

季刊 てんぽうだい

社会福祉法人 常美会

おくら's里

愛媛県新居浜市御蔵町11-23
TEL (0897) 31-6113
FAX (0897) 31-6114

第67号

2024 年 冬

年頭のご挨拶

社会福祉法人 常美会
児童養護施設 東新学園

管理者 大星

翼

新年あけましておめでとうございます。

皆様方におかれましては、新春を晴々しい気持ちでお迎えのこととお慶び申し上げます。

私共、常美会は設立から二十一年が経過し、当法人の運営する施設が四施設となつてから、早三年の月日が流れました。東新学園も開設して三年目となり、児童・職員共に新しい東新学園での生活にも徐々に慣れ、少しずつ落ち着いた日々を過ごすことができるようになってきました。

さて新型コロナウイルスが五類に移行され、日常生活では制限が少しずつ解除されていることと思います。しかし、福祉の現場では、引き続き日々の感染対策の取り組みを継続しており、まだコロナ以前のような施設運営に完全には戻っていない状況が続いています。当法人でも、少しずつ規制緩和されている部分がございますが、まだまだ制約をかけさせていただく点も多く、関係者やご家族の皆様には、ご不便をおかけしており、大変申し訳なく思っています。今後とも御理解と御協力の程、よろしく願っています。

今年も高齢者や児童が安心・安全な生活を送れるよう、施設運営に努めていきたいと考えています。そして、高齢者福祉・児童福祉の気持ち忘れず、高齢者や児童はもちろんのこと、ご家族様並びに地域の皆様方からより一層の信頼を得られますよう、職員一同が一丸となり、より良い生活の場となりますように、施設運営に努力していく所存です。最後になりますが、皆様のご健康とご多幸をお祈りいたしまして、年始の挨拶とさせていただきます。

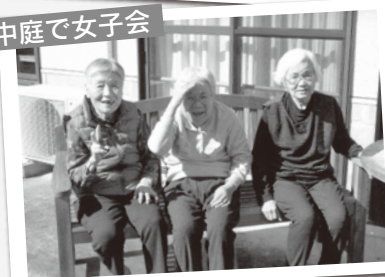
七夕



白寿のお祝い



中庭で女子会



おやつクラブ(カップケーキ作り)



すいか割り

2023年

常美会

「笑顔あふれるベストショット」

～新しい年も良い一年となりますように～

ハロウィン



ハロウィン





新年あけましておめでとうございます。

今年も職員一同、入所者の皆様に寄り添った介護を心掛けて参りたいと思います。よろしくお願いします。

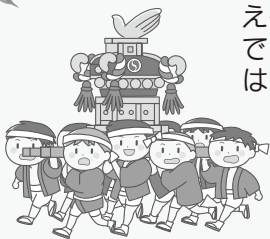


おくらの里
本館

2F

お知らせ

10月18日。秋祭り最終日にお神輿が来てくれました!!
「近くで見たら、迫力あるねえ〜。」「すごい、きれいね。」笑顔で記念撮影。ピースサインで
はい、チーズ!!



ハロウィン

昨年行った行事の中で、ハロウィンパーティーが一番盛り上がりました。皆さん素敵に撮れていますよ。



お菓子
ちょうだい



重い
かな



大きい
かぼちゃ



おやつ
食べた〜い!!



ばっちり
カメラ目線



ピース!!



仮装
No.1
大賞



Trick or Treat!



少し
照れます



かぼちゃに
変身!!



似合う
でしょ



かぼちゃと私とどっちがかわいい? //



おひとつ
いかが?



おくらの里
本館

3F お知らせ

ケーキを
ちょうだい

ハロウィン パーティー

毎年、10月といえば“ハロウィン”。
今年もおくらの里3Fでは仮装をして
楽しみました。
「Trick or Treat!!」

へんし〜ん

魔法学校の
先生じゃ〜

魔法に
かけられ
ちゃった〜

あ〜ん
つのが生え
ちゃった〜

私は
105歳の
魔法使い
なのよ

可愛く
化けた
でしょ♡

敬老の日 プレゼント

長寿をお祝いしてプレゼントを
お贈りしました。今年のプレゼント
は、入浴の時に使えるお肌にやさ
しい全身シャンプーにしました♡

サンキュー♡
うれしいよ〜

お肌
スベスベに
しよ〜っと

つやつやに
なる〜っと!!
おホホホ〜

おフロが
楽しみだわ

いまでも
元気で
長生きしてね!

記念にハイ、チーズ

うれしいわい

令和6年も、皆様が笑顔ですごせますように★



別館のご長寿さん

今回は、敬老の日の行事にちなんで、別館のご長寿の方々を紹介しま〜す!!では、ご長寿さん、一言お願いします

1位 T.15年生まれ 97歳



一日一回は
大声で笑う

2位 S.4年生まれ 94歳



笑顔で
いる事

3位 S.6年生まれ 92歳



好きな物
をたくさん
食べる事

おぐらの里
別館

2F

お知らせ

ご長寿さんに負けない一言をみなさ〜んお願いします

長く元気で
いるコツは?



手先を
動かす



お喋り
して楽しく
過ごす



自分で
食べる事



カラオケで
声を出す



私達も負けずにがんばるぞ〜♪

よく
食べる
こと



好きな事を
楽しむ!



皆さん笑顔な
写真の
ベストショット
がたくさん
ですね。

デイサービスセンターおくらの里

10月 運動会



今年も赤・白と2組に分かれてスタート♪

笑顔あふれる運動会となりました。今回は白組の優勝。手作りメダルも喜んでいただきました。



借り物競争にて大変身!!



11月



11月マイントピア別子ラインに紅葉ドライブへ行きました。お天気もよく気持ちの良い外出となりました。



いつまでも
元気で長生きして
くださいね。

今年もよい
一年となります
ように。

ご達筆。
さすがです。



今年も皆様が健康で安心して楽しく過ごしていただけるよう、職員一同努めてまいります。よろしくお願いします。



正しい生活習慣を身につけよう

新年あけましておめでとうございます。新しい年の始まりです!!まずは自分の体を見直しましょう!!

元気な体を作るには

- バランスのとれた食事
- 適度な運動
- 十分な睡眠

正しい生活習慣を身につけることは、健康な体作りには必須です。まずは心がけてみましょう。

食事 … 時々食べたものを見返してみましょ。気づかないうちに偏っていませんか?

運動 … 頑張りすぎではありませんか?マイペースを守り、長く続けられることをしましょ。

睡眠 … 睡眠時間を削っていませんか?睡眠は「時間も大切」ですが「質」も大事です。

途中の目覚めがないよう、深い睡眠が十分とれるよう寝る前はリラックスすることが大事です。自分なりのリラックス方法を見つけましょ。

簡単なことに見えて、実は難しいことなんですよ。ですが、自分のために、自分を思ってくれている人のために健康な体を手に入れましょ。そして今年一年を元気で笑顔で過ごせる年にしましょ。

機能訓練指導員 より一言

今回は厳しい寒さが続くこの時期に、屋外などに長時間いると血行不良によって起きやすくなる「肩こり」についてその予防法をお話させていただきます。

《肩こりの予防法》

① 運動などで体を動かす

適度に体を動かして血流を促すと、筋肉がこわばって硬くなるのを予防できます。運動やスポーツ以外に通勤・通学や買物などで歩いたり、階段の昇降を行ったりといったことを積み重ねて肩こりの予防につなげましょ。

② ストレッチをする

ストレッチは筋肉や筋(すじ)を伸ばす事により筋肉や関節の状態を良くする運動です。肩こりの原因である筋肉の収縮を防ぐほか、姿勢を正したり、リラックスできてストレスを緩和させたりする効果もあると言われています。

③ ストレスをためない

精神的なストレスが体に影響を与え、血流が妨げられる事があります。趣味に没頭するなど自分なりのストレス解消法を持っておく、睡眠を十分にとるなどして、ストレ

スをためすぎずに日常生活を送れるようにしましょ。

④ 正しい姿勢を保つ

猫背や前かがみの姿勢は、肩こりの原因となります。スマートフォンやパソコンを操作する時は目の高さで見えるように高さを調整して、首や肩に負担をかけにくい姿勢を保ちましょ。

⑤ 体温調整しやすい服を準備する

寒さの厳しい冬場はもちろん、まだ寒さに慣れていない季節の変わり目や、夏場でも冷房による冷えなど、寒いと感じた時には羽織ったりかけたりできるような体温調整しやすい服を準備し、血流の妨げになる寒さを防ぎましょ。

⑥ 入浴して血流を促す

入浴には血流を改善し、冷えの予防・肩こりや腰痛の緩和・ストレス解消などの効果が期待できます。「普段はシャワー派」という方も、たまには湯舟に湯を張り、肩までゆっくりとつかって血流を促してみたいかがでしょうか。

居宅介護支援事業所 おくらの里

介護支援専門員とは

要介護者や要支援者の人が、自立した日常生活を営むのに必要な援助に関する専門的知識・技術を有するものとして介護支援専門員証の交付を受けたものとされています。一般にケアマネージャーとも呼ばれています。

要介護者や要支援者の人の相談や心身の状況に応じるとともに、サービス(訪問介護、デイサービスなど)を受けられるようにケアプラン(介護サービス等の提供についての計画)の作成や市町村・サービス事業者・施設等との連絡調整を行うものとされています。

介護保険サービスを利用するには要介護(要支援)認定を受けることが必要です。

「介護保険サービスを利用したいけど、どうしたらいいかわからない」という方は、遠慮なくご相談ください。

2F

地域密着型

特別養護老人ホーム

広瀬の里

八重桜・向日葵

敬老の日

敬老会には、料理人さんが腕を振るった料理を皆さんでいただきました。

どの料理も
おいしそう
じゃの～



ちょうどいい
やわらかさで
料理してくれて
いるの～



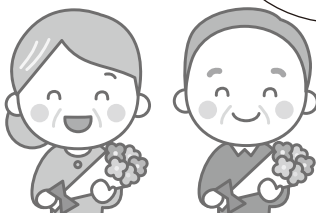
祝



敬老の
プレゼントに、
温かい毛布を
ありがとう!



何を
プレゼントして
くれたのかしら?
早く開けて
いいかしら



ハロウィンパーティー

派手な仮装で着飾った入所者さん。
今日は皆が主役で“ハッピーハロウィン”

さあ、私は
誰でしょう?



Trick or
Treat



コウモリ仮装と、
カボチャ仮装で
おどろかすわよ～



パンプキン
お母さんと、
パンプキン息子で
ハイ・チーズ!



夫婦そろって、
仲良し。
ハロウィン仮装で
ハイ・ハッピー!



3F

地域密着型

特別養護老人ホーム

広瀬の里

金木犀・山茶花

♪ 料理おいしそう～♪

敬老の日

敬老会、いつもより豪華な料理とプレゼントで皆さん喜んでいただきました。

祝
敬老の日

いつまでも元気でいてね

みんな大好き、お赤飯と天ぷらにだし巻きたまごなどなど。

プレゼントもらったよ～ピース月

プレゼント何かな？
たのしみ～

ハロウィンパーティ

“ハッピーハロウィン”みんなで仮装を楽しみました!!
いろいろな衣装で、楽しい時間を過ごしました。

このめがね…
かぼちゃに
なってるう～

仮装をして
おやつを食べて
ワイワイ月

毎年恒例の
行事となっています。

魔女の仮装、
似合ってる？

ハロウィン
仮装で
ハイ・チーズ!

私は誰で
しょう？



グループホームうわばら



新年あけましておめでとうございます。新型コロナの感染がなかなか完全終息とはいかない中、インフルエンザも例年より早く流行しているとのこと。どうか皆さん風邪など引かないよう元気で今年一年お過ごしください。これからも私達は入居者さんと共に、安全で健康な生活が送れるよう、日々向き合い寄り添っていきます。

さつまいも掘り・おやつ作り



今年は施設のおいもがとても大きく育ちました。「さつまいも、大きい」とその大きさに皆さん驚かれ、その後食べた焼き芋の甘さにもまたびっくりされていました。3時のおやつでは、皆さん職員のお手伝いをしながら、「おいしそう～」とホットケーキ作りなど楽しまれていました。



避難訓練



11月7日、土砂災害の避難訓練を実施しました。皆さん不安そうでしたが、職員の“だいじょうぶ”の声に安心され、全員無事避難することができました。



手芸の達人



当グループホームには手芸の達人がいらっしゃいます。昔編み物をされていた方が多く、器用な手つきでコースターなど次々に編まれています。

“ごみの戸別訪問収集”について

規準に該当する高齢者や障がい者は、申請により、週に1回、大型ごみ以外のごみの戸別訪問収集が利用できます。ただし、あらかじめ分別していただく必要があります。

【対象者】家庭ごみをごみステーションまで持ち出すことが困難であり、かつ、他の者からごみ排出の協力が得られない世帯であって、次のいずれかに該当される方

1. おおむね65歳以上の者で、要介護認定を受けている単身の世帯
2. 介護予防・日常生活支援総合事業対象者である単身の世帯
3. 身体障害者手帳の交付を受け、かつ、障がいの程度が1級又は2級に該当する単身の世帯
4. 療育手帳の交付を受け、かつ、障がいの程度がAに該当する単身の世帯
5. 精神障害者保健福祉手帳の交付を受け、かつ、障がいの程度が1級又は2級に該当する単身の世帯
6. 医師の診断書等が提出され、1から5までに該当する者と同等と認められる単身の世帯
7. 1から6に規定する者のみで構成される世帯
8. 1から6に規定する世帯に同居者がある世帯で、同居者がごみ排出の困難な高齢者、虚弱者、年少者等である世帯

※ 詳細は、新居浜市役所廃棄物対策課(65-1252)までお問い合わせください。

地域包括支援センター協力機関おくらの里(31-6116)に連絡いただければ、お手伝いします。

児童養護施設 東新学園

新年あけましておめでとございませう。今年もどうぞよろしくお願ひいたします。

東新学園が開校して3年目を迎えました。措置児童は少しずつ増え、現在は11名が東新学園で生活をして

います。幼児や小学生が多いため、日々子どもたちがぎやかな声が施設内で響いています。ようやくコロナウィルスが落ち着きを見せてきたため、昨年は施設内外での行事を多く開催することができました。春はお花見やBBQ、夏はプールや夏祭り、秋はお月見やハロウィン、冬はクリスマスとたくさん行事を開催することができました。今年も子どもたちが楽しめるように、職員が協力して行事を計画していきたいと思っています。



東新学園職員一同

11月4日(土)に4年ぶりの開催となった手をつなぐ子らのつどい大会という愛媛県児童福祉施設連合会主催の運動会の様子



令和5年6月12月 寄付寄贈者

瀬尾満也様

京城園様

愛媛県食鳥協会様

お心遣いありがとうございます。

eワークえひめ様

花王(株)様

愛媛県養鶏協会様

編集後記

新年あけましておめでとございませう。旧年中も関係者の皆様には大変お世話になりました。皆様のおかげで、昨年(2023年)に引き続き定期発行の「てんぼうだい」は夏秋号を休刊扱いとさせていただきます。今回の発行となりました。

新型コロナウイルス感染症については、令和5年5月8日に「5類感染症」に変更され、各種対応が変更となりました。新居浜市周辺では10月以降、インフルエンザ感染症の流行もあり、当法人内の施設では状況に応じた感染対策を実施しております。利用者様やご家族の皆様には何かとご不便をおかけしておりますが、ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

昨年はスポーツ選手の華々しい活躍を目に焼き付ける年となりましたが、皆様の印象に残っている場面はどのようなものでしょうか。WBC、ラグビー、甲子園、バレーボール、プロ野球など、連日胸が熱くなるような試合に、日本中が感動し、喜びを分かち合いました。国内外のニュースを目を向けると様々な情勢の変化がありました。平和な日常のありがたさ、大きな災害への備えについて考えさせられる一年でした。

当法人では利用者様が笑顔で安心して過ごせるよう職員一同努めて参ります。ご家族、関係者の皆様にとっても幸多き一年となりますよう心からお祈り申し上げます。

季刊誌「てんぼうだい」編集委員一同



〒792-0047 愛媛県新居浜市御蔵町11番23号
TEL(0897)31-6113 FAX(0897)31-6114

広瀬の里／地域密着型特別養護老人ホーム・短期入所生活介護
〒792-0047 愛媛県新居浜市御蔵町11番20号
TEL(0897)47-3367 FAX(0897)41-3338

うわばら／認知症対応型共同生活介護
〒792-0046 愛媛県新居浜市上原四丁目1番15号
TEL(0897)47-0900 FAX(0897)40-3456

東新学園／児童養護施設
〒792-0047 愛媛県新居浜市御蔵町11-3
TEL(0897)47-6145 FAX(0897)47-6146

E-mail ● okura11@okuranosato.com
ホームページ ● <https://www.okuranosato.com/>