

デイサービス

- 2023年
 8月 お祭り
 9月 敬老会
 10月 演奏とお茶会
 11月 運動会
 12月 クリスマス会
 2024年
 1月 新年会
 2月 豆まきと劇
 3月 お花見

- 【毎月実施しているクラブ活動】
 ・陶芸 ・料理 ・茶道 ・書道
 ・園芸 ・音楽クラブ ・ほっとカフェ
 ・スポーツクラブ ・お持ち帰りクラブ

ショートステイ

- | | |
|-------------------|--------------------|
| 2023年 | 2024年 |
| 8月 9日(水) さつき祭り | 1月 4日(木) 新年会① |
| 8月 24日(木) 花火大会 | 1月 18日(木) 新年会② |
| 9月 9日(土) 重陽の節句 | 2月 3日(土) 節分 |
| 9月 18日(月) 敬老会 | 2月 14日(水) バレンタインデー |
| 10月 6日(金) 運動会 | 3月 3日(日) ひな祭り |
| 10月 31日(火) ハロウィン | 3月 14日(火) ホワイトデー |
| 11月 19日(日) 秋の味覚 | |
| 12月 20日(水) 柚子湯 | |
| 12月 21日(木) 柚子湯 | |
| 12月 22日(金) 柚子湯 | |
| 12月 24日(日) クリスマス会 | |

- ◆はんどめいどクラブ(手芸)
第1週 金曜日
- ◆喫茶店 第3週 金曜日
- ◆居酒屋 第4週 金曜日
- ◆理美容 第1週 月曜日
※事前にご予約が必要です。

【編集後記】マルチタスクに追われ、忙しい日々、そして様々なプレッシャーに戦っている現代人。最近よく耳にするマインドフルネス。マインド(こころ)、フル(満ちる)、ネス(状態)と意味をします。呼吸の質が良くなると心身の状態も整えられます。一日の中で落ち着く場所にあぐらの姿勢で座ります。目を軽く閉じ、鼻から吸って。。。鼻からゆっくり吐きます。。。ココロおだやかに。過去や将来の不安からはなれ「今ここ」だけに意識を定めます。当然ながら雑念というのが頭に浮かんできます。その際はジャッジをせずありのままを受け入れ、ココロ中に「今ここ」をつぶやいて呼吸に意識を戻す。まずは3分間を続けて慣れてきたら時間を伸ばします。習慣的にやる事で集中力アップやストレス軽減等の役に立ちます。今日一日さわやかな気持ちに過ごされますように。ナマステ (T)

熱中症対策

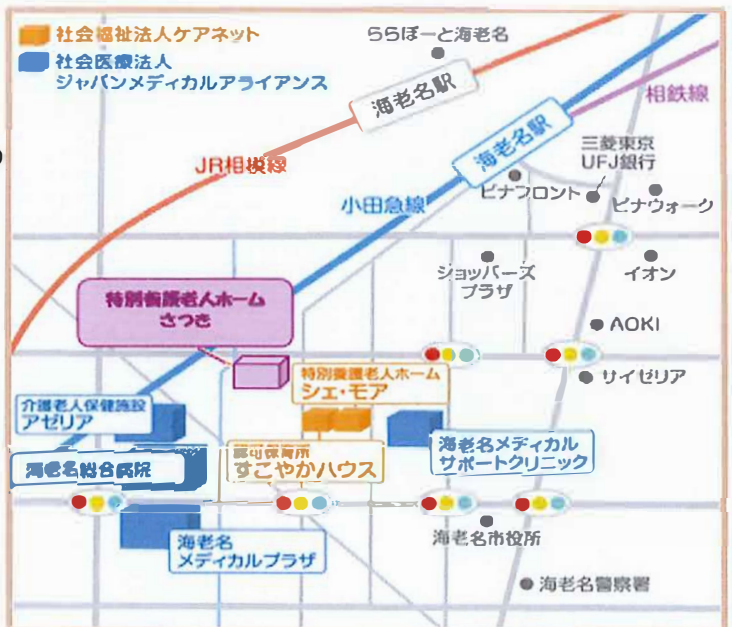
年々暑くなり熱中症で運ばれる件数が増えてきています。総務省の調べによりますと、令和4年度7月に運ばれた件数は27,209件にもおよびました。熱中症にならないように予防策をご紹介します。
 ・こまめに水分補給をしましょう。(スポーツドリンクや麦茶が好ましい)
 ・直射日光を避け、帽子や日傘をしましょう。
 ・頭痛やめまいを感じたら冷たい物で太い血管が通っている(首元、脇、足の付け根)を冷やしましょう。
 OS-1を飲まれる際は一気に飲むのではなく、少しずつ飲む事をおすすめします。塩分が多く入っている為、既往歴に高血圧がある方は主治医に相談してみましょう。

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 TEL 046-232-1318 (お電話でも受付しております。)
 発行責任者: 小林 由貴子 編集: 広報委員会(佐藤北斗・黒澤恵子・水越亨・田辺グレースモンカーダ)

ケアネット さつき

求人情報や施設見学等、お問い合わせはホームページへ





さつき 使命 「第二のわが家」
 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 とともに歩みます

さつきまごころ通信 第29号

大暑の候、時下ますますご清栄のこととお喜び申し上げます。日頃は当施設の運営に深い理解とご協力を賜りありがとうございます。新型コロナウイルス感染症が確認されてから3年以上が経過し、感染拡大から人々の暮らしを守るため「一人ひとりの基本的感染対策」、「日常生活を営む上での基本的生活様式」、「日常生活の各場面別の生活様式」、「働き方の新しいスタイル」といった「新しい生活様式」が厚生労働省から推奨されています。日々の生活やサービス提供におきましても状況に応じて実践している内容です。このように以前のような生活が困難な中では、やはり気分転換やリフレッシュは生活の中でも大切な要素と感じております。



ケアマネジメント科 主任
千葉 恵里香

施設内でも感染対策をとりながら、ご利用様が楽しめるようなイベントやプログラムの開催、体操や日光浴等を工夫しながら実施しております。中でも身体を動かすことはリハビリ効果やストレス解消につながるとされているため、意識して生活の中に取り入れていきたいものです。まだまだ暑い日が続きますので皆様におかれましては、体調を崩されませんようにご自愛の程お祈り申し上げます。

第20回 さつき祭り

デイサービス、入居、各フロアずつ
 8月より順に開催いたします。
 ご利用者様に限定した開催となりますが
 皆様に楽しんで頂ける企画を考えております!

皆様のご理解・ご協力に感謝申し上げます。

新型コロナウイルス感染症の感染対策として、入居者様との居室での面会を中止しておりましたが、無事に再開することが出来ました。今後の状況に応じて、対応を変更する可能性もございますが、引き続き感染対策に努めてまいります。



デイサービス リコーダー演奏会

5月にデイルームでリコーダー演奏会を開催しました。職員は発表会に向け、練習を重ねました。富士の山、かたつむり、聖者の行進、エーデルワイス等計14曲の演奏が行われました。リコーダーだけではなく、オカリナの演奏も。馴染みのある曲は、皆様も一緒に口ずさみながら、盛り上がりいただけました。好きな曲のリクエストがありましたら教えてください！



ショートステイでお待ちしております！

私たちショートステイ職員はご利用者様に新しい雰囲気を感じて頂ける様、季節ごとの飾り付けにも力を入れています。今回は海をテーマに紙風船で作成した魚をメインに夏っぽい飾り付けをしています。お食事やデザート行事の際も味はもちろんのこと、見た目も華やかに楽しんで頂ける様、職員同士意見を出し合い、工夫をしています！



梅ジュース・ゼリー

漬けた梅シロップで、ジュースとゼリーを作りました。梅と氷砂糖だけでも作れますが、発酵防止にお酢も入れてあります。職員は初挑戦でしたが、入居者様はとて詳しく、作り方を教えて下さいました。美味しくできました！



JMAより

大きな胡蝶蘭を6鉢頂きました。各フロアに飾り、皆で楽しませていただきました。



海老名市

JAさがみ様よりレタスとトマトを頂きました。とても新鮮で美味しかったです。



海老名市地域婦人団体連絡協議会様より雑巾の寄付を頂きました。いつもありがとうございます。



オムツ研修を開催しました！

株式会社 光洋様をお招きし、施設内オムツ研修を開催しました。オムツ類の性能、交換の手順、職員の悩みや質問に対して、細かいポイントまで教えていただきました。拘縮がある方や、身体に合わせた支援方法などベテラン職員も、新たに学ぶことが多く勉強になりました。自分が行っている支援技術が適切であるかどうか、見直す機会を定期的に作ることは重要です。着け心地が良いオムツ交換で、ご利用者様に安心していただける様に、今回参加できなかった職員へも学びをつなげていきます。



SGクラブをご紹介します！

さつきガーデニングクラブです。グリーンカーテンが流行した2010年に、初代施設長と結成し、全ユニットのベランダにネットを張りました。施設入り口の街路樹(けやき)は当時の入居者様と一緒に植樹しました。毎年5月頃からプランターの土を替え、ゴーヤ・きゅうり・朝顔を育てています。暑い時期には水やりがとても大切です。実の収穫ができた時や、作業が終わった後に飲む冷たい飲み物が最高です。今年も立派に育ちました！



写真 左:生活支援科 島崎秀子
右:生活支援科 佐々木浩子