

わらび



第132号

令和7年2月7日発行

発行/高齢者総合福祉施設わらび園 / 〒949-5406 長岡市浦3060番地 TEL 0258 (41) 3150(代) FAX0258 (41) 3152

・・・もくじ・・・

ホームページはこちらから▼

1P・・・園長あいさつ

2P・・・特養わらび園

3P・・・デイサービスわらび園/
デイサービスこじじ

4P・・・ケアハウスわらび園

5P・・・ケアハウスひう/ひうの家

6P・・・施設看護課

7P・・・デイサービスセンターらいこうじ
訪問介護事業所

8P・・・車椅子・ラジカセ寄贈

ボランティア様紹介
あとがき・題字紹介



<https://warabien.jp/>



節分

園長 佐田 健一郎

今年も早いもので1月が過ぎ、新たな1か月が始まりました。立春とは言え、まだまだ冷たい風が身に染みる日が続いております。この時期は体調を崩しやすい時でもありますので、皆さまどうぞご自愛くださいませ。

さて、2月といえば節分です。邪気を払い、福を招き入れる大切な行事です。古代では季節の変わり目には邪気(悪い気)が生じやすいと考えられていました。これを払うための儀式が行われ、これが日本に伝わって節分の行事となつたそうです。また、豆まきに使われる大豆には、魔を滅するという意味が込められており、「鬼は外、福は内」という掛け声とともに鬼を追い払い、福を招き入れる習慣として親しまれています。当施設でも毎年恒例の豆まき行事を予定しております。皆さまの無病息災を願いながら、にぎやかに豆まきを行い、鬼退治に励みます。

広報誌上では、各事業所で行った様々な行事や日常の様子、出来事などもご紹介しています。ご利用者皆さまの笑顔に溢れた日々を少しでも身近に感じていただければ幸いです。引き続き、安心で温かな施設運営に努めてまいりますので、本年もよろしく
お願い申し上げます。
最後になりましたが、皆さまにとって健やかに
めでたい一年となり
ますよう、心よりお祈り
申し上げます。



特養わらび園

特養での生活をご紹介します。



100歳のお祝い

100歳のお祝いで胡蝶蘭をもらいました!!!

100歳のお祝いにみんなが集まってくれて嬉しい!!



作品作り

クリスマスの準備中!



長岡花火館



久しぶりのお出かけ♡嬉しい!!!

山古志の紅葉



故郷や観光地にお出掛けし楽しまれました!!

錦鯉の里



今後の予定

3~5月のイベント

- 近くの河川敷や長岡越後丘陵公園等の季節を感じられる場所へお出かけします!

6、7月のイベント

- すこやかたもしび祭りへの作品作りや七夕の短冊や飾りの作成



デイサービスわらび園・デイサービスこしじ



デイサービスこしじでは、ゼリー作りをしました。
最後にアイスクリームをトッピング♪
美味しくできました。



また、10月にはイオン長岡店へ
買い物ツアーに行ってきました。
みなさん目当ての物が買えて楽しそうでした。



夏には、デイサービス全体で
歌謡祭を行いました。

ご利用者様に教えて頂いたドジョウすくい、
加山雄三に扮した職員が「君といつまでも」などを熱唱しました。
みなさんの声援と絶えない笑い声で大盛り上がりでした！

デイサービスわらびでは、
ご利用者様と一緒に作った素敵な作品が
いつも飾られています。



一日無料体験(送迎、昼食込)や見学を受け付けております。

☎ 0258 (41) 3172

担当：西原、鈴木

ケアハウスわらび園

ケアハウスわらび園では「満60歳以上で日常生活を自立して送られる方」が共に生活をされています。

もみじ園外出ツアー



美味しいね

天池さんでおいしいお蕎麦をいただいた後
もみじ園へいきました。庭を散策したり、コーヒーを飲んだりして、
楽しんできました～

クリスマス忘年会



1年の締めくくりで忘年会を行いました。
食べて飲んでカラオケをして楽しみました!

パン販売&野菜販売

月に1回～2回、訪問販売をお願いしています。
おいしいパンや野菜を選びながら地域の方との交流も楽しんでおります。



ワークセンターぞう様よりパン販売

(農)うらかみ様より野菜販売

どれがしいかな～

ただいまケアハウスわらび園では介護補助員を募集中です!週2日程度で朝7:15～4時間程度働ける
方であれば経験や資格がなくても大丈夫!お気軽にお問合せ下さい。

入居希望のお問い合わせ、見学希望等もご相談ください。 **連絡先: ☎0258(41)3170**
事前に電話にてご連絡をお願い致します。 **担当:生活相談員 関**

ケアハウスひう

今回は施設の出来事を紹介します。

歯科医院の先生をお招きし「口腔ケア・感染症学習会」を実施しました。感染症予防の為にブラッシングがとても重要です。しっかり磨いてくださいね。(R6.10)



クリスマス会を行いました。サンタさんから素敵なプレゼントをもらったよ！(R6.12)



新潟県共同募金会「赤い羽根共同募金助成」により特殊浴槽の入替を行いました。操作性もアップし、入居者様にも快適に使用して頂いています。(R6.10)

ケアハウスひう 連絡先: ☎ 0258 (83) 2290 担当: 渡辺

ひうの家

今回は体操やレク活動の様子を紹介します。皆様、毎日楽しく取り組まれています!!

ひうの家
元気はつらつ体操



身体を動かして
冬の寒さにも負けないぞ



随時、事業所見学もお待ちしております！
お気軽にお問い合わせ下さい。

☎0258(83)5566 担当: 服部

施設看護課

暖房の使用に伴う乾燥と対策

特養わらび園 施設看護課 伊藤広祥

立春とは名ばかりの厳しい残寒は続きますが、いかがお過ごしでしょうか。1月、2月と平均気温が年間を通して最も低い時期にあり、毎朝暖房のスイッチをONにすることが1日の始まりになっていることと思います。

さて暖房を使用するとなぜ空気が乾燥するのか。加湿機能のないエアコンを使用すると室内の温度が上昇し、湿度(相対湿度)が下がってしまうために生じるそうです。部屋の水分が減ってはいないのに関わらず、空気を含むことのできる水分量が増えたために私たちの肌や粘膜から水分を奪い乾燥を引き起こします。具体的にどんなトラブルにつながるのでしょうか。

①肌の乾燥

これは皆さんが真っ先に思い浮かぶことでしょう。あかぎれや痒みを伴うことが多いですが、皮膚の病気を引き起こす原因にもなることはあまり知られていないのではと思います。乾燥から肌のバリア機能が損なわれると感染症に対する抵抗力が落ちてしまい、高熱を出すこともある蜂窩織炎と言われる皮膚の感染症に罹りやすくなります。

②喉の乾燥

喉のイガイガだけなら良いのですが気道上皮が荒れて線毛の働きが弱っていると、やはり感染症に対する抵抗力は落ちてしまいます。また空気が乾いているとウイルスなどの病原菌が長時間にわたり空気中を浮遊することになり、体の中に入ってきやすくなります。インフルエンザや新型コロナウイルスに感染しやすくなります。

対策

- 濡れタオルや洗濯物を干す。大きなバスタオルなどが効果的です。
- 床や窓を水拭きする。掃除と加湿の一石二鳥です。
- 石油ストーブや石油ファンヒーターを使う。水蒸気を発生させるので対策になります。
- ハンドクリームを塗布。荒れやすい手先を保護します。
- マスクの着用。特にウェットフィルター付きのマスクが効果的です。



簡単ではありますが、看護師の視点で乾燥が引き起こすトラブルと対策について述べさせていただきました。少しでも参考になればと願いつつ、春告草の開花を心待ちにしております。

参考 ダイキン工業HP <https://www.daikin.co.jp/air/life/laboratory/dry>
 小林製薬HP https://www.kobayashi.co.jp/brand/nn_m/doctor/

デイサービスセンターらいこうじ

当センター内にある機能訓練室についてご紹介いたします。



体操・訓練風景



機能訓練室



機能訓練室は約8.5畳のこじんまりとしたスペースです。ご利用者10名が椅子を並べ円になることができます。その中で、職員が考えた椅子体操や集団活動などを実施しています。希望者へは、その方に合った個人体操を提案し、実施しています。体操や訓練では、手摺りや棒、ペットボトル、ボールなどあらゆる道具を使い身体を動かしています。

TEL/FAX: 92-5421 担当: 関

訪問介護事業所

今回はヘルパーサービスの中の「調理」について紹介いたします。

私たちは利用者様の希望と状態に合わせた食事内容を把握し、一人一人に合った調理を行います。
(咀嚼・嚥下力・アレルギー・禁止食・好き嫌い・具材の大きさ・塩分・硬さ等)

- 訪問し、冷蔵庫内の材料と、利用者の希望を確認してからメニューを決めて調理します。
(限られた時間の中で、材料の確認・メニューを決める・調理・盛り付け・片付け・記録まで行います)
- 調理に当たっては「手指消毒・調理器具の消毒、しっかり加熱」を徹底し感染症予防に努めています。



A様

- ✓ おかずには全部トロミを使用
- ✓ 柔らかく煮込む
- ✓ 米1.5合で4合分の水
- ✓ 品数は本人の希望で果物を入れて3品



B様

- ✓ 心臓機能低下や体重増加のため野菜が中心
- ✓ 3品~4品のバランスの良い食事
- ✓ 米1合でお粥の1合に合わせる

ご利用者様、ご家族様のニーズは、一人一人異なりますが、今後も個々の状態や意向に寄り添い、丁寧な対応で満足していただける調理を心掛けて参ります。

わらび園訪問介護事業所 連絡先: ☎ 0258 (41) 3170 担当: 木村・目崎

車椅子を寄贈して頂きました

この度、一般財団法人信越郵便局長協会（中越南地域）様より、車椅子を寄贈して頂きました。

今回寄贈して頂いた車椅子は、ブレーキをかけずに立ち上がると自動でブレーキが掛かるタイプの物で、ブレーキの掛け忘れによる転倒を防止する等の安全機能が付いた特別な物です。

11月18日(月) 信越郵便局長協会中越南地域、会長の棚橋様をはじめ、役員の方々からご来園いただき、新潟日報社様の取材のもと、車椅子の贈呈式が行われました。ご利用者を代表し、山上様と小黑様からご参加頂き、車椅子贈呈の際には、山上様よりお礼のお言葉を賜りました。

頂いた車椅子は大切に使用させて頂きたいと思えます。信越郵便局長協会(中越南地域)様、本当にありがとうございました。



ラジカセを寄贈して頂きました

二〇年以上の長年にわたり、わらび園においてボランティア活動をして頂いております。森久代様が「第四八回 第四北越銀行賞」を受賞されました。おめでとうございます。

森様は当園でのボランティア活動に加え、ボランティアコーディネーターとして、施設とボランティアの皆様との間で多大なご尽力を賜り、本当に感謝しております。

このような息の長い社会貢献活動が認められ、この度の受賞につながったものと思えます。

森様は今回の表彰の賞品として、複数の施設などへ、ラジカセを寄贈されており、わらび園にもラジカセを二台寄贈して頂きました。園内で大切に使用させて頂きます。森様、ありがとうございます。そして、今後ともよろしくお願ひ申し上げます。



ボランティア様紹介

いつもありがとうございます

現在ボランティア様の受け入れは理・美容及びケアハウスのサークル活動を基本に少しずつですが再開させて頂いております。

ボランティア活動実績
(特養・ケアハウス分)

R6年7月1日～R6年12月31日迄

団体

- 風間理容院 様
- サヨ美容室 様
- つばきの会 様
- 中越南地区郵便局長会 様
- さんとう南部会 様

個人

- 森 久代 様
- 石丸 美知子 様
- 白井 孝子 様
- 山崎 ヨリ 様
- 吉田 俊子 様

寄付

- サヨ美容室 様
- (二財)信越郵便局長協会
- 中越南地域 様
- 森久代 様



「わらび」題字



題字を書いて下さった
新保 幸子様

何枚も練習して
良い字が書けました。

あともがき

暦の上に春は立ちながら、厳しい寒さが続いております。皆さまどうお過ごしでしょうか？さて、わらび園では2月初めに節分の行事を催しました。スタッフらが鬼に扮し、無病息災を願いながら楽しく豆まきを行いました。3月以降もひな祭りなど各事業所で様々なイベントを開催し、4月に入りますと気候も暖かくなり外出行事も少しずつ行う予定です。春の訪れが待ち遠しいですが、まだまだ寒さが続きますので健康には十分ご留意していただき元気に春を迎えましょう。

次回の広報誌の発行は令和7年8月となります。