

デイサービス

2025年
2月 豆まき

【毎月実施しているクラブ活動】

- ・陶芸
- ・茶道
- ・園芸
- ・ほっとカフェ
- ・はんどめいど
- ・テーブルゲーム
- ・カラオケ
- ・写経
- ・書道
- ・音楽クラブ
- ・スポーツクラブ
- ・サロン
- ・麻雀

ショートステイ

2025年
2月 3日(月) 節分
2月 14日(金) バレンタインデー
3月 3日(月) ひな祭り
3月 14日(金) ホワイトデー

◆喫茶店 第3週 火曜日
◆居酒屋 第4週 火曜日

◆理美容
※10月より理美容は下記の通り変更となりました。
第2週 月曜日 AM
第4週 水曜日 AM
事前にご予約が必要です。



【編集後記】

巳年。蛇の話。嫌いな方も多いが私は爬虫類が好き。世界には約3,000種類以上の蛇が存在、日本には約40種類生息している。世界最長のバイソンは10m越え、最重量のアナコンダは200kg越え、人間100人分の致死量の毒を一噛みで出す最強の毒蛇タイパン、抗毒血清の製造に使用される最高価なインドコブラ、作物に害を及ぼすネズミなどを食べる日本の代表 無毒なアオダイショウ。人も蛇もそれぞれ。沖縄で会えた白黒の縞模様のウミヘビは華奢で美しかった。私のお気に入り。(S)

デイサービスの陶芸クラブで作製した今年の干支「巳」です！今年も色々な作品を作ります。



介護福祉士国家試験(第37回)が2025年1月26日(日)実施されます。さつきでは試験合格に向けた勉強会を開催しています。働きながら一人きりで勉強に励むのは難しいこともあります。仲間と一緒に情報交換しながら、講師がいる環境で研修を行っています。受験者を応援しています。

さつきまごころ通信

第35号

新年あけましておめでとうございます。新年のお喜びを申し上げますとともに、日頃から当施設の運営に温かいご理解とご協力をいただき、心より厚く御礼申し上げます。2025年の干支は「乙巳(きのとみ)」です。「乙巳」は「変革」や「新たな始まり」を象徴する特別な年と言われています。過去の巳年を振り返ってみますと、12年前の2013年は安倍政権のアベノミクスが開始し、景気回復のムードが高まりました。24年前の2001年は第一次小泉内閣が発足し、皇室に愛子様が誕生しました。36年前の1989年は昭和天皇がご逝去し、「平成」という新たな時代へと移行しました。このようにみると、巳年は困難を乗り越えて新たな段階へ進む年であると言えるかもしれません。



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

当施設におきましても、新しい考え方や方法を積極的に取り入れ、変化し続ける地域情勢、介護業界に対応し、多くの成長と変革を遂げられるよう、職員一同、誠心誠意努めてまいりますと考えております。末筆ながら、皆様のご多幸とご健康をお祈りし、新年のご挨拶とさせていただきます。本年も、どうぞよろしくお願い申し上げます。

習慣的な運動をしよう 運動習慣がある職員にインタビューしました！

身体を動かすことが好きな方、苦手な方、やりたいけど時間が取れない方、どんな方にとっても、習慣的な運動は健康に効果的です。自分に合ったペースで軽い運動から開始し、運動習慣＝「1回30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している」を目指しましょう。

デイサービス 機能訓練指導員 進藤大靖さん

ジムでウエイトトレーニングに取り組んでいます。身体が細かったことをきっかけに、怪我をしないよう注意しながら1時間ほどを週2回の頻度で通っています。

生活支援科 デイサービス 須田千晴さん

自宅からさつきまでの週4回の通勤は25分ほどの距離を歩いています。普段から歩きを心がけています。フルマラソン42.195kmを完走したこともあります！

生活支援科 入居2丁目4番地 佐々木浩子さん

週2回勤務後にプールに通いウォーキング用プールで逆流に逆らいながら10周ほど歩いています。終わったらジャグジーで身体をほぐせるので気持ちいいです。格好いい水着もお気に入りです。

生活支援科 ショートステイ 木島桜子さん

息子がやっている畑の手伝いに行っています。通年のものと季節の野菜を作っています。畑作業は全身の運動になります。育った野菜は可愛く思えて楽しいです。

始めやすい運動メニュー

- ウォーキング:1日20~30分を目安に心肺機能が向上し、カロリーも消費できます
- ストレッチ:体全体の筋肉をゆっくり伸ばす5~10分間かけて、肩、腰、脚などを伸ばしましょう
- 座ったままでできる運動メニュー 脚の上げ伸ばし、両肩回し、首・手首・足首を回す10回ずつを目安に行くと血流も増加します

Point 続けやすくするための工夫

- ①お気に入りの音楽を聴きながら
- ②小さな目標を設定し達成感を味わう
- ③少し遠回りして歩くなど、日常生活に組み込む
- ④仲間や家族と一緒に取り組む
- ⑤好きな選手やメーカーの用品を使ってみる

社会福祉法人ケアネット 特別養護老人ホーム さつき

〒243-0432 海老名市中央4-15-1 (住所の表記が変更となりました) TEL 046-232-1318
発行責任者: 小林 由貴子 編集: 広報委員会(佐藤北斗・作山周平・竹本一貴・黒澤恵子)

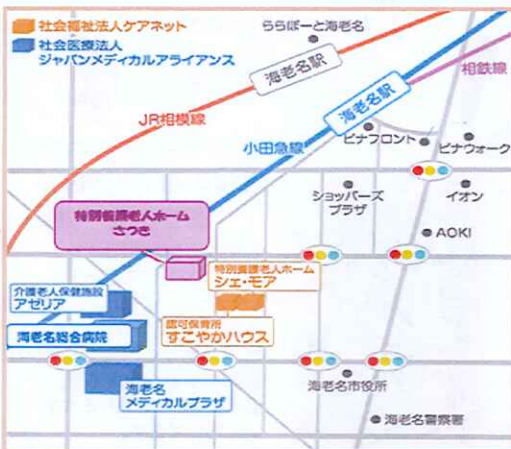
ケアネット さつき



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 ともに歩みます



ライブクッキング ~バナナホイップクレープ作り~

栄養科では皆様の目の前でクレープを作る、ライブクッキング企画を開催しました。普段皆様が過ごされるフロアで各工程を見守られながら、コーヒーと一緒に出来立てを召し上がっていただきました。甘い香りが漂ったり、生地が破けないか焼き加減を気にしたりと、ライブならではの楽しみを感じて頂けた様子でした。次は何を作りましょうか。

感染症予防&嘔吐物処理研修

いざという時に備えて...

インフルエンザやノロウイルス、コロナウイルスなどの流行期に入りました。感染すると嘔吐や下痢を発症することがあります。突然の出来事にも冷静・安全・正確に対応できるよう感染を広げない手順の確認や、消毒薬(次亜塩素酸ナトリウム)の扱い方等、実際の装備を身につけながら練習を行いました。若手・ベテラン分け隔てなく、研修を通じスキルアップを図っています。感染しないよう自分の身を守る為にも、定期的な復習を行っています。

居酒屋 さっちゃん

【一例】・大根の煮つけ
・マグロのお刺身

「居酒屋さっちゃん」は毎月第4火曜日に開催しております。定番のものから、季節の食材を使ったメニューなど、楽しんで頂けるよう工夫をしています。飲める方へのお酒の提供もあり、ノンアルコールのドリンクもご用意しております。お刺身はお好きな方が多く人気です。

デイサービス 活動発表展のお知らせ

会場:海老名市役所 1階 エントランスホール
期間:2025年2月10日(月)~2025年2月28日(金)

市内を中心とした事業所で発足した「えびなデイ連絡会」が主催のデイサービス・デイケア活動発表会に今年もさつきが出展します。利用者様の日ごろの活動を発表することでやりがいを感じられることを目的にスタートした展示会。利用者様が手掛けた貼り絵や工作などの作品が展示されます。左の写真は昨年の様子です。

今年は「花」をテーマに、ビビッドな色彩多く取り入れながら利用者様と一緒に作成し、展示に向けた準備をしてきました。お近くの方はぜひお立ち寄りください♪

心も身体も健やかに

協力機関、ボランティア様のご紹介です

施設での生活の中で、様々な理由で受診・外出が難しい場合でも、さつきでは施設内で定期的にサービスが受けられます。多くの方が利用されており、「自分では行けないな」、「連れて行ってあげられないな」と思われるご本人様、ご家族様の心配も解消です。髪を切ってすっきりする、口の中の悩みを相談できる、レクリエーションで盛り上がる、そんなホッとできる日常を続けていけるよう、サポートしてまいります。

座間 訪問歯科 JMA座間総合病院

訪問診療で口腔ケアを通じて、肺炎などの合併症予防のほかに、専門的な治療やケアで口のお困りごとに対応しています。

海老名 訪問歯科 ベル歯科医院

実際のご様子です。お部屋に伺い、入れ歯の修理や作製、ご自身やご家族でのケアが困難な方へ、歯科衛生士が口腔ケアとアドバイス、歯周病やむし歯を治療します。

訪問理美容 (有)グットケア

「走る美容室」荷台が美容室となっている特殊車両がさつきに月二回来訪し、事前に申し込んだ方のヘアカット、カラー、髭剃り等を施行しています。昇降機があるので、車椅子のまま施術が可能です。

ボランティアの皆様

今回ご紹介させていただく方の他にも、演奏会、ダンス、お琴、紙芝居、書道、織り物等、たくさんのボランティア様に支えられています。いつも、本当にありがとうございます。

フルーツ演奏 永沼 一四 様

繊細で透明感のある音色が際立ち、楽曲を表情を豊かに演奏されています。そよ風や鳥のさえずりの様な軽やかな演奏がとても印象的で、参加者様も魅了されています。

昭和の歌声広場 橋本 徳一 様

昔懐かし昭和歌謡やフォークソングを歌ってくださっています。イントロが流れると歌詞を見なくても自然と歌われる参加者も多く、温かい歌声で楽しませていただいています。

サクソ演奏 下之段 隆登 様

音域が広く、様々な音色を出す事が出来るサクソ。優しい柔らかさ、迫力のある力強さの両方を兼ね備えた素敵な音色で、魅力的な演奏に圧倒されます。