

手作りおやつ たこ焼き

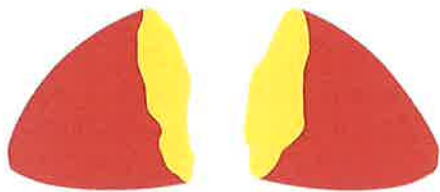
10月の手作りおやつでは、たこ焼き作りを行いました。最初は「いいよ。」と遠慮されていたご利用者様も、いざ始まると率先して手伝って下さりました。「出来ないよ。」と言われたご利用者様は、たこ焼きをひっくり返すのがとても上手でした。

タコの代わりにツナ缶を使用しましたが、「美味しい。」と好評でした。普段とは違うご利用者様の一面が見られた楽しいおやつ作りになりました。
(中村)



さつまいも収穫祭 ～デイサービスセンターうららか～

今年も収穫の季節が来ました。昨年はモグラに食べられてしまい、欠けたさつまいもばかりでしたが、今年は食べられることなくきれいなさつまいもが、沢山収穫できました。ご利用者様も引き抜くのが大変でしたが、ずっしりと大きいさつまいもに思わず笑みがこぼれていました。これから、大学いもやさつまいもご飯等作って楽しみたいです。(上原)



かりんの里複合福祉施設

☆ 特養あざみユニット紹介 ☆

特養あざみユニットでは、百歳を超えるご長寿の方が2名(103歳・101歳)います。現状大きなお祝い行事が開催できないので表彰状を贈らせて頂きました。戦時から厳しい時代に生きてこられたご利用者様のお話には、多くのことを学ばせて頂いております。今も大変な時代になっていますが、皆様が体験してこられた【忍耐】が必要なのだとつくづく実感しました。

ユニットに松茸の寄贈を頂きました。この松茸でお祝いの食事を作る予定です。お祝い膳で、皆様に感謝の気持ちをお伝えしたいと思っています。(柿沼)



敬老の日お祝い

敬老の日を健やかに迎えられ、心からお祝い申し上げます。先日、国・県・市から届いた賞状を代表して贈呈させていただきました。皆様とても明るくお元気で、戦争の時代を生き抜いてきた底力を感じました。職員一同、ご利用者様の明るい笑顔に励まされ、毎日のように元気を頂いています。3事業所の職員一同、感謝の気持ちでいっぱいです。これから冬に向かって日に日に寒くなっていきますが、体調管理をしっかりとし、風邪をひかないようにご長寿パワーで乗り切っていきましょう。(一之瀬)





入浴イベント



ご利用者様にいつもと違う特別なお風呂を体験していただきたいと思い、10月10日～10月17日まで入浴イベントを実施しました。選べる入浴剤として「長野県 五色の湯、青森県 猿倉の湯、群馬県 桜山の湯、秋田県 乳頭の湯」を用意し、好きな種類をご利用者様に選んでいただき、浴槽に入れました。さらに、シャンプーとボディーソープも普段と違う物を洗髪、洗身に使用しました。

ご利用者様から、「良い香りがする！とても温まるよ！」等の感想が聞かれ、リラックスしながら入浴されました。
(小池)

掛け湯

シャンプー、ボディーソープ

バスロマン プレミアム
モイストスキンケア

ツバキ プレミアムシャンプー
ハダカラ フレッシュフローラルの香り



気軽に始めるアロマセラピー



「アロマセラピー」というと、「いい香りに癒される」というイメージを持っている方が多いと思いますが、アロマセラピーでは使用する精油によって様々な効果があります。

「ティートリー」「ユーカリ」「ラベンダー」「レモングラス」などの抗菌作用があるとされている精油は、これからの季節にオススメです。精油の使い方はいくつかありますが、芳香浴なら1本の精油とティッシュペーパーさえあればどこでも簡単に始められます。(芳香浴とは空気中に精油を拡散させて鼻から香りを吸い込む、もっとも基本的な楽しみ方です。)

ティッシュペーパーに精油を1～3滴落とし、枕元や机に置いたり、カバンに入れて持ち歩くことも出来ます。また、日本で古くから伝わるヒノキ風呂やゆず湯、みかん湯、よもぎ湯なども馴染みのあるアロマセラピーのひとつです。精油をお持ちでない方でも香りと効果を楽しむことが出来ます。



《精油を安全に使うための注意点》

- ・精油は植物から抽出した100%天然の物です。
(ポプリや合成香料など精油によく似た商品に注意して下さい)
- ・原液を直接皮膚に塗らないようにしましょう。(皮膚についた場合は大量の水で洗い流しましょう)
- ・精油は引火の可能性があるので、火気に注意しましょう。
- ・敏感な体質の方、アレルギー体質の方、既往症のある方は特に、香りに反応しやすい場合もあります。
不快感や異変を感じた時は使用を中止しましょう。

デイサービスセンターあおぞら

あおぞらでは、8月末にA様の106歳のお誕生祝いの会を開催しました。A様は、大正4年生まれの満106歳、奥様は大正8年生まれの満102歳、ご夫婦そろってあおぞらに通われています。戦争を経験されてきたお二人ですが、苦勞してきたことを感じさせず、いつも笑顔で元気に過ごされています。A様に長寿の秘訣をお聞きすると「風呂上がりの体操！」と、教えてくださいました。(あおぞらでは他の人の邪魔になるからと、トイレにこもって体操をしておられます。)時には、職員とかけっこも・・・お二人はあおぞらの宝です。

当面の目標は、来年開催される七年に一度の御柱祭に参加することだそうです。(山田)



安全・健康お守りキーホルダー作成

デイケアでは今月お守り作成を行いました。唐辛子は魔よけ、ナスには物事が上手くいく・成功するなどの意味がありお守りとして相性は最高でした。ご利用者様は作り終えたキーホルダーをカバン、杖などに付け喜ばれていました。今後も形に残る物の作成を行っていきたいと思います。

(松川)



アロマモバイル制作

今回のアロマでの作品はお部屋などに飾れるおしゃれなモバイルの作成を行いました。皆様好きな香りを決めて可愛い形の切り抜きに自分好みの香りをつけて各自で隣のご利用者様に香りを嗅いで貰っていました。

見た事のない飾りに少し戸惑いはありましたが、ご利用者様は出来上がった作品に満足されていました。

(松川)



編集後記

北海道では10月に初雪が降り、長野県でも志賀高原で昨年同様10月17日に初雪が降った様です。いよいよ、冬到来ですね。

冬が来て一番気になるのは、雪の降る量です。毎年々ドキドキしながら過ごしています。昨年は大雪になるのでは？との予想を裏切り近年になく雪が降りませんでした・・・。

今年の冬も寒くても、雪は少ない方がいいですね。

(小澤)