

# かりん

204号

2020年 11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



## か り ん 運 動 会

今年のかりん祭りは、運動会を実施しました。例年であればご家族様も参加して頂いていますお祭りですが、今回は新型コロナウイルスの影響から、入所ご利用者様のみのご参加で、フロア別に開催しました。

運動会では二つのチームに分かれて大玉送り、玉入れ、輪投げの競技を実施し、得点を競い合いました。高得点が取れるようにご利用者様は全力で取り組み、競技終了後は職員手づくりのメダルが授与されました。

食事はおにぎり、唐揚げ、エビフライ等豪華な食事が出た他、屋台もたこ焼き、クレープ、チョコバナナ、焼きそば等が用意され、ご利用者様に満足して頂いたイベントとなりました。(小池)





## 出前イベント～テイサービスセンターこもれび



こもれびではコロナの影響で外出を控えているご利用者に気分転換を兼ねて2日間出前食イベントを行いました。皆さんで作ったハロウィンフラワーとランチマットをテーブルにセッティングして、お寿司・ソースカツ丼・親子丼等好きなメニューを注文し、たくさん召し上がって頂きました。「美味しいわ。最高!」「満足、満足」と大好評! 素敵な笑顔がみられ、楽しいお食事の風景となりました。  
(野澤)



### ☆ 複合福祉施設 特養 敬老お祝い ☆

特養では100歳以上2名、白寿をはじめ90歳以上の方が12名、他の方々も全て喜寿以上と、皆様大変長寿で、お元気にお過ごしです。県からも敬老のお祝い金が届き、代表して白寿の入居者様に、一之瀬施設長よりお渡しすることができました。節目のお祝いの皆さんもお化粧をして、参加され、ユニット職員も全員で参加し、祝福させて頂きました。



### ☆ グループホームかりんユニット敬老会 ☆

例年、複合施設全体で合同敬老会を行いますが、今年はコロナ禍で各ユニットでの開催となりました。9月15日にお寿司を買ってきて昼食に会食し、おやつには職員がフルーツゼリーを作り、寄書きを書き、皆さんにプレゼントしました。「昔は敬老の日は9月15日だったのに、違う日が敬老の日になったんだよね・・・」等、昔を懐かしむ言葉に会話が弾んだ1日となりました。



(野明)



## 手作りおやつ～フレンチトースト作り～



今月の手作りおやつはフレンチトースト作りでした。ご利用者様同士でお互いに声を掛けあいながら作られていました。フロア中に甘い香りが広がり、見た目もとても美味しそうに出来たと大満足なご様子でした。今日は楽しく美味しく出来たのでまたやりたいと皆さまお話をされていました。(林)



## <爪にも保湿を！>

☞手洗いや手指消毒をすることが多い今、手荒れが気になる方もいらっしゃるでしょう。また、秋から冬にかけてのこれからの時季は乾燥する季節ですので、指先がさらにカサつきますね。指先が乾燥している時は、爪も一緒に乾燥しています。

爪が乾燥すると……

- ・縦すじが増える
- ・割れたり、かけやすくなる
- ・爪先がはがれる二枚爪になりやすい
- ・ささくれができやすい
- ・爪切りの時、ヒビが入りやすい



二枚爪



縦すじ

などのトラブルが起こりやすくなりますので、保湿を心がけることが大切です。

☞ハンドクリームや保湿ローションなどをつける時に、爪や爪周りにもよく塗り込みながら、爪の根元をマッサージしてあげると、乾燥予防になり、血行もよくなります。

手洗いや消毒した後、こまめに保湿できればいいのですが、無理な場合は夜寝る前に念入りなお手入れを心がけてはいかがでしょうか。

クリームやキューティクルオイルを多めにつけて、テレビを見ながら自分の手を労ったり、お話ししながらご家族の手をマッサージしたり。リラックスしながら爪への保湿。

お試しください。

(宮坂)



## 脳トレ～書写初体験

今月から脳トレの時間を使い「書写」の体験を行いました。ご利用者様に書写の目的を伝え、言葉の意味、また一人一人が感じた気持ちを文字にして頂きました。難しいと言っていた方も詩の意味を通じて「なるほどね」「こんな意味が…」など様々な声が聴かれ書写の面白さを知って頂く良い機会が出来ました。  
(松川)



## 秋のオリジナルキャンドル



アロマの職員とご利用者様でアロマキャンドル作りを行いました。今回は火を付けずに香りを楽しむことができる「アロマワックスバー」作りを行いました。火を使わなくても香るキャンドルとして人気のアロマワックスバーは置いておくだけで良い香りがするので、引き出しやクローゼットに入れて、香り袋のように自由な使い方も楽しめます。ご利用者に好きな匂いを選んで頂き、秋の飾りをのせて自分好みの作品を作られていました。完成した作品をととても気に入って頂き、「家に飾ります」と喜んで話されていました。  
(松川)



## 編集後記

今年も残すところ2ヶ月を切りだんだん朝夕の気温が低くなり、気候が秋に移って来ました。紅葉などの秋らしさも感じる事が出来ています。ですが、冬まであと少し。冬にむけて車のタイヤを変えたり、スノーボードの板の整備などいろいろ準備をしないとイケないなと思いはじめています。去年は雪が少なかったのですが、今年は適度に雪が降ってウィンタースポーツも楽しみたいですが、「雪かきは少ない」そんな冬になって欲しいと思います。これから、ますます冷え込んできますので体調管理にお気を付け下さい。  
(林)