

ステイホーム

ひかわでこんなこと してました!



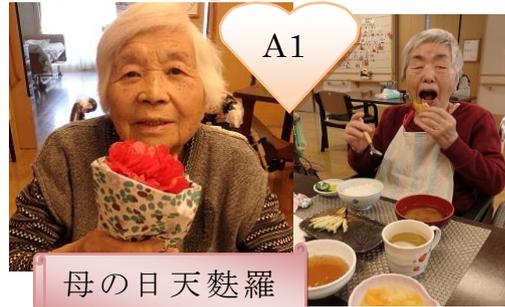
A3

揚げたて天麩羅



A2

出前寿司



A1

母の日天麩羅



母でケーキ作り

B2



B1

おやつにお好み焼



イチゴ狩り

A4

特別養護老人ホームひかわ



C2

焼きそばクッキング



C1

母の日イベント



B4

出来立て天麩羅



B3

揚げバナナおやつ



貴重なマスク等のご寄付を
頂いたり、面会の自粛にご協力
頂き、皆様の温かいお気持ちに
心より感謝いたします。
誠にありがとうございます。

ご家族の皆様へ



C4

手作り柏餅

C3



トースト&コーヒードリンク



マスクにも
慣れてしま
した!



手指の消毒

新型コロナウイルス感染予防
みんなで頑張っています!

ソーシャルディスタンス

手洗い・マスク

手洗い後の
消毒も
しっかり!



隣りの人との
間隔があいて
います!



遊びリレーション紹介

《いけいけバルーンゲーム》

デイサービス 加藤文祥
2本のポールの間に3メートル程のロープをはり、そこにヒモを付けた風船を通します。向かい合つて座り、ヨーイドンで風船を扇ぎます。15秒間競い、終了の合図の時に、風船が真ん中よりも相手の方であれば勝ち!というゲームです。時間制限がある緊張感と、一生懸命扇いでみても、相手が風船なので、思うようにいかないもどかしさで、応援している人も巻き込んでの大盛り上がりなゲームです!腕の筋肉も鍛えられますよ!

デイサービスセンター

アポ電視聴

体験しました!

ケアマネジャー 小峰あゆみ
みなさん、西区役所一階ロビーに、アポ電のやりとりが視聴体験できる電話が設置されていますのをご存じですか?

今回は、アポ電視聴体験から、「詐欺の手口」をお伝えします。

この電話
です!



「アポ電内容は三種類です」

- ① 消防官かたり
災害時名簿作成との事で、個人情報盗みだす手口
- ② 警察官かたり
電話を受けた方が詐欺被害にあつた設定で、個人情報を盗み出す手口
- ③ 娘かたり
娘が会社のお金を使い込んだ設定で、親に補てんを頼む手口

アポ電被害を受けない様に、家に居る時も留守電機能を活用して相手が名乗ってから電話に出しましょう!

在宅介護支援センター

フレイル予防3

お家で過ごす時間が増えストレスを抱えた方も多かったと思います。今回は「心理的・認知的フレイル」チェックをしたいと思えます。

《質問スタート!》

- ◇ 以前に比べて物忘れが多くなった
- ◇ 今日が何月何日何曜日かわからなくなることがある
- ◇ 5分前に聞いた話の内容を忘れてしまうことがある
- ◇ 不安や考え事を自分の中に溜め込みがちだ
- ◇ 自分なりのストレス解消法がない

ひとつでもチェックが付いた方は「心理的・認知的フレイル」かも知れません。認知機能の低下防止に向けて、新型コロナウイルス予防をしながら、外出や交流をする機会をもつてみてはいかがでしょうか?



ウェルネスサポーター



お花見会

介護職 俵谷敏樹

今年のお花見会は新型コロナウイルスの影響により、入居者・職員のみで開催致しました。職員が踊りや演芸を披露し、例年とは異なる趣向でお年寄りの皆さんには楽しんでもらえたと思います。



当日はあいにくの天気で、あじさいの丘公園への散歩も実施しませんでした。ところが、午後から季節外れの雪が降り始め、満開の桜に雪が積もり始めたのです。今年は雪見桜を見ることができませんでした。来年は普段通りに開催できますように。



こんな時節でも... 運動会

介護職 佐藤 護

六月七日、三恵苑では運動会が開催されました。例年であれば1・2階合同でパン食い競争等行っていました。今年も新型コロナウイルスの影響により、各階に分かれて開催され、赤組・白組対決をし、何と!!優勝が3組も出ましたとき(笑)。



コロナの影響で今年のパン食い競争はロールケーキでしたが、つり下げた絵を手で取っておやつと引き換えるという方法で、工夫をして行いました。1階では廊下で試み、皆本気で走っておられました。昼食もおやつのおロールケーキも皆さんおいしい!!と舌鼓。午後の競技も楽しく行われました。来年は例年通り元に戻ってほしいですね。

端午の節句

介護職 渡邊 太一

5月、端午の節句の会が行われました。今年も例年通りのゲームではなく、脳を活性化させる脳トレを行いました。最初はどうかと思いましたが、予想以上に盛り上がり、楽しんでいただけたよう良かったです。



「久しぶりに頭を使って疲れた」、「いつもと違って新鮮だった」との声も聞かれ、とてもいい一日になったと思います。



シニアサポートセンター 620-1312

笑ってコロナを遠ざけよう!

社会福祉士 柳瀬 貴志

「ハハハハ」皆さん笑っていますか?人は笑顔(作り笑顔も可)になると、副交感神経が活発になり「血圧を下げる」「ストレスを減少させる」等の効果が実証されています。

また、笑うと「免疫力を高める」事もわかりました。これは笑うと間脳から情報伝達物質が活発に産出される事で、免疫細胞が活性化するためです。



反対に、泣く等のマイナス情報を受けると、免疫細胞の働きが鈍くなり、免疫力が低下してしまいます。辛い時こそ笑顔を心がけてみませんか。



今年も富士見園は桜の咲く時期になり、例年なら来賓の皆様・地域の皆様・ボランティアの皆様にお越し頂き、盛大にお花見の会を開催していただきましたが感染症対策で中止せざるを得ない状況になってしまいました。満開になった桜をそのままにしておくのは、もったいないので早速、利用者の皆さんだけで園庭昼食会を行いました。

当日は快晴でとても暖かく、厨房さんの手作り弁当を食べながら、利用者の方々はとても楽しそうにお花見を笑顔で満喫されていました。

途中、強風が吹きお弁当の蓋が飛ばされそうになるアクシデントもありましたが、それも含めて皆さん楽しんで頂けたと思います。

来年は、皆さんで楽しくお花見の会が開催される事を職員一同願っております。

支援員 渋谷 隼人



園庭昼食会



養護老人ホーム富士見園

端午の節句

支援員 黒田二三子

五月が近づくと、富士見園に恒例の柏餅が出ます。一年に一度の行事に皆さん大喜びです。みんなで食べる柏餅は、また格別の美味しさの様で、皆さん笑顔・笑顔です。

皆さんの幸せそうな笑顔を見るのはとてもうれしく、私達職員も笑顔になります。



皆さんの素敵な笑顔

感染症対策

生活相談員 原田 好行

富士見園では感染症対策として、行事の中止・ボランティアさんの受け入れ中止・面会自粛・不要不急の外出自粛・体調の変わらない方の定期受診は薬のみの処方・館内の手摺り・ドアノブの消毒・換気・3密を防ぐ等の対策を行っております。

利用者・ご家族の皆様には大変不便をお掛けしておりますが、皆様のご協力のおかげで現時点では体調不良の方も一人もおらず、元気に生活しています。職員も感染しないよう十分注意し、頑張っています。

一日でも早く新型コロナが収束して、普通のことの当たり前に行える生活ができるよう、職員一同願っております。

園庭での体操風景



令和二年七月一日
三恵会だより第七十五号
社会福祉法人 三恵会