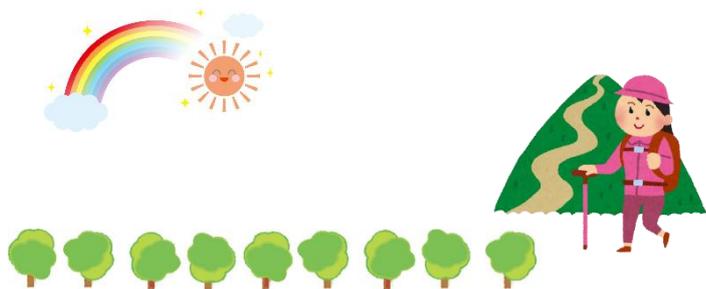


# 阿久比一期一会荘だより

令和6年10月号



〒470-2212

知多郡阿久比町大字卯坂字桜ヶ丘 195 番地

特別養護老人ホーム 阿久比一期一会荘

TEL : 0569-47-0205 FAX : 0569-47-0208

## 『推し活』

阿久比一期一会デイサービスセンター  
生活相談員 茂木文香

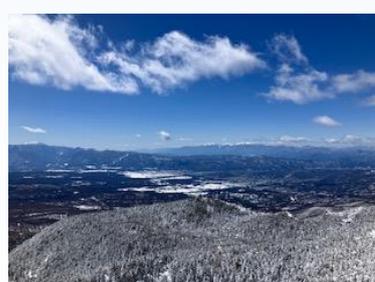
推し活とは、自分にとってイチオシの人やものを、様々な形で応援する活動のことです。皆さんの推し活は何ですか？私にとっての推し活は『山登り』です。

昨年ハマってしまい、毎月1~2回は県外の山に出かけています。初心者なのでハイキングのようなところばかりですが、回数を重ねると「もっと高い山に登ってみたい。」「泊りで行ってみたい。」と気持ちは高まります。最近では50歳、60歳までにと目標ができ、私の生きがいとなりました。

山登りの魅力はと聞かれると、景色に感動する、何を食べても美味しい、そして、自然の中を歩くことが楽しいということです。山で黙々と歩き続けると無心になり、日常をすっかり忘れてしまいます。いい気分転換になっています。

私は人の推し活について聞くことも好きです。推しのアイドルや旅行、好きな食べ物などの話を聞くと、こちらまで楽しくなります。

ご利用者様のご家族に、「毎日デイサービスに行くのを楽しみにしているよ。」というお話を聞くとうれしくなります。楽しみがあると、どの年齢でも生活にハリがでて、元気になりますよね。ご利用者様にとっての『推し』になれるように、これからも楽しいデイサービスを目指してがんばります。



私が写真に撮った山の景色です。



# 特別養護老人ホーム

## 寿の会



園児さんの登場を心待ちにされていた皆さんは、暖かい拍手でお迎えされていました。

ほくぶ幼稚園の園児さんにお越しいただきました。今年は短い時間でしたが各階に来ていただき、歌や踊りを披露してもらいました。質問コーナーやプレゼント交換を行い、園児さんから元気とパワーをいただきました。

園児さんに「ペットボトルキャップの木」をプレゼントして、遊び方をお伝えしました。



## 衣替え



衣替えの季節となりました。

夏物の衣類を持ち帰り、冬物の衣類を持参いただきますようお願いいたします。新しい衣類を持参される際には、紛失防止のため、必ず記名をお願いいたします。

ご来荘予定を事前にお知らせいただければ、夏物衣類のご返却準備をいたします。



## 面会について



10月からご利用者様の自室での面会とさせていただきます。

触れ合い等は自由となりますが、ご利用者様・ご家族様はマスクの着用をお願いいたします。また、差し入れがございましたら、事前に事務所の職員へお渡しいただき、面会中の飲食はご遠慮ください。

日程、予約方法等につきましては、郵送させていただいております案内にて、ご確認をお願いいたします。ご不明な点がございましたら、お気軽に担当者までご連絡ください。

尚、感染症が流行する夏季（7～9月）及び冬季（12～3月）につきましては、感染症予防の観点からこれまで通りフロア面会を実施いたします。

皆様のご理解とご協力の程、よろしくお願いいたします。



## 10月の予定



8日（火）	ご馳走の日	昼食	12：00～
18日（金）	移動理美容室	玄関前	9：30～
22日（火）	2階誕生会	2階	14：00～
24日（木）	3階誕生会	3階	14：00～
28日（月）	3階健康診断	3階	14：00～
31日（木）	3階健康診断	3階	13：45～

施設内のレクリエーションは、感染対策を実施しながら少しずつ再開しております。

多くの人数が集まる施設行事につきましては、感染症の状況をみながら活動の再開を検討して参ります。





# デイサービス

9月16日(月)

## 敬老会



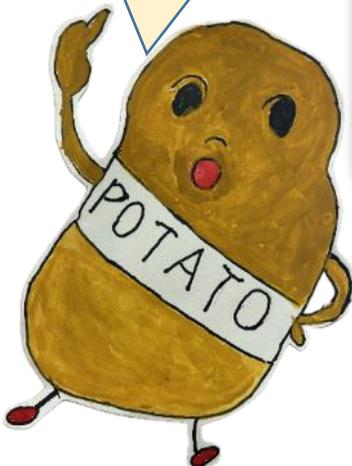
今年は、敬老の日の当日にデイサービス敬老会を開催しました。職員によるマツケンサンバⅡの踊り披露は、本物の松平健さんが登場したかと思うほどの盛り上がりを見せました。1人2本ずつお渡ししたサンバ棒があることで、更にコンサートのような雰囲気です。その後は、有志の方々によるカラオケを行いました。耳馴染みのある歌は、やっぱり歌っても聞いても楽しいですね。



第二部:デザート  
バイキング



第一部:歌の祭典



音楽の後は、お楽しみデザートバイキングです。11種類ご用意した中から4種類を選んで、お召上がり頂けます。何度もおかわりする方が多く、一番人気はスイカでした。お祝いの会ということで鏡開きも行いました。中身はさすがに清酒ではありませんが、勢いよく割って頂き、良い会の締めくくりになりました。これからもお元気にお過ごし下さい。



来月の催し物を  
チラ見せ・・・

# ケアハウス



## 健康への取り組み



ケアハウスでは、健康の維持・増進に関連した様々な取り組みを行っています。

まず、看護師による健康チェックがあります。これは、併設している特養の看護師が月に一度、血圧と血中酸素濃度を測り、健康状態を確認しています。

そして、健康診断を毎年受けていただいております。ご自分で車を運転して健診会場に行く方や、私たち職員と一緒にいく方がいらっしゃいます。健康診断を受けることで、病気の発見・治療が早期に出来るため、可能な限り受診していただくように、お声掛けをしています。

また、歯科健診も同様です。『よく噛んで、よく食べること』が長生きの秘訣だと言われています。しっかり噛んで美味しくご飯を食べるため、年に一度は健診を受けていただいています。

それから、健康維持には適度な運動も欠かせません。毎朝の体操やコグニサイズ、柔道整復師による健康体操と、体を動かすプログラムも日々行っています。プログラムに関しては、自由参加ではありますが、可能な限り多くのご利用者様に参加していただきたいです。尚、今年は体力測定、歩け歩け大会を実施予定です。どんな内容になるかは、今後のお楽しみとなっています。

ケアハウスのご利用者様が日々元気に生活していただけるよう、職員が少しでも皆様の健康を守るお手伝いが出来たらと思っています。

