

幸寿園だより

令和8年

No.317

4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

【新年度の挨拶】

地域に寄り添い人生の最期まで支える幸寿園

地域の皆様、新年度を迎え大変お忙しい時期をお過ごしのことと存じます。この時期はいろんな会合で新体制となり、重要な役職を任される方も多いことと思います。不安な気持ちでいらっしゃる方も多いかと思いますが、逆に言いますと、それだけ地域における実績を積み上げてこられた方であるからこそその役職でもあります。地域にとって欠かせない人材、存在であると思っておりますので有田町の為に引き続き精進していただけることを願っております。

さて、幸寿園では今年度のスローガンとして、「地域に寄り添い人生の最期まで支える幸寿園」と題し、この一年間を乗り切っていこうと思えます。皆様方もご承知の通り、医療・介護の現場はどれも慢性的な人手不足で、外国人雇用も今では当たり前の時代となりました。また、それに加えて、この物価高による諸経費の高騰で、今非常に厳しい経営を迫られています。こうした厳しい状況をいかに乗り切っていくべきか私たちも知恵を振り絞って考え何とか前に進んでいきたいと思っています。

いま、幸寿園もそうですが、全国的にも介護施設で亡くられる方が増加しております。昔は病院で死ぬのが当たり前でしたが、いまは徐々にご自宅や施設で亡くられる方が増えてきています。これも国の政策誘導の一つではありますが、私は人生の最終段階において、外を見れば常に見慣れた風景がある、ご自身が育ったこの街で過ごしていただきたいと思っています。そして、その場所として幸寿園が選ばれると大変ありがたいと思う次第です。地域の皆様からそういう施設に選ばれるよう、これからも「地域に寄り添い人生の最期までしっかりと支える幸寿園」であり続けたいと思っておりますので、今後とも更なるご指導、ご鞭撻の程宜しくお願い申し上げます。



事務長
西田 智之



3月誕生会

3月生まれの誕生者の皆様、
おめでとうございます★

DCご利用者様

福田 英子様(101歳)	浦川 喜与美様(94歳)
葉 澄子様(94歳)	馬場 シマ子様(93歳)
秋山 輝義様(82歳)	高田 和則様(78歳)
田中 良文様(64歳)	



2F入所者様

川内 恒代様(93歳)
副島 久江様(95歳)
谷口 雅孝様(73歳)
西山 誠様(90歳)
原 トシエ様(90歳)
岩崎 順子様(76歳)



3F入所者様

林 武義様(78歳)
友永 シヅ様(103歳)
藤瀬 春子様(85歳)
中村 平二様(95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。

ディケア

3月はおやつレクとして、春らしく桜餅作りにも挑戦! あんこを丸めるところから、生地作りまでご利用者様と一緒に楽しく行うことが出来ました♡ あんこを丸めたり、生地をホットプレートで焼いたり、各テーブルで個性あふれる桜餅が出来上がりました☆ あまーいあんこもっちり米粉の生地は「美味し〜い♡」「ピンク色が可愛かね♡」とご利用者様にも好評でした😊 ご利用者様の素敵な笑顔を見ることが出来て職員一同とても嬉しかったです!!! また楽しいことをしていきましょう😊

春爛漫! 手作り桜餅でおやつレク



祝福と歌声に包まれて♪ 誕生会



2階

3月の誕生会では、誕生者の紹介とともに、お一人ずつ一言コメントをいただきました! 「この年になってもお祝いしてもらってありがたい」と喜びの声も聞かれました。その後は、ご入所様から歌のプレゼントが贈られ、アンコールの声が上がるほど大変盛り上がった誕生会となりました。



3階

3階では、プランター菜園で収穫したての小松菜を使い、ピザ作りを楽しみました! 生地に具材をふんだんに載せ、仕上げに「じゃこ」を散らしてアクセントに! ホットプレートからチーズの香りが漂うと、皆様の期待も最高潮! 普段は野菜が苦手な方も「これなら!」とおかわりされるほど、最高の味に仕上がりました。楽しみながら栄養を摂る、美味しい食育の時間となりました☆☆☆

自家製小松菜でワクワク! ピザパーティー



認知症予防は 今日からできる!

「最近もの忘れが増えたかも…」と感じることはありませんか？

年齢とともに多少のもの忘れは増えますが、生活習慣を整えることで認知症の予防につながると言われています。今日からできることを紹介します!



①人と話す

会話することで脳はたくさん働きます。

家族や友人、施設の職員や利用者さんと1日1回は会話することを意識しましょう。

②体を動かす

運動は脳の血流をよくします。散歩や体操など、無理のない運動を毎日続けることが大切です。

【おすすめ】

散歩 / ラジオ体操 / 椅子に座って足踏み

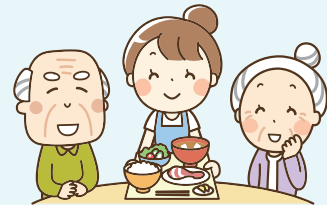


③バランスよく食べる

脳の働きには栄養が必要です。肉・魚・卵・野菜などをバランスよく食べることを意識しましょう。

【おすすめ】

魚 / 野菜 / 大豆製品



④新しいことをする

脳は「新しいこと」が大好きです。

【例えば】

新聞を読む / 計算問題 / 歌を歌う / 趣味を楽しむ



少し頭を使うことが脳の刺激になります。

【今日の脳トレ】

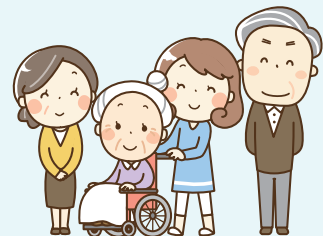
次の計算をしてみましょう!

① $100 - 7 =$

② $93 - 7 =$

③ $86 - 7 =$

このように7ずつ引いていきましょう!



★ポイント

「人と話す」「体を動かす」「よく食べる」

この3つを続けることが、元気な脳につながります!



理学療法士
小松 穂波

栄養課より



3月3日 ひな祭り

- ちらし寿司 ● たらねぎ味噌焼き
- 菜の花の胡麻和え ● 潮汁
- フルーツ
- おやつ)練り切り



3月26日 誕生会

- 赤飯 ● 天ぶら盛り合わせ
- 卵豆腐かにあんかけ
- ほうれん草の三杯酢
- 七種の清汁 ● フルーツ
- おやつ)いちごムースケーキ



資格取得者 紹介!!



本人からのコメント



介護福祉士に合格しました!

2年前の5月より西九州大学短期大学部 介護福祉コースで学んでいた、ミャンマー出身の留学生 ハンジン トウンさんが、見事介護福祉士に合格しました! 学校も無事卒業し、4月からは幸寿園の職員として新たな一歩を踏み出します。頑張ってください!



介護福祉士の勉強を通して、多くのことを学ことができました。先生方や先輩たちのおかげで安心して勉強に取り組むことができ、無事にやり遂げることができました。これからも学びを活かして頑張っていきたいです。



防災研修会

去る3月25日、「備蓄食」に関する勉強会を実施しました。施設内の非常食の種類や保管場所について説明が行われ、あわせて備蓄食品の試食も行いました。非常時に備え、食事や飲料水の確保はもちろんのこと、正しい知識を身につけることも大切です。今後も情報共有を行いながら、防災意識の向上に努めてまいります。



認知症サポーター養成講座

今回は大山小学校4年生を対象に、有田町地域包括支援センターなどと連携し認知症キッズサポーター養成講座を開催致しました。

大山小学校の4年生は元気で明るく、そして質問もありみんな熱心に取り組んでくれました!

この活動を通じ、1人でも多くの子供達が認知症を理解して、認知症になっても住みやすいまち“ありた”を目指し活動を続けていきたいと思います。



編集後記

幸寿園ではお花見ツアーを開催し、満開の桜に皆様「綺麗かね〜」と感激されています。春の楽しみはこれから本番!八重桜やシャクナゲを巡るツアーも計画中です。色鮮やかな季節を全身で感じながら、皆様と一緒にたくさん笑顔を送ります♪

(A・K)

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。