



春らしく穏やかな気候に心和む季節となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。

暮れ遅い、春の空が穏やかに染まるほっとするひとときを感じる日が増えてきました。春の夕焼けは日没が遅くなるため、冬に比べて見られる時間が遅く長く、「春茜」として春特有の穏やかな情緒を持ち、その柔らかな茜色は包み込むような柔らかな印象がありますね。春は、移動性高気圧の影響を受けやすく比較的空気が澄んでいる為、「夕焼けは晴れ」の言葉通り、次の日は晴れることが多くあります。

さて、今年のお雛祭りの夜は満月で、皆既月食と重なり、夜空に広がる「赤銅色」の幻想的な光景が楽しめました。そして、3月の満月は「ワームムーン」(Worm Moon 芋虫月)と呼ばれますが、これはミズが地上に這い出る事に由来していて、冬の間土の中で力を蓄えていた虫たちが地上へ出るように、新しい自分へと生まれ変わるタイミングにぴったりなのとか。成長やスタートに関する願い事と相性が良く、前向きな変化を後押ししてくれると言われる「ワームムーン」。春へと向かう節目に当たるため、気持ちや望みを整理してみるのも良いですね。

また、春は寒暖差が一番大きく、気温の変化に対応するため、身体は緊張状態が続きやすくなります。心地よい季節ではありますが、疲れがたまりやすい、免疫力が下がる、肩や腰が痛くなる、などの症状が現れやすくなります。1日3食バランスの良い食事と、質の良い睡眠をしっかりと取り、カーテンを開け日光を浴びて、元気に新年度を迎えたいですね。

春寒の折からくれぐれもご自愛くださいませ。

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>



# 節分

2月3日(火)



## 鬼は外! 福は内!

鬼が来た〜!!「えいっ!!」  
カラーボールで鬼退治!



お福さん、福をありがとう



お福さんに福をもらった〜!  
今年も元気にすごせるね!



皆さま恵方に向かってもくもくと食べられる真剣な姿にスタッフはつい笑ってしまいました。(笑)



節分には恵方巻とイワシのつみれ汁よね〜。今年も無病息災で過ごせるわね!



## 【2号棟】

### 雛壇かざり

2月7日（土）

毎年のことですが、入居者様と一緒に「こっちだったかな～、そっちだったかな～」と言いながら大騒動。今年も無事に雛人形をお披露目することが出来ました。



### おとなの学校

『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にプログラムです。



おとなの学校の毎月恒例企画。教科書内にある例題漢字を清書して提出し、当選するとボールペンがもらえます。



ボールペンが当たったわ。  
また頑張るわね。



### 橙マーマレード作り

2月14日（土）



### 甘酒

2月17日（火）

旧正月に皆様大好きな甘酒を飲んでいただきました。次回は桃の節句に作る予定です。



甘酒大好きなの。  
嬉しいわ～♪

### 生け花

2月24日（火）



今回初めて参加しました。久しぶりにお花に触れて楽しかったわ♡



今月のお花  
・桃 ・菜の花 ・スカビオサ ・チューリップ ・金魚草

# 【1号棟】

## お好み焼

2月18日(水)



ホール中に広がるソースの香りに、「楽しみに待っていたのよ！」とニコニコ笑顔でした。



ごちそうさま。  
美味しかった〜



## 雛壇かざり

2月4日(水)

毎年飾っているはずなのに、いざ始まる「この位置でいい？」とみんなで悩みながらの雛壇。今年も苦戦しましたが、完成した雛壇を見ると春の訪れを感じますね。



## 書道

2月22日(日)



## 生け花

2月24日(火)



### 今月のお花

- ・桃 ・菜の花
- ・チューリップ
- ・金魚草 ・スカビオサ



# 鬼は外!! 福は内!!

昼食には恵方巻を南南東の方向に向けて食べました。  
午後からは元気いっぱいの鬼がホールや居室に出現し、  
皆様カラーボールを投げ鬼を退治し、かわいいお福さん  
から甘納豆のプレゼントを頂きました。  
今年も元気で過ごせますように・・・



鬼にカラーボールを当てて  
鬼を退治しよう!!



僕たちが鬼だ!!



目が本気です!!



鬼がきた・・・



お福です!



お福さんに甘納豆頂いたわ〜



恵方巻美味しいよ〜



## 3月・4月 行事予定表

- 3月10日(火) 14:00～ 注文分配達(中山商店様)  
3月24日(火) 14:00～ 注文分配達(中山商店様)  
3月24日(火) 14:00～ 生け花教室  
3月26日(木) 13:30～ 散髪(1号棟)  
4月3日(金) 13:00～ 散髪(2号棟)  
4月14日(火) 14:00～ 注文分配達(中山商店様)  
4月15日(水) 14:00～ 開設20周年記念イベント  
4月28日(火) 14:00～ 注文分配達(中山商店様)  
4月28日(火) 14:00～ 生け花教室  
4月30日(木) 13:30～ 散髪(1号棟)  
※毎週木曜日、15時30分～ 移動売店「おまかせくん」  
※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 ディア・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。

【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。

### 特定技能生紹介

#### アルフィアン(2号棟)

1月19日にインドネシアから来ました。  
介護福祉士を目指し10年は日本で働ける  
ように頑張ります。よろしく願い致します。



### インターンシップの受け入れ

インドネシアのポルテクス大学からインターンシップ生のファトルさん(左) ジュジュンさん(右)を迎えています。3月6日から5月27日までの約3か月の短い期間ですが、しっかり日本の介護や文化や風習等を学んでいきます。  
よろしく願いします。



### 編集後記

節分の行事では、皆様と一緒に恵方巻を味わい、豆まきをして一年の無病息災を願いました。両棟に現れた鬼と、かわいらしいお福さんのおかげで、館内には笑い声が響きわたり、今年もきっと楽しい一年になると感じています。

立春を迎え、暖かい日も増えてまいりました。遅くなりましたが、先日皆様とチューリップを植えました。咲くのかどうか…(笑)短い春の訪れを、皆様とともにゆっくり楽しんでいきたいと思ひます。

介護支援専門員 眞谷通代

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!



※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、飲食の際には手洗い・アルコール消毒をしています。