令和元年　12月15日発行　通巻101号

広報 しらさぎ

Shirasagi home news letter

ご夫婦そろって お墓参り

～プラチナ婚のお二人で～

外出支援

ご夫婦で入居されているご利用者より、お墓参りへ行きたいとのご希望があり、11月のある日、職員とともに外出しました。今年で結婚70年目のご夫妻です。

当日は晴天に恵まれ、絶好のおでかけ日和。介護タクシーに1時間ほど乗って目的のお寺に到着。現地にはご親戚も集まって、皆さんと一緒にお墓参りができました。時折、涙ぐむ様子も見られましたが、「本当に来てよかったわ、ありがとう」と職員に感謝の言葉をくださいました。その後、近くのお寿司屋さんで大好きなお寿司をお腹いっぱい召し上がってからホームに戻りました。

今回のお墓参りでは時間も長くなったため、二人ともお疲れだったと思いますが、たくさんの笑顔を見せてくださいました。職員への感謝の言葉までいただき、お手伝いすることが出来て本当に良かったと思います。外出支援の実施にあたってはご親戚はじめ、様々な方々の協力のもと無事に実施することができました。今後もみなさまに喜ばれる企画を考えて参りたいと思います。

介護の日

11月/4

地域のみなさま
たくさんのご参加
ありがとうございました

福祉用具の展示・介護食サンプル配布・宅配の食事紹介・介護相談等、盛りだくさんだった介護の日イベント！

ボッチャは、みんな初めて見て、触って、ルールを知ったスポーツですが、投げるたびに拍手、声援が飛び交い大盛り上がりでした。年齢を問わず、一緒に楽しめるスポーツでパラリンピックの応援にも力が入りそうです。しらさぎホーム利用者ＶＳ職員チームを結成し、対決しましょう！

デイサービス

地域交流・外出支援

子供たちの元気と笑顔にありがとう！

しらさぎ保育園の園児がハロウィンの仮装をして来所してくれました！ポケモンやディズニーのキャラクターに扮して、踊っている園児を見て「かわいい」「頑張って」と応援している様子が見られました。

12月の初め、大田黒公園の紅葉を見学に行きました。広大な敷地にあるイチョウやモミジの紅葉は丁度、見頃。まるで京都みたい！皆様「綺麗」と感動されており、季節感を満喫してきました。

秋のコンサートと喫茶

11月17日（日）

のんびりとした日曜日。一階のホールにご利用者が集まりました。お茶とお菓子をいただきながら合唱を聴く集い、ボランティア「COMECOMEしらさぎ」の皆様による催し物がありました。

合唱団「つばさ」総勢20名の皆様によるコーラスで季節の歌を披露され、参加されたご利用者も一緒になって、大きな声で歌っていらっしゃいました。笑顔が多くみられました。

喫茶ではノンアルコールビール、赤ワイン（ぶどうジュース）、コーヒーなどと一緒に杏仁豆腐、コーヒーゼリー、おつまみセットなど、それぞれお好きなものを選んで召し上がっていただきました。

しらさぎホームが開所してからの長いお付き合いになる「COMECOMEしらさぎ」の皆様。毎年楽しい催し物を企画していただいています。準備や計画など本当にありがとうございました。今後もご利用者に楽しんで頂けるよう色々なイベントを期待しております。

11月30日（土）

地域総合防災訓練

近隣3町会・自治会の応援協定防災会（白鷺町会・白鷺三丁目町会・鷺宮西住宅自治会）と合同で総合防災訓練を実施しました。

地域防災協定に基づいて応援を依頼し、ご利用者の避難誘導にご協力いただきました。地域の方々と一緒に、 安心・安全な施設づくりに努めて参ります。

〖煙ハウス体験〗
入口から出口まで、煙が充満していて先が見えません。テント越しの日差しもなかったら、もっとわかりづらいとなと思いました。姿勢を低くすることがポイントだそうです。

〖緩降機による避難訓練〗
紐を引くとかごがゆっくり落ちていきますが、最初ガタンと音がするのでびっくりしました。

しらさぎホームのごはん

「お寿司が食べたい！」というご利用者のご要望にお応えして、昼食にお寿司を提供しました。

衛生面での問題から、夏場には生ものをお出しできないため、毎年秋から冬の献立となります。デイサービスでは、調理員が目の前で握り、直接お皿にお配りしました。

お寿司はおいしい～！

お寿司の大きさを小さくする必要のある方のため、こんなミニチュアなお寿司も！（全員分はできなかったですが…）

☆新年の行事を色々企画しています☆

獅子舞がやってくる！

1月8日（水）獅子舞がデイサービスと特養のご利用者の邪気を払いに来てくれます。皆さん頭を咬まれに行きましょう。

新年を迎えるにあたり、厄除けや一年の無病息災を祈願した獅子舞を皆様に披露してます！

初詣で新年のご祈願

毎年恒例の初詣を今年も予定しています。初詣の模様は次号にてご報告いたします。

風邪の流行しやすい季節です

寒くなり空気が乾燥する冬期は、ウイルスの水分が蒸発して浮遊し、拡がり、空中に残りやすくなっています。

一方、人の体は体温が低下すると代謝活動が低下し、免疫の働きも低下します。のど・鼻腔・気管支の粘膜が乾いた状態では、ウイルスの侵入を防いでくれる粘液も乾燥して、感染が起こりやすくなります。「抵抗力」が下がってしまうのです。

感染症予防にもっとも有効なのが、手洗いとうがいの実践。ご利用者だけでなく、周囲の家族など一緒に生活する人も含め全員で取り組まなくてはならないことです。

食事や休養とともに気を付けて冬を過ごしましょう。

編集後記

しらさぎホームの照明、空調工事が10月から行われています。ＬＥＤに変わった所はとても明るくなった感じがします。工事はまだ続きます。ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いいたします。

令和になって初めての年越しまであと二週間ですね。広報を見てくださっているみなさまが、健康で良い年をお迎えいただけますように。

記事・編集担当職員　　鈴木・大石・松永・太田・梨本

社会福祉法人　中野区福祉サービス事業団
しらさぎホーム

〒165-0035　中野区白鷺２－５１－５
TEL　03-3336-6511
◇事業団ホームページ
https://www.nakano-fj.jp/
◇メールアドレス
nakano-j@nfsj.jp