

ひろば

第219号
2016. 3. 1
横浜シルバープラザ

節分

こんにちは、昨年4月から横浜シルバープラザに入社した武士侯です。

早いもので2016年も一ヶ月が経ち、外には梅の花が満開になりかけています。2月になり、横浜シルバープラザでは、毎年恒例行事となっている「節分」の豆まきを行いました。豆まきといっても本当の豆を投げるのではなく、新聞紙をガムテープで丸めたものなのですが、準備の段階で「これを思い切り鬼に当てるんだ」と意気込んでいるご利用者様ばかりでした。

いざ当日になり、職員が変装した鬼が登場すると、笑顔で迎え入れてくれて、赤鬼・青鬼にめがけて元気よく「鬼は外〜！」と力強く投げつけてくる方や「鬼をやっている人は知ってる職員だから当てるのがかわいそう」と言っていて優しく投げつけてくれる方がいたり厄払いもできたことなどは福が来るのを待つのみです。「立春」が過ぎ、これから暖かい春に向かっていきます。暖冬の為、あまり寒さを感じることが少なかったと思いますが、気温の変化が激しい季節なので、体調には十分ご注意ください。また、花粉症の方も頑張って春を乗り切りましょう。

介護福祉士 武士侯 渉

支援相談室からのご案内

《感染症予防について》

三月になり、日によって寒暖の差が大きく、感染症への注意が引き続き必要となります。今後も、ご面会の際のマスクの着用とうがい、手洗いのご協力をお願いします。また体調不良の時は、ご面会を控えていただきますようお願い致します。

《介護教室について》

今回は「外出・外泊時に役立つ身体介助」というテーマで、施設の職員から介助方法を説明させていただきました。参加者の皆様に体験していただくことから、わからない事を質問していただく時間もあります。ぜひご参加下さい！

※日時：平成二十八年三月二十六日（土）

午後一時〜三時

※場所・申し込み：横浜シルバープラザ

《家族交流会について》

今春も、毎年恒例の家族交流会を予定しております。詳細が決まり次第、別途ご連絡させていただきます。

《支援相談室 新人紹介》

※市川智子（支援相談員）
「横浜生まれの横浜育ち」で、横浜ベイスターズのファンです。時々球場まで応援に行っています！相談員業務は初めてですが、皆様のお役に立てるよう頑張りますので、これからよろしくお願い致します。

衛生通信

ご利用者ご家族の皆様には日頃から感染症対策にご協力頂いておりますが、今月も引き続きご協力をお願い致します。効果的な手洗いの手順を掲載致しますので、参考にして頂ければと思います。

手洗いの手順

- 時計や指輪をはずしたのを確認する
- ひじから下を水でぬらす
- 手洗い石けんをつけて
- よく泡立てる
- 手のひらと甲（5回程度）
- 指の間、付け根（5回程度）
- 指先（5回程度）
- 手首（5回程度）
腕・ひじまで洗う
- 水で十分にすすぎ
- ペーパータオルでふく
（手指乾燥機で乾燥する）
タオル等の共用はしないこと

三月の行事食

●三月三日〜ひな祭り〜
昼食にちらし寿司、おやつもお雛祭りにちなんだものをご用意いたします。

●三月二十日〜春分〜
春のお彼岸にちなんで、おはぎをご用意致します。春も本番♪

来月の特別食のお知らせ

（2016年四月の特別メニュー）
♪和食のお弁当でお花見気分を♪
☆天ぷら盛り合わせ
☆季節の一品
☆お惣菜三種
★青豆ご飯
☆お吸い物
★甘味
（予定日：四月二日（土））
どうぞふるってご利用ください。

管理栄養士 阿部 あや



通所リハビリテーションだより

ご利用者の皆様と、外に出る機会が増えてきました。シルバープラザの周りには梅が咲き、露の茎が芽を出し、沈丁花が香り、ポランティアさんが植えてくださったチューリップも芽を出しています。耳を澄ますと・・・鶯の声はまだ聞こえませんね。今年も春はやつてきてくれてます！花粉症は辛くても、やつぱりウキウキしますよね。

寒さにも負けず2月の通所リハビリテーションでは、ポランティアで車椅子ダンスの皆様に来ていただいたり、実習生を迎えたり、桐陰学園で行われているアートコレクションを見に行ったり、施設周囲の梅の花見学をしたりと活動的に過ごしました。毎年2月になると世間はインフルエンザ流行の時期。でもシルバープラザのご利用者の皆様は毎年そんなものにも負けず、休まず通ってくださいます。それもこれも、毎年デイにやってくる「鬼」をコテンパンに退治して、邪気を追い払っているからなのかも知れません。鬼にはかわいそうですが、皆様今年もしっかりと鬼退治してくださいました。

通所リハビリ介護主任 村瀬 奈美



今月の予定

3日（木）音楽クラブ「AM」	25日（金）カラオケクラブ「PM」
園芸クラブ「PM」	26日（土）理美容「終日」
6日（日）朗読クラブ「AM」	介護教室「PM」
8日（火）演奏会「PM」	27日（日）朗読クラブ「AM」
9日（水）民謡クラブ「AM」	28日（月）手芸クラブ「PM」
11日（金）カラオケクラブ「PM」	
12日（土）演奏会「PM」	
13日（日）朗読クラブ「AM」	
15日（火）詩吟クラブ「PM」	
16日（水）ジュリアの会「PM」	
17日（木）音楽クラブ「AM」	
20日（日）朗読クラブ「AM」	
22日（火）売店「PM」	

※都合により変更となる場合がありますので御了承下さい



編集後記

3月に入り春が近づいてまいりました。リビンクからは梅の花が満開に咲き始め、春を感じることが出来ます。暫らくすると、シルバープラザの前にある桜の木が満開に咲き始めます。ゆっくりお花見でもしたいものです。ね、気温の変化が激しい季節になりますので皆様も体調にお気をつけてお過ごし下さい。

介護福祉士 木村 謙介