

令和5年7月1日

第 144 号

竹田総合福祉センター

悠々居

- 特別養護老人ホーム悠々居
 - 悠々居ショートステイ
 - 悠々居デイサービスセンター
(共生型生活介護)
 - 悠々居ヘルパーステーション
 - 悠々居ケアプランセンター
 - こどもデイサービスセンター「ゆうゆう」
 - 悠悠ヘルパーステーション
 - 悠悠ショートステイ
 - 竹田地域高齢者相談支援センター
 - 竹田市高齢者生活支援ホーム
〒878-0007 大分県竹田市大字三宅1763-1
- 発行責任者 吉岡 暁 督
電話 (0974) 63-3201 (代)
FAX (0974) 64-0101
Mail yuyukyo@song.ocn.ne.jp



社会福祉法人 偕 俸 社



も く じ

ホームカメラさんぽ	2・3
悠々居デイサービスセンター (共生型生活介護)	4
こどもデイサービスセンター「ゆうゆう」	5

看護部だより	6
給食部だより	7
長寿万歳	8
善意の輪	8
編集後記	8

★利用状況 (男) 10名 (女) 68名 計78名
★平均年齢 90.4歳 (令和5年7月1日現在)

いよいよ夏本番を迎えていますが
皆様はいかがお過ごしでしょうか
この度の季刊誌として、4月～6月の
入居者様の様子をお伝えさせていただきます。
この暑い夏、熱中症対策として水分補給を徹底し、
室温管理にも気をつけています。
新型コロナウイルスやインフルエンザの予防対策も十
分行いながら少しずつ緩和され、面会についても対
面での面会が出来るようになっていきます。ご家族の
皆様ぜひ、会いにおいで下さい。

ホームカメラ さんぽ



4月《灌仏会行事》



5月《母の日行事》



いつも感謝しています。
お母さんありがとうございます。

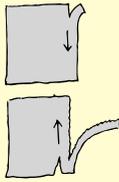
誕生日も迎えられた K 様
嬉しくて涙ぐまれました。

6月《父の日行事》



新聞ちぎり

指のリハビリも兼ねています
皆さんもやってみませんか？



← 伸ばして測る →

新聞ちぎりの方法

- ①新聞の半面を使用します。
- ②新聞の右肩からつまみ上げ縦方向に裂いてゆき、下の方迄裂けたら1cm程残し、今度は裂く所を左にずらし、下から上方向へ裂いてゆきます。これらを最後迄繰り返して、1本の細いテープを作り、伸ばして長さを競います。出来るだけ細く、丁寧に裂くと長くなりますが途中で切れてしまったら、また新たに別の新聞紙で挑戦しましょう。ちなみにデイサービスの最長記録は20m75cmです。スゴイでしょう！



カラオケ

何をうたおうかな…



言葉づくり

二文字は出来るけど三文字は難しいなあ



オーバルボール

高得点を狙うぞ





こどもデイサービスセンター「ゆうゆう」

～児童発達支援・放課後等デイサービス～

2023年度は、見発10名・放デイ26名でスタートです。曜日ごとの顔ぶれも変わり、また新しい雰囲気うまれています。

クッキング



ピザトーストやスープなど楽しく作っておいしくたべました。

遠足 ～三重町の大原総合公園へ～



散歩

体力づくりと交通ルールを知る練習です



母の日・父の日



見発はクッキー、放デイはキーホルダーを作ってプレゼントしました。



快眠のために できる事



7月23日は不眠の日です。

不眠には様々な理由がありますが、夏に引き起こしやすくなるといわれています。

夏の不眠の原因として、まず考えられるのは自律神経の乱れです。

夏に自律神経が乱れる原因として、以下の3つが考えられます。

- ①紫外線の量が多い
- ②高温多湿
- ③体温調節の難しさ



夏は大量に汗をかくため自律神経は常に働く必要があります。

また、室内と室外、朝晩と日中のような寒暖差にも自律神経は対応しなければいけない為、疲れがたまりやすくなります。

日中や就寝中はエアコンで湿度や温度を調整し、快適に過ごせるように環境を整えましょう。

お風呂は38～40℃くらいのお湯で体を温めるのが効果的です。

ぬるめのお湯は深部体温を上げることができるため、眠りにつく頃には深部体温が下がってより深い睡眠をとりやすくなるといわれています。

暑さや体温調節の難しさなどにより、夏は自律神経が乱れがちです。

朝食を食べる、暑い時はエアコンをつけて快適な環境で眠る等、生活を見直してみてもいいでしょうか。



給食部だより

給食部では今年度の取り組みとして、デザートの新メニューの開発を行っています。今回は第一弾、豆乳黒ゴマプリンのご紹介です。

豆乳と黒ゴマペースト・砂糖・アガー（凝固剤）を混ぜ、加熱し、型に流して冷やし固めます。仕上げに黒みつとホイップクリームをトッピングして出来上がりです。見た目は黒っぽい



灰色で、「石みたい」との声もあったようですが、黒ゴマの風味がクセになる、ちょっと高級感のある一品です。

黒みつがかかっている為、写真では黒く見えますが、実際は灰色です。見た目には戸惑いながらも皆さんよく食べて頂けたようです。



行事食写真紹介

母の日行事

令和5年5月13日



父の日行事

令和5年6月17日



長寿万歳!



佐藤 ユリ子様

昭和7年1月15日生 91歳

24歳で結婚し片ヶ瀬で2人の子供を育てながら農業、酪農をしていました。

昨年の12月に入居され、もうすぐ6ヶ月たちます。悠々居の生活にも慣れて、一番はここの御飯はとてもおいしいと言われ、他の入居者の方と話すのも楽しいと言われていました。これからも体調に気を付けながら元気に過ごしてもらいたいです。



新入職員紹介



悠々居デイサービス
センター共生型生活介護

原田 宗照

5月まで障がい施設に勤めていました。介護の仕事は初めてなので、職員や利用者の方に聞きながら一つ一つ仕事を覚えていこうと思っています。よろしくお願いします。



こどもデイサービス
センター「ゆうゆう」

矢須田葉月

自分のこどもに障がいがあり、児童発達支援の仕事に携わりたいと思い「ゆうゆう」で働くことを希望し就職しました。明るく元気に働きたいです!よろしく願いいたします。

善意の輪

(令和5年3月16日)
令和5年6月19日現在

- 現金
- ・ 竹田市荻町
- ・ 竹田市会々

- 後藤 道雄
- 阿孫 久見

(敬称略)

編集後記

令和5年5月8日から、新型コロナウイルスが「5類感染症」となりました。それにより様々な規制が緩和され、医療機関、高齢者施設等を除いては、ほぼ以前の日常に戻ってきました。

約3年間の間、何が正しいのかも解らぬまま規制に縛られ、泣いてきた業種も息を吹き返しつつあります。

しかしながら、あの異常事態だからこそ生まれた働き方改革や新常識もあります。

それらを活かしながら、まさにこれからの「新時代」を、より良きものへと造り上げていくことが、これからの私達人間の使命なのではないでしょうか?

それはやはり、今尚、世界で増え続けている新型コロナウイルスによって亡くなられた方々。奮闘の末、力尽きて倒れた会社やお店。青春時代の思い出の舞台を奪われた学生や子供達。

この数えきれない程の犠牲に対しての敬意なのだと思います。

さあ、一歩ずつ。
より素敵な「新時代」へ…。

(S・I)

