

デイサービスだより



今回は、デイサービスで毎月恒例となっているお誕生会をご紹介します。

お誕生会ではその月のお誕生日者のご紹介を行い、参加者の皆様からお祝いの言葉を頂きます。それにお答えして、お誕生日の方からお言葉を頂きます。ユーモアを交えながらその場を盛り上げてくださる方、ご自分よりも高齢で元気に過ごされている方を目標とされる方、お言葉の中から、その方の思いやりやさしさが溢れ出てきます。園からもささやかながらプレゼントをお渡しし、ケーキとコーヒーや紅茶を召し上がって頂いています。

お誕生会が開催される日の昼食は選択食となっており、好きなメニューを選んで召し上がっていただいています。特に、いつもとは異なるお誕生会のおやつ時間は、「今日はコーヒーとケーキやなあ。」と皆様大変楽しみにして下さっています。

お誕生会を終えられたお誕生日者のご家族様からも温かいお言葉を頂き、そのお言葉に職員一同も癒され明日の活力となっています。これからも、このような皆様と穏やかに過ごせる時間を大切にしていきたいと考えております。

さて、春もいよいよ本番。桜の季節がやってまいります。

デイサービスでは、一足先にパーティーに桜の花を咲かせました。一花ごと皆様に作っていただいた桜の花を模造紙いっぱい丁寧に貼り付け、満開の桜となりました。本番のお花見が待ち遠しくなりました。



日常のひとコマ



ベトナム出身のフォンさんにベトナム料理を教わりました。

ベトナムでは旧正月、【テト】が2月17日にあり、家族や親せきと集まり、伝統的な料理を食べ、お正月の始まりを盛大に祝います。自宅から花火もあげるそうです。

今回初めて日本でテトの日を過ごすこととなり寂しさもあったかもしれませんが、テトでは欠かせないお正月料理を作り職員に御馳走してくれました！

ベトナム風揚げ春巻きや、もち米で鶏肉などを包み蒸しあげたバインチュン、ベトナム風ハムなど日本の味は違う料理を楽しませてくれました。

バインチュンは初めて作ったとの事でしたが、彩りも綺麗でとてもおいしかったです。職員からはまた食べたいや、レシピを教えてほしいなど好評の声ばかりでした！



ベトナム風 春巻きの 作り方

【材料】 豚ひき肉
にんじん
きゅうり
干しいたけ
きくらげ
はるさめ
たまご
ライスペーパー

【調味料】 鶏がらスープの素
塩コショウ
味の素



①材料のひき肉、たまご、ライスペーパー以外を細かくし、ひき肉とたまごと調味料を合わせこねる。

②少し濡らしたライスペーパーの手前に細長く具材をのせ包んでいく。

③揚げ油でいい色まで揚げたら完成。



いっしょに
やろう



居宅介護支援センターだより

在宅介護支援センターいがのしろでは、令和8年4月よりケアマネジャー3名の新体制となりました。これからも地域の皆さま

のお役に立てるよう、日々取り組んでまいりますのでよろしくお願いいたします。

今回は【転倒予防】について紹介します。

高齢者の転倒予防 ～日常生活でできる3つのポイント～

高齢者のケガの原因で多いものの一つが「転倒」です。ちょっとしたつまずきでも骨折につながり、生活に大きな影響が出ることがあります。しかし、日常生活の中で少し意識するだけでも転倒のリスクを減らすことができます。

①家の中の環境を整えましょう

転倒は自宅の中で起こることが多いと言われています。特に、廊下や居間、トイレに向かう途中などでつまずくケースが多くあります。床に物を置かない、滑りやすいマットを固定する、夜間は足元が見えるように照明をつけるなど、安心して歩ける環境を整えることが大切です。

②無理のない運動を取り入れましょう

足の筋力が低下すると、バランスを崩しやすくなります。毎日の生活の中で軽い体操や散歩を取り入れることが転倒予防につながります。椅子からゆっくりと立ち上がる運動や、かかと上げ運動などは自宅でも簡単に行うことができます。無理をせず、できる範囲で続けることが大切です。

③体調や薬にも注意しましょう

体調が優れないときや、薬の影響でふらつくことがあります。立ち上がる時は急がず、ゆっくりと動くようにしましょう。めまいやふらつきが気になる場合は、医師や薬剤師に相談することも大切です。

転倒は「ちょっとした注意」で予防できることも多くあります。安全に生活をするためにも、日頃から転倒予防を意識していきましょう。気になることがあれば、ケアマネジャーなど専門職へお気軽にご相談ください。

日常のひとコマ



令和8年2月8日(日)夜、久しぶりに雪が積もり、一面真っ白になりました。

翌日も寒い1日となりましたが、雪が積もったおかげで、かわいい雪だるまが来てくれました。「わあ冷たい!」「可愛いなあ」と皆さんもニッコリ。自然と笑顔が溢れ、ほっこりあたたかな1日となりました。

毎月のお誕生会の日おやつは、ケーキです。「今月のケーキはどんなのかな?」と皆さんも楽しみにされています。

3月は春らしいストロベリーモンブラン♡可愛らしい見た目とおいしいお味。日常とはちょっと違った特別な1日を満喫しました。



一緒に
働きましょう!

介護職・看護職

正規職員大募集中!

パート職員も募集しています

ご応募はこちらから→



☎0595-22-0001

ご応募はQRまたはお電話にて