の生活でも食事や休む時間のリズムを整えながら、心と体を大切に過ごしていきたいと思っており、入居者様と一緒に過ごす穏やかな時間に触れるたびに、その大切さを感じています。

来月には桃の節句の行事を予定しております。飾りつけなど皆様に楽しんでいただけるよう準備をしていきます。

これからも職員一同、入居者様が毎日を安心して過ごせるように、そして日々の中で笑顔になれるような楽しみをお届けしてまいります。

介護副主任 塚本健太

※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。