

幸寿園だより

令和8年

No.314

1月号

発行 / 介護老人保健施設 グリーンヒル幸寿園 西松浦郡有田町南原甲678-1 ☎0955-41-1070



2026年度 新年の御挨拶

明けましておめでとうございます。

一昨年は元旦早々から能登半島に大きな地震が起きました。被災地では復興への工事が進められていますが、今なおその傷跡が各所に残っています。

それに比べ、今年は穏やかなスタートが切れたと思ったら、思いもかけないアメリカのベネズエラに対する攻撃があり、ウクライナ情勢も予断を許さないという、またいろいろ不安定な年が始まりました。私としては何とか穏やかな年であってくれと祈るばかりです。

ところで昨年末から今年の初めにかけて、インフルエンザ流行のニュースは流れても、新型コロナウイルス感染症についてはほとんど情報を知ることができません。これは完全に新型コロナウイルス感染症が日常経験する疾患の一つとして認識されているから、よほどのことがない限り新しく取り上げないのだと思います。それでも私どもの幸寿園のような老健施設では一度中に入ってきたら入所されている皆様に甚大な被害を与えかねないので、今後も引き続き警戒をお願いしたいと思います。

私も幸寿園の施設長となって2年を過ぎ、この夏で早いもので3年目となります。その間皆さんを見て感じたことは、「皆さんのやる気」です。そしてそれに伴う「大きな成長」です。この数年間の新型コロナウイルス感染症の流行は多くの犠牲を与えましたが、その経験を糧に皆さんは大きく成長されています。

私も、今後もいろいろな職種の大勢のスタッフの皆さんと協力しながら、共に成長できればと考えています。どうぞよろしく願いいたします。



小嶋施設長

12月誕生会

12月生まれの誕生者の皆様、
おめでとうございます★

デイケア ご利用者様

松田 芳子様(89歳) 池田 廣利様(88歳)
古川 猛様(85歳) 佐々木 勝彦様(79歳)
佐野 明美様(65歳)



2F入所者様

池田 キミ子様(95歳)



3F入所者様

青井 廣直様(86歳)
中尾 幸則様(79歳)
吉永 和子様(76歳)
森 恵子様(57歳)



※ご本人様、ご家族様の確認のもと掲載をさせて頂いております。

手際はお見事!手作りのクレープでクリスマス会!

デイケア

デイケアではクリスマスらしいクレープ作りを行いました!生地作りからデコレーションまで皆様に挑戦していただきましたが、粉を混ぜる手際の良さはまさに「ベテランの技」。職員も惚れ惚れするほどでした。トッピングでは「クリームをもっと載せて」「フルーツもいい?」と会話も弾み、皆様とてもイキイキとした表情!自分たちで仕上げたクレープを頬張る姿は、満点の笑顔でした。今年は恥ずかしがり屋のサンタクロースから、こっそりプレゼントの用意が。代わりに職員から手渡しすると「わあ、嬉しい!」と大変喜んでいただけました。甘い香りと笑い声に包まれた、素敵なクリスマスの思い出になりました♡



元パティシエ★

プレゼントゲット!

本日のメニュー♪

プレゼントに
にっこり

おいし〜★

開店!「カクテルパーク」で特別ひとときを〜

2階

2階では、本格的な「カクテルパーク」をオープンしました!事前にメニューを選んでいただき、当日はドリンク引換券と交換。お一人ずつ目の前で心を込めてカクテル(ノンアルコール等)を作って提供しました。初めての試みに、皆様「何ができるのかな?」と興味津々。シェイカーを振る様子をじっと見守り、完成した一杯を手にした瞬間のキラキラした笑顔がとても印象的でした。まるで行きつけのバーにいるような、贅沢な気分を味わっていただけたようです。これからも、皆様の笑顔があふれる時間を大切にしていきます。

豪華!手作りのクリスマスケーキで乾杯

3階

12月のイベントは、クリスマスケーキのデコレーションを楽しみました!色とりどりの果物をこれでもかと盛り付けた贅沢な仕上がりに、皆さんの目もキラキラと輝きます★完成後はケーキを切り分け、シャンメリーで華やかに乾杯!「食べるのがもったいない」と言いつつも、自分たちで飾った特製ケーキの味は格別だったご様子。甘い幸せに包まれた、賑やかなクリスマスとなりました。



シャンメリーで乾杯

いい出来栄!

家族向け

見守りチェックポイント表

～手伝いすぎず、安全に見守るために～

在宅復帰後の生活では、「どこまで見守ればいいのか?」「手を出したほうがいいのか?」と迷う場面が多くあります。

このチェックポイント表は、「今は見守りで大丈夫か」「サポートが必要か」を判断する目安としてご活用ください。



1. 立ち上がり動作のチェック

- 椅子に深く座れている
- 立つ前に足がしっかり床についている
- 立ち上がり時にふらつきが少ない
- 立ったあと、すぐに姿勢が安定する

- ▶見守りOKの目安
声かけのみで立てている
- ▶サポートが必要なサイン
体が大きく前後に揺れる/立った直後にぐらつく



2. 歩行・移動時のチェック

- 歩き始めがスムーズ
- 歩幅が極端に小さくなっていない
- 途中で止まっても自分で立て直せる
- 周囲を見ながら歩いている

- ▶見守りOKの目安
横について歩いている
- ▶注意が必要なサイン
足が絡む/急に止まる/方向転換でふらつく

3. 方向転換のチェック(トイレ・室内)

- 足から動いて向きを変えている
- 体だけ先に回っていない
- ゆっくり動いている

- ▶見守りOKの目安
声かけで方向転換ができる
- ▶注意が必要なサイン
急に振り向く/バランスを崩す



4. 物を持つ・家事動作のチェック

- 軽い物なら安定して持てる
- 持ったまま立っていられる
- 物に気を取られてふらつかない

- ▶見守りOKの目安
軽い物+短い移動が可能
- ▶注意が必要なサイン
前かがみが強くなる/片足立ちになる

5. 家族の声かけチェック(とても大切)

- 「ゆっくりで大丈夫」と伝えている
- できた動きを言葉で褒めている
- 失敗しても急がせていない

- ▶おすすめの声かけ
「今の動き、安定してたね」
「家でもこれなら安心だね」

声かけは、
転倒予防と自信づくりの
両方につながります。



見守りの基本ルール



先に手を出さず、まず様子を見る
危ないと感じたら、すぐ支える
無理をさせず、その日はそこで終了

「できたこと」を基準に考える
のが、在宅生活を長く続ける
コツです。

リハビリスタッフより



このチェック表は、できない所を探すためのものではありません。
「今はここまでできている」「ここは少し注意が必要」
そんな確認を、ご家族と一緒に行動するためのものです。
気になる動きや不安があれば、いつでもリハビリスタッフに
ご相談ください。



理学療法士
濱本 龍之

🍴 栄養課より



12月9日 誕生会

- 赤飯 ● 天ぷら ● 白和え
- つみれ汁 ● フルーツ



12月24日 クリスマス

- バターライス ● クリスマスハンバーグ
- シーフードマリネ ● ミネストローネ ● フルーツ



12月31日 大晦日

- 年越しそば(海老天・かしわ)
- 菜飯 ● しらす和え ● フルーツ

出前講座 に行ってきました!

12月は山内町犬走地区の老人会にお邪魔させていただきました。

今回は「冬の入浴事故を防ぐ ~ヒートショック対策~」と題し、西田事務長よりお話をさせていただきました。冬場に起こりやすいヒートショックということで、とてもタイムリーな話題で参加された方も非常に熱心に聴かれており、講演後の質問も多々ありました。今後も幸寿園出前講座はどこでもまいりますので、お気軽にご相談ください!



第36回 全国介護老人保健施設大会 in 山口に参加してきました!

今回、生産性向上に向けた取り組みとして、当施設で実施している利用者の入浴介助について発表を行いました。日頃の業務を振り返り、取り組みの成果や課題を整理する貴重な機会となりました。

また、他施設の実践事例や工夫に触れることで、多くの学びと気づきを得ることができました。今回の経験を今後の業務改善に活かし、より安全で質の高いケアの提供につなげていきたいと思っております。



防災訓練

災害時の要介護者避難について訓練を行いました。今回は町の避難所である生涯学習センターから福祉避難所である幸寿園までの送迎ルートの確認、避難所と送迎車までの移動・乗車確認を行いました。いつ起こるか分からない災害等に皆さんも日頃から準備を怠らないようにしましょう!

地域との絆に感謝! 中部小学校の皆様から心温まるメッセージ♥

クリスマスに、一枚一枚に丁寧に書かれた励ましや優しい言葉に、利用者様も「元気になるね」「嬉しいね」と目を細めてじっくりと読み入っていました。子供たちの純粋な思いが詰まった贈り物は、何よりのクリスマスプレゼントとなりました。ありがとうございました。



編集後記

新年明けましておめでとうございます! 2026年と新しい年を迎えました!! 今年は、午年ですが60年に1度巡ってくる「丙午(ひのえうま)」の年です。丙午は、大きな飛躍や発展のチャンスが多いパワフルな年とされ、新しい挑戦や前進に最適なエネルギーに満ちているとされているそうです☆「やってみよう」と思ったことは、迷わず挑戦してみると充実した1年となるかもしれませんね!! (C.I)

謙仁会Facebook・Instagramにて随時情報発信中!!

グリーンヒル幸寿園ホームページより、お越し下さい
幸寿園ホームページ <https://kenjin-kai.com/koujiyuen/>



Facebook

左のQRコードからリンクへ移動するか、Facebookの検索画面で「グリーンヒル幸寿園」と入力して検索してください。



Instagram

左のQRコードからリンクへ移動するか、Instagramの検索画面で「グリーンヒル幸寿園」と入力して検索してください。