

# かりん

199号

2020年 1月発行  
社会福祉法人 諏訪福祉会  
介護老人保健施設  
かりんの里 広報委員会  
発行責任者 富田 和彦  
諏訪市湖岸通り5-11-5  
TEL 0266-57-5755  
FAX 0266-57-5766

## 新年のご挨拶

明けましておめでとうございます。

令和も2年目に突入です。年頭にあたり、新年のご挨拶を申し上げます。さて、当施設もおかげさまで新しい年を迎えることができました。これも、ひとえにご利用者様、ご家族様、ボランティアの皆様、地域の皆様方のお力添えの賜物と心から感謝致しております。

言うまでもなく、社会情勢は激しく変化しております。なかでも、高齢化の荒波はさらに大きくなってきています。これに対しては、諏訪市政に於かれましても『諏訪市高齢者福祉計画・介護保険事業計画』を策定し、時代の要請に応えるべく頑張っております。

そして、昨年末に小職が『老健かりんの里』施設長として本計画の推進委員に選ばれました。かかる立場を踏まえましても、これまで以上に地域の健康福祉のために気持ちを引き締めて、時代の要請に応えるべく『かりんの里』の運営に邁進する所存です。

本年も、当施設では地域社会に貢献し、信頼され、必要とされるよう、安全そしてこまやかで満足度の高いサービスを提供するように努めたいと存じます。そのために、入所（長期入所・ショートステイ）、通所（デイケア・デイサービス）、訪問リハビリ、訪問介護、地域支援事業の益々の充実・強化を行なっていきたいと考えております。

今後にご利用者様、ご家族様の多様なご要望にあった裁量のサービスを持続的に提供できるようスタッフ一同努力してまいります。皆様方の一層のご支援、ご指導の程を宜しくお願い申し上げます。  
介護老人保健施設かりんの里 施設長（医師）富田 和彦

明けましておめでとうございます。

皆様には、幸多き新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。

旧年中は大変お世話になりました。誠にありがとうございました。皆様の安心・安全・安楽を念頭に職員一同頑張っておりますので、本年も宜しくお願い致します。

療養部長 渡辺 邦子

明けましておめでとうございます。謹んで年頭のご挨拶申し上げます。

昨年は大変な豪雨災害に見舞われ、まだまだ、復旧には長い年月が強いられております。幸いにも当施設は大きな被害もなく運営出来ましたが改めてこれから、様々な災害により一層の備えを整えて参ります。

さて、私はかりんの里事務長に着任致しまして、早4年目を迎えました。施設の改修や、機器や送迎車の買い替え、新たな器具の購入など取り組んで参りました。あっという間でしたが、今後もまだまだ設備投資など検討課題が山積しておりますので、少しでもご利用者様を始め、ご家族様により良いサービスが提供出来る様に励んで参りますので、今後も変わらぬご支援ご鞭撻を賜ります様に何卒よろしくお願い申し上げます。

最後に本年も皆さまのご健康とご多幸をお祈り申し上げます。

事務長 藤中 敏裕



# デイサービスセンターこもれび



12月のイベントとして、チーズ入り芋餅作り、クリスマス会を開催しました。蒸かしたアツアツのじゃがいもを潰し、思い思いの形の真ん中にとろけるチーズを入れて焼き、タレをかけて出来上がり！どこか懐かしくちょっとモダンな味は大好評でした。クリスマス会では雰囲気盛り上げる壁画、帽子をレクの時間を利用して作成しました。ミニツリー作りではご利用者様の作って下さった布玉を各自の感性で松ぼっくりに飾り付け世界で一つのツリーが完成しました。温かい飲み物と手作りのケーキ、クリスマスソングの大合唱の中で沢山の笑顔がこぼれたクリスマス会でした。

(塩原)



## 複合福祉施設 餅つき



複合福祉施設では、昨年12月26日に毎年恒例の餅つきと鏡餅作りを行いました。開所して10回目になる餅つきですが、天候にも恵まれ立派な「鏡餅」が出来上がりました。鏡餅は日頃お世話になっているご近所様や高林内科呼吸器クリニックにもおすそわけをさせて頂きました。

また、複合施設内の各ユニットや、介護老人保健施設内にも飾りました。本年も末永いお付き合いの宜しく願い申し上げます。

(複合施設長 有賀)





# 手作りおやつ～クリスマス会～



今年も入所フロアで、レク委員会主催のクリスマス会が行なわれました。手作りおやつで「クリスマスケーキ作り」も合わせて行ないました。

ケーキ作りでは、ご利用様が一生懸命生クリームを泡立て、ホイップクリームを作り、思い思いの場所に苺を飾っていました。ケーキを食べた後には、サンタクロースの登場もありました。

ご利用様は、笑顔で「また来てね!」「ありがとね!」等サンタクロースに声をかけていました。一年最後のイベントとなりましたが、素敵な時間となりました。(波場)



## インフルエンザについて

毎年流行する風邪やインフルエンザですが、今年も流行の季節になりました。「ただの風邪」だと思っていたら、インフルエンザだった事もあります。風邪とインフルエンザの違いを理解する事が大切で、対処法も違うため、注意が必要です。

一般的には、インフルエンザの方が症状の重い場合が多く、どちらも免疫力や抵抗力の弱い人、呼吸器系の持病のある人にとっては、命に係わる重篤な合併症を引き起こす可能性もあります。

風邪の症状は、のどの痛み、鼻水、くしゃみ、発熱などで、のどや鼻など局所的にゆっくり症状が現れます。インフルエンザの症状は、38～40℃の高熱、頭痛、関節痛、強い寒気、咳、強い倦怠感、喉の痛み、鼻水などで、全身に急激な症状が現れます。

風邪やインフルエンザにならない為には、免疫力を高める事が大切です。

### 免疫力を高めるために

- ①外出後の手洗い。
- ②マスクの着用
- ③バランスの良い食事
- ④湿度、温度管理。(適温:18～20℃、湿度:50～60%)
- ⑤ストレスをためない。



5項目を心がけ、風邪やインフルエンザに負けない体を作りましょう。



また、予防として、予防接種をすることをおすすめします。

かりんの里 感染委員会

# おせち料理

1月1日におせち料理を提供し、新年のお祝いをしました。おせち料理は、無病息災や五穀豊穡、家族の繁栄を願う縁起物です。



かりんの里のおせち料理には、腰が曲がるまで長寿を願う海老や吉事の示す色である紅白のかまぼこ、水引きをイメージし平和を願う意味がこめられたなます、子孫繁栄を願う数の子、黄金色に輝く財宝に例えて豊かさを願うきんとんなど、縁起のよい食材がふんだんに使われています。縁起ものを食べて健康で幸せな1年をお過ごし下さい。

(管理栄養士)



## デイケア 蕎麦打ち

午後の活動の時間に、職人による蕎麦打ちの実演をして頂きました。

ご利用者様も蕎麦切りを行い、活動後のおやつの時間に打ちたての蕎麦を食べて頂きました。実際に体験をすることにより味覚以外でも楽しむ事ができ大変好評でした。(林)



### 委嘱状

富田 和彦 様

諏訪市高齢者福祉計画・介護保険事業計画推進委員会委員に委嘱します

令和元年12月13日

諏訪市長 金子 ゆかり

### 表彰状

全国老人保健施設かりんの会  
貴施設は多年にわたり公益社団法人全国老人保健施設協会の優良および介護老人保健施設の荣誉资质に輝きました。その功績は誠に顕著であり、よってここに深甚なる敬意を表し、これを表彰します。

令和元年12月30日  
公益社団法人全国老人保健施設協会  
会長 泉 憲太郎

富田施設長が諏訪市より「諏訪市高齢者福祉計画・介護保険事業計画推進委員会委員」の委嘱を受けました。

当施設が多年に渡る功績に対して『全国老人保健施設協会』より表彰されました。

## 編集後記

最近では時間が過ぎるのがとても早く感じます。昔は1年が過ぎるのが長く感じたのに不思議ですね。1日1日を大切にしようとして色々考えてやろうと思っはいますが、中々実行に移せていないので、今年はきちんと計画を立てて、仕事も遊びも充実させたいと思います。

今年は暖冬と言われてはいますが、朝夕と冷え込みが強くなってきていますので、体調管理に気をつけてお過ごし下さい。今年もかりん新聞を宜しくお願いします。

(林)