

竹田総合福祉センター

悠々居



社会福祉法人 偕俸社

令和7年4月1日

第 151 号

- 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」
 - 悠々居ヘルパーステーション
 - 悠々居ショートステイ
 - 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

祝 百歳



100歳おめでとうございます

も く じ

理事長兼総合施設長挨拶	2
ホームカメラさんぽ	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
新人職員紹介	8
善意の輪	8
編集後記	8

う たゆ 倦まず弛まず

理事長兼総合施設長

吉岡 曉 督

日本全体が少子高齢化社会の中で2025年竹田市の人口推移では、17,960人65歳以上の人口9,301人高齢化率51.8%。75歳以上人口5,801人、後期高齢者率28.2%、近年の社会は家族介護が期待できない、しない時代。高齢者の一人暮らしの増加、多様化する家族と住まい、社会課題が複合化、複雑化している。1人ひとりの意見が尊重され、その地域社会の中で排除されることもなく生活を継続できること、あらゆる人々が地域で共に生きる社会の実現。

要介護者本人だけでなく他の家族支援も同時に巻き込まなくては解消しない現在、当法人の介護老人福祉施設、通所介護、訪問介護、高齢者相談事業、居宅介護支援、障害児（者）の事業所は多様な地域の特性の社会環境の変化も見込まれる中、生産性や担い手の確保の対応を進めながら感染症対策及び物価高騰（光熱費・燃料費・食材料費）の高まりの影響で、賃上げの機運が高まっている。そんな中サービスの必要量を限られた人材をいかに活躍して頂くか知恵を絞って絞って地域社会に求められていることに対して迅速かつ適確に事業を展開していくが、介護以外の分野でも地域生活支援（障害）生活困窮者自立支援、こども子育て支援事業、健康促進事業など地域を基盤とした支援事業が次々と打ち出されているが既存の職員対応には限度がある。

サービスの質や価値の向上、職員の負担軽減、生活のおける人と人とのつながりを再構築し、誰もが役割と1人ひとりが目的を持ち目標に向かって前進し、法人の事業は人が人を受け止め寄り添いながら支援することで、お互いに心を通わせ社会貢献を高めていく理念の重要性に目的を持ち目標に向かって行く。

★利用状況 (男) 17名 (女) 67名 計84名
★平均年齢 90.9歳 (令和7年4月1日現在)



ホームカメラ さんぽ

2月「節分行事」



福が来ますように



3月 「ひな祭り行事」



夫婦仲良く
過ごしています。



フットカーリング

片面に青・反対側に赤と色付けされたプラスチックの箱を特点域にけり込むゲームです。但し、青さんがけて裏返り赤が出たら赤さんの特点となります。けた先に障害物もあり、裏返りやすくなっており、非常にゲーム性も高く笑いも多く楽しく出来ました。



あっ
ひっくり
かえた～



あ～
マイナスや～

風船はさみ



なかなか
はさめん
な～



輪投げ



そ～れ



がんばれ
がんばれ!!



こどもデイサービスセンター「ゆうゆう」

放課後等デイサービス

《定員》 10名 (児童発達支援含む)
《時間》 月～金曜 14:00～17:00
《休館日》 土曜・日曜・年末年始

児童発達支援

《定員》 10名 (放課後等デイサービス含む)
《時間》 月～金曜 9:30～12:30
《休館日》 土曜・日曜・年末年始

こどもデイサービスセンター「ゆうゆう」は今年で設立25年を迎えます。これまで多くのお子様やご家族との出会いがあり今日があります。放課後デイサービスや児童発達支援の役割には本人支援、地域支援、家族支援があります。来所されるお子様一人一人の状態を見極め支援を展開していきます。家族にとっても「ゆうゆう」が支えになっていけるよう職員一同と取り組んでいきます。

活動のようす (児童発達支援・放課後等デイサービス) 1月～3月

★初詣★



★お正月遊び★



★書き初め★



★壁面製作「しめ縄」★



★個人作品展★



★ひなまつり見学とお買い物 in 竹田★



★パンを買いに行こー!! in HIHヒロセ★



★壁面製作「ひなまつり」★



免疫カアップ

【免疫とは】

健康を守る重要な防御システム

免疫システムは、体内に侵入した細菌やウイルスなどの外敵を認識し、排除する複雑な防御機構。

例えば、風邪やインフルエンザなどの感染症に対する防御、アレルギー反応の制御、癌細胞の排除があげられる。



【免疫力を上げる4つの習慣】

①良く笑う

ストレスをためないことが大切で、対策として「良く笑う」事を意識する。



②からだを冷やさない

低体温の方は免疫機能のはたらきが鈍く、体調をこわしやすい傾向にある。対策として1日30分の運動とゆるま湯のお風呂に10～20分つかる。

③質の良い睡眠をとる

病気にならないからだを目指すには質の良い睡眠を対策として、良い睡眠のためには就寝2～3時間前に食事を済ませ、湯船につかりぐっすり眠れる環境を整える。



④バランスの良い食事をとる

ビタミンC…免疫細胞の働きを増強する
ポリフェノール…抗酸化物質が多く含まれる
タンパク質…免疫の働きを維持する

【免疫力低下を招くNG習慣】

- ・暴飲・暴食
- ・寝だめ（休日に昼過ぎまで寝る）
- ・寝る前のスマートフォンやパソコン
- ・過度な運動
- ・過激なダイエット



にんじん



ほうれん草



ぶどう



ヨーグルト



ブルーベリー



なす

給食部だより

行事食写真紹介



お正月 おせち料理

令和7年1月1日



献立

- 赤飯
- 柚庵焼き
- 柿なます
- 煮物(南瓜・人参・絹ごし)
- やわらかしんじょう
- 春菊の白和え
- きんかん煮
- すまし汁
- デザート

ひな祭り行事

令和7年3月3日



献立

- ちらし寿司
- 菜の花のごま和え
- 煮物
- すまし汁
- フルーツポンチ

食のコラム

昨今の物価高騰により、食材の価格も今までにない数字を目にするようになりました。一度の買い物の合計金額が以前よりも高額になりがちです。スーパーを何件も廻ったり、直売所を利用したりと、対策も様々ですが、特に最近では、自分で野菜作りを始める人が増えてきているようです。元々、野菜作りブームは来ていましたが、食材の高騰により、さらに拍車がかかったようです。SDGsの中にも「地産地消」があるように、「自給自足」もまた、同様のメリットが期待できます。食と農について親近感を得るとともに、生産と消費の関わりについて理解を深めるいい機会にもなります。

「まだ野菜作りをやった事がない」 また、「興味はあるけど始めるきっかけがない」という方は挑戦してみてもいいのではないでしょうか？



長寿万歳!



舞 スマヨ 様 昭和2年10月2日生まれ 97歳

竹田の女学校卒業後、小倉陸軍造兵廠に女子挺身隊として働いていた当時、北九州はよくアメリカの戦闘機の攻撃を受けていたようで、火薬庫に爆撃を受けた時はものすごい爆発音で、夜なのに昼間のように明るかったのをよくおぼえていると。日本も高射砲にて反撃したり、悲惨な姿を目の当たりにされたそうです。空襲時は、舞さんを含む3名の代表者は従業員の確認等の職務があり、防空壕に逃げる事もしなかったそうで、「当時は自分自身も覚悟が決まっており、今では考えられない状況だった」と話されていました。終戦の日、実家に帰るように命じられ寮に戻ると、盗難にあっており、自分の物が何一つ無くなっていた。という話を聞いて驚いてしまいました。

竹田に戻り、20歳で結婚し、2人の息子さんも独立されてからは近所の方とカラオケをしたり、ご主人さんとの旅行を楽しまれていたそうです。H13年からは悠々居のデイをご主人さんと一緒に10年、一人で10年利用されており「賑やかで楽しかった。」と振り返られていました。

ご自宅にはデイサービスで作られた、陶芸や手芸品が沢山飾られており、どれも素敵な品物ばかりです。いつも素敵な笑顔で、癒されています。



新入職員紹介



介護職員
添田 宗一

介護の仕事は12年ぶりですので、ご指導の程よろしく申し上げます。頑張ります。



看護職員
河野 美鈴

10月より入職させて頂いています。不慣れな事ばかりで皆さんに助けをもらいながら毎日を送っています。仕事内容にも早く慣れ、入居者の皆様のお役に立てるよう頑張りますので、よろしく申し上げます。



デイサービス看護職員
河野 順子

デイサービス（共生型）の職場経験がありませんのでわからないことばかりです。先輩方に色々と教えて頂きながら頑張りますのでどうぞよろしく申し上げます。

編集後記

草木が芽吹き、花が咲き、春の訪れを感じる今日この頃、新しい門出を迎えた皆様、おめでとうございます。

希望に溢れた方を見ると「初心に帰り頑張ろう!」という気持ちになります。

この春も生活必需品が値上げ傾向にあり、家計を圧迫していますが2025年は60年に一度の乙巳年（きのこみ）復活や再生、財運に恵まれる特別な年です。

皆さんのもとに幸運の蛇が良い願いを届けに来ますように...

Y・Y

善意の輪

(令和6年12月24日)

令和7年3月14日現在

(敬称略)

● 物品

(正月飾り (松))

・竹田市君ヶ園

大賀 英幸

● 現金

・竹田市会々

和田 崇志

・白杵市野津町

藤田 令子