

千寿の郷 かわら版 新年特大号

介護老人保健施設 千寿の郷

足立区柳原2-33-6

TEL 03-3870-4621

FAX 03-3870-5228

2012年1月10日 140号

ホームページ ⇒ <http://senjyunosato.kenwa.or.jp/> ☆千寿の郷ブログ☆絶賛更新中。

ホームページよりアクセスしてください！

新年明けまして
おめでとうございます！！

明けましておめでとうございます！

2012年の年頭にあたり、謹んでご挨拶申し上げます。

去年は、忘れたいけれども忘れてはいけないう年になってしまいました。

地震・津波の大災害に原発災害、そして円高・デフレの不景気風と、わが国は今、戦後最悪の事態に直面しています。

千寿の郷の運営もまた、今春の診療報酬・介護報酬の同時改定による改善は期待できず、このままでは必ずしも展望が開けない状況です。

このような事態にもかかわらず、マスコミは他人事のようにこの国の政治の在り様を嘆き、私たち自身も評論家の域を出ない議論に終始しているように思います。

こんなときこそ私たちの姿勢が問われます。

「求めなさい。そうすれば、与えられる。探しなさい。そうすれば、見つかる。・・・」とは聖書の一節(マタイによる福音書)ですが、これは言い換えれば、求めなければ与えられず、探さなければ見つからないということです。

この国の政治に何を求めるのか、そして私たちの職場に何を求めるのか。

今こそ、私たち一人ひとりがそれを自ら考え、行動を起こすときではないでしょうか。

皆さんと共に、今年はそんな主体的で建設的な年にしたいと思います。

職員や利用者の皆様をはじめ、多くの方々からの忌憚のないご意見をお待ちしています。

最後になりましたが、皆様のご健康をお祈りするとともに、今後とも千寿の郷の活動にご支援・ご鞭撻を賜りますようよろしくお願いいたします。

2012年元旦

施設長：伊藤利之

郷のお正月♪



あけましておめでとうございます！！

2012 年がスタートしました！元日の朝食は、お雑煮とおせちができました。希望される方には、日本酒をおちょこで一杯。「もう一杯」と話される利用者さんもあり、朝からなごやかな雰囲気でご過ごされています！

お正月と言えば、初詣ですよね！！千寿の郷の近くにある「柳原神社」まで初詣に行ってきました。外は寒かったのですが、あったかいジャンパーを着てみんなで出発！ただ一人、Tシャツ一枚で出発したとても男らしい職員もいましたが…。風邪をひかないようにしないとイケませんね。

みなさんの願い事が叶いますよう、心から願っております！！

ケアワーカー 柳田



絵馬！！



書初め！！



萩のトンネル
赤の階段
道とられ

通所利用者 西岡様

入所利用者 蓮沼様

夕日に映えて

朝日輝く西空 まばゆいばかりの

入所利用者 松浦様

老いしきも 正月迎え うれしけり

入所利用者 高野様

誕生日 カードをくれた 友の顔

入所利用者 ライトアップ

季節の言標と睦月

《1月の行事予定》

- 7日(土) 菊呂会
- 16日(月) 落語紙芝居
- 18日(水) あめんぼサークル
- 20日(金) 仲よし会
- 21日(土) 合同レク
- 23日(月) 秀則会
- 25日(水) お茶会
- 28日(土) 民文連
- 毎週(月) 絵手紙
- 毎週(木) コーヒーサービス

クリスマス鍋会



今年もこの日がやってまいりました！！

毎年恒例のクリスマス鍋会です！今年は、12月21日（水）に実施しました！

クリスマスツリーの点灯式を行い、スタートです。フロアーの明かりを全部消して3・2・1の合図で、二つのクリスマスツリーを点灯しました！！とてもきれいでした。

さてさて、お次は鍋です。きれいな物より食べ物！お酒もあります。

サンタの格好をした、菅先生と普通の格好の谷津事務長の乾杯の挨拶でいっせいに食べ始めます！

料理は、栄養課のみなさんが一生懸命作ってくれた、鍋とおでんです！

鍋のあとは、卵とネギをいれて雑炊！orうどんを入れて煮込みうどん！のどちらかを選び鍋に入れています。以外と人気があったのは、変わりご飯のオニギリです。

「おにぎりは？」「もうないの？」といった声がちらほらと聞こえてきました。ですが、やっぱり鍋の人気が高く、すぐに具材がなくなり、職員はその補充にてんてこ舞いでした。



お腹がいっぱいになった後は、職員からの出し物です。

今年に入社した阿佐見 CW と西間木 CW による、二人羽織りです。

熱い、熱いおでんを必死に食べる様子に利用者さんの皆さんは大爆笑！

来年も宜しくお願いしま～す（笑）



職員の出し物の後は、餅つきです！

職員が付き添っての餅つきですが、みなさん力が強く職員が回りまわされている場面も見られました。歳はいくつですか？餅をついた事がありますか？という司会者の質問に、みなさん元気良く答えていらっしゃいました。



餅つきの後は、サンタからのプレゼント！！中身は、職員全員が入った写真と写真たてです！

最後に利用者さん、職員とで「北国の春」歌い、一本締めをしてクリスマス鍋会は終了しました！

ケアワーカー 柳田

デイコ～ナ～



デイケアでは毎日リハビリ職員指導の元、集団体操を行っています。12月からダンベル体操に代わり太極拳体操が始まりました。太極拳の特徴は①姿勢の保持②連続とした動作③ゆっくりとした動作などが挙げられます。この体操は身体機能の衰えを防ぐと共に身体機能を回復させる事を目指しています。この体操を続けた結果、座っている状態から立ち上がるまでの時間が有意に短くなり、また片足で立っている時間が長くなると言われています。利用者さんからは「伸びている～」「きついわ～」等の声が聞かれます。呼吸法を意識しながらゆっくりやることで効果がある様です。太極拳体操を継続的に実施する事で、これからみなさんにどんな効果が出てくるか楽しみです！



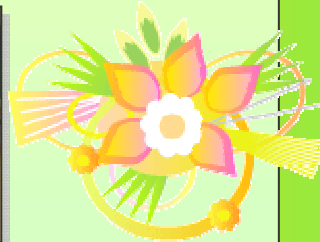
またリハビリ職員が太極拳の指導書を配布しています。自宅でも一人で簡単に出来る内容になっているので興味がある方は声をかけてください♪
デイで、自宅で、みなさん一緒に楽しくやっていきましょう！

ケアワーカー 小川

今月の作品



フラワーアレンジメント



事務室よりお知らせ

確定申告の時期になりました。

千寿の郷のご利用料は、医療費控除の対象になります。毎月の利用料領収書に医療費控除額が印字されていますので、そのままご使用いただけます。

尚、領収書の再発行は残念ながら致しかねます。紛失された場合は支払い証明書(有料)を発行いたしますので、受け付け事務まで、ご相談ください。

思いでぽろぽろ

1940年の出来事

☆政治

- ・阿部信行内閣総辞職
- ・米内光政内閣成立
- ・タイ友好条約締結
- ・「ゼロ戦」初出撃

☆経済

- ・野菜食流行
- ・警視庁、節電実行の為「電力警官」を設置
- ・給与の源泉徴収が開始
- ・雑草パン・桑の葉パン登場
- ・家庭用電気機器の使用禁止

ブログ



ホームページ

