

2020年度 年間行事・イベントの予定 ※新型コロナウイルス感染予防対策のため、予定が変更となる場合があります。

デイサービス	ショートステイ	
2月 節分 3月 お茶会 【毎月実施しているクラブ活動】 陶芸・おやつ作り・茶道・ みんなの厨房(料理)・生け花・ ストレッチ体操・園芸	2月 2日(火) 節分 2月 14日(日) バレンタインデー 3月 3日(水) 雛祭り 3月 14日(日) ホワイトデー	◆居酒屋 第4週 金曜日 ◆喫茶店 第3週 金曜日 ◆はんどめいどクラブ(手芸) 第4週 火曜日 ◆理美容 第1週 月曜日 第4週 火曜日 ※事前にご予約が必要です。

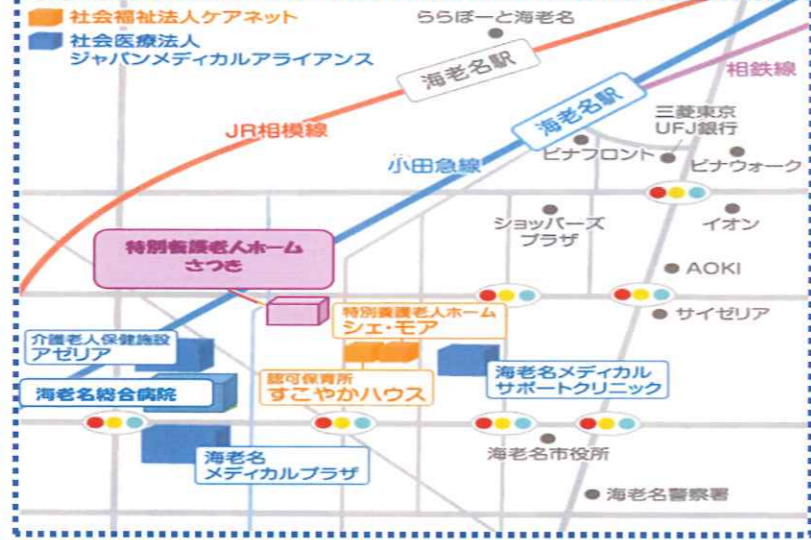
高めよう! 免疫力 今回のワンポイントアドバイスは「免疫力」についてです。

冬は体が冷えやすく、体温が下がりがちになることから、免疫細胞の働きが低下して免疫機能が下がると言われています。これは体温が下がると、腸の働きが停滞することが要因とされています。年を重ねると、運動量が減ることで筋力も低下し、これに寒さも加わるため、便秘になりがちです。冬はより意識して、①～③を心掛けながら過ごしましょう。

- ① 温かい食べ物をよく噛んで食べる。
- ② 適度な運動をする。(座りながらできる足踏み体操もおススメです。)
- ③ 生活のリズムを整える。(たっぷり睡眠をとりつつ、起床時間は一定に保ちましょう。)

【編集後記】
 夜ひとり 空をただ ぼーっと眺めるのが好きです。夜空に浮かぶ雲も、色々な表情を見せてくれる月も、いつも変わらぬ北極星も、きらめく星たちも、何も考えず、ただ眺めるのが好きです・・・
 空気の透明度が増し、星がきれいに見えるこの時期、夜空を見上げてみては如何ですか。
 (0)

さつき 使命 「第二のわが家」
 さ さつきらしいまごころと 確かな信念を持ち
 つ 積み重ねてきた 時間と共に
 き 気持ちに寄り添い ともに歩みます



社会福祉法人 ケアネット
 特別養護 老人ホーム さつき
 〒243-0433 海老名市河原口 1383
 TEL046-232-1318
 ホームページ <http://www.carenet.or.jp/satsuki>

発行責任者：小林 由貴子
 編集：さつき 広報委員会

社会福祉法人ケアネット 特別養護老人ホームさつき

さつき まごころ通信 第19号

新年あけましておめでとうございます。
 旧年中は、特別養護老人ホームさつきに温かいご支援とご協力を頂き、心より御礼と感謝を申し上げます。
 昨年は、新型コロナウイルス感染症の拡大により、政府から緊急事態宣言が発令され、当施設でも面会制限や消毒作業など、通常とは異なる対応が必要となり、皆様や職員にとって心身ともに負担の大きい一年となりました。
 今年の干支は「丑」です。「丑」は古くから酪農や農業で人々を助けてくれる大切な存在で、大変な農業を地道に最後まで手伝ってくれる様子から、丑年は「我慢(耐える)」や「これから発展する前触れ(芽が出る)」を表す年と言われています。結果を求める時期ではなく、結果につながる道をコツコツと積み上げていく時期とされているようです。困難な日々が続いておりましたが、地道な努力と創意工夫を重ね、精進していきたいと考えております。
 さつきは昨年12月8日で開設18年目に入り、海老名市は本年11月1日に市政施行50周年を迎える記念の年です。非常に厳しい状況が続いておりますが、3年ぶりに行われる介護報酬改定への的確な取り組みを実施し、感染症や災害への対応力の強化や、住み慣れた地域で安心して暮らしていける地域包括ケアシステムのさらなる推進など、多様な課題に対応して参る所存です。
 皆様には、ご不便、ご心配をおかけしておりますが、感染防止と安全確保の為、引き続きのご理解、ご協力のほど、宜しくお願ひ申し上げます。
 年頭にあたり、旧年中のご厚志に深く感謝すると共に、新しい年も引き続きご支援ご鞭撻のほど、宜しくお願ひいたします。
 社会福祉法人 ケアネット
 特別養護老人ホーム さつき
 施設長 小林 由貴子

健康支援科紹介

「さつき健康支援科」では海老名メディカルプラザ・海老名総合病院と情報を共有することで、受診時の情報提供・診察結果の伝達などがスムーズに行えるようになっています。
 また定期往診は海老名メディカルプラザ所属の内科医師が行っており、診察・処方・検査・受診・看取り対応など様々な面で上記2施設と連携して業務を進めています。

私たち「さつき健康支援科」では、他職種のスタッフと情報を共有し常に連携を図ることで、皆様の疾病予防をしております。
 また、体調の変化を見逃さず、早期の治療・回復につなげられるよう日々努力しております。
 皆様おひとりおひとりが、その人らしく健やかな日々を送れるよう、看護の視点でサポートさせていただきますので、なにとぞ宜しくお願いいたします。
 ご利用をお待ちしております♪

★お困りの方いらっしゃいませんか？

- ・血糖の測定が必要な方
- ・インスリン使用中の方
- ・胃ろうからの栄養を行っている方
- ・人工肛門を造設している方
- ・痰の吸引が必要な方
- ・床ずれなどで創の処置が必要な方

ご入居・ショートステイのご利用も可能です!!
 ※ただし、状況・状態によっては、ご利用が難しい場合もございますので、お問い合わせください。

クリスマス会

今回はイベントの紹介をします♡

新年会

入居・ショートステイ・
デイサービス・・・
それぞれ工夫を凝らし楽しい
クリスマス会が開催されました♡



クリスマスケーキも
様々ですが、
どれも美味しそう♡



職員手作りの「皀月神社」が完成しました♡
コロナ禍ですが、初詣の気分を味わって
いただきたいと思い作成しました。
「今年も健康で暮らせますように・・・」



職員による
マジックショー♡

