

光の森の丘通信

第 34 号 令和 2 年 12 月 21 日発行

発行・編集 光の森の丘広報委員会

特別養護老人ホーム 光の森の丘

デイサービスセンター 光の森の丘

〒963-0666 福島県郡山市安原町字谷津 171-1

TEL:024-956-6800 FAX:024-956-6300

E-mail:hikarinomorinooka@feel.ocn.ne.jp

ホームページ URL:<http://hikarino-morinooka.jp>

今年も

紅丘祭を開催しました！



本年も余日少なくなりました。一段と寒さが増し道行く人もすっかり冬支度を整えています。今年は新型コロナウイルスという世界的災害に見舞われ、「当たり前」の生活が当たり前に行えない日々心憂い思いをたくさんしてきました。そんな中、例年通りとはいかないものの、今年は規模を縮小して様々な行事を行い、そこで利用者様の楽しむ顔、喜び嬉し泣く表情を目の当たりにすることが出来ました。10月に行われた紅丘祭もその一つで、施設内での生活に少しでも良い刺激が与えられるように、秋にちなんだ豚汁やきのご飯の提供、また、スタッフがお神輿を担いで利用者様の前をうねり歩き、多くの喜びの声が聞かれました。世界的に暗いニュースが多く聞かれる中、その悲しさを吹き飛ばせるほどの元気が施設内にはあったように思えます。依然世界で猛威を振るっている新型コロナウイルスではありますが、一人ひとりが正しい知識を備えそれに見合った行動をとり、この感染災害を乗り越えていきたいと考えております。収束の目処が立たない中、不安は増すばかりですが、これからもたくさんの笑い声と溢れるほどの笑顔で大きな壁を乗り越えていきたいと思っております。辛い時こそ皆さんで手を取り合い、明るい未来に向けて歩みだしましょう。

(広報委員 遠藤)

運動会

11月に運動会を開催しました。今年の競技は玉入れとリレーです。例年は全ユニット合同で行っていましたが、今年はコロナウイルス感染予防のため各ユニットでの開催となりました。離れた場所からでも一緒に参加出来るようテレビに中継をつなぎリレーの様子や競技の実況をリアルタイムで見ることができました。お応援する側も「頑張れ😊」と白熱し大変盛り上がりました。競技を実況する職員もスマホ片手に頑張りました！



(玉入れに参加されるあかしやご利用者様)



皆に襷を繋げるわよ！



競技に参加し活躍した利用者様に敢闘賞の賞状が贈られました。

運動会の結果はなんと同点！！ユニット代表の職員と施設長がじゃんけん勝負！あかしやユニットが優勝となりました🍀

紅丘祭



今年は例年のように大規模での開催は難しく、ユニットごとでの秋祭りとなりました。あかしやは『くじ引き』、ぶなは『宝釣り』、しらかばは『的あて』と各ユニット趣向を凝らし皆さんに楽しんでいただきました。お昼には秋の味覚弁当が提供され皆さん美味しそうに召し上がっていました。また今年は職員がみこしを担ぎ、喜ばれる方や涙を流して感動される方もいました。



(あかしや)



(ぶな)



(しらかば)

日常風景



チューリップやヒヤシンスなど春にきれいな花が咲くのを楽しみに植えました。



春に植えたさつまいも。大きく実がつき、収穫しました。収穫した芋は炊飯器で蒸してふかし芋にしました。ねっとり甘く「おいしいね」と笑顔見られました。



「昔はよく作ってたよ」と話ながらきれいに柿の皮をむきました。完成した干し柿は皆で美味しく頂きました。



勉強会



感染予防に関する施設内研修を行いました。普段から感染予防には十分に気を使っていますが、コロナ禍ということもあり、より一層気の引き締まる思いで研修に参加しているスタッフの姿が見られました。

右の写真は感染対策に使用されるガウン(エプロン)やディスポ(手袋)の着脱の仕方を学んでいる風景です。

デイサービス



三春大神宮に紅葉狩りに行ってきました。上の写真にある円は、この中をくぐる壱を落とす意味があるそうです。ご利用者様もそれぞれ思い思いにお参りされ「普段行けないから、行って良かったわ。」と微笑まれておりました。



11月の壁絵は楓の木にしました。紅葉は皆で画用紙を切り抜いたのよ～！



デイサービスの運動会では紅組・白組に分かれてパン食い競争・風船バレー・玉入れの競技を行いました。皆さんの笑い声と声援がデイホールに響き渡っていました！



ご存知ですか？身体に優しい春の七草

七草粥は無病息災を願って平安時代から食べる習慣があったそうです。鉄分がたっぷりのセリ、熱を下げるナズナ、ゴギョウ、栄養が豊富なハコベ、ホトケノザ、消化を助けるスズナとスズシロがお粥に入ります。栄養バランスがよく、疲れた身体によく効きそうです。皆さまもお正月のご馳走の後は七草粥を食べてみてはいかがでしょうか。(季節を感じる 365 日より抜粋)



高齢者作品展に出展しました！

手造りの乙女帽子



ひもを引っ張ると巾着にもなる便利さも兼ね備えています。



手編みのマフラーと巾着



手のリハビリにもなるからと娘様が毛糸を買ってきてくれました。あっという間に出来てスタッフにも巾着を作って下さいました。



奥様に向けて詠んだ俳句

以前は毎週奥様の面会があり、一緒に食べるお饅頭の味も恋しくて…コロナの影響でなかなか面会出来ず、そんな想いを俳句に込めて書きました。

行事予定

- 1月 新年会
- 2月 豆まき
- 3月 ひな祭り

ご利用者様に楽しんで頂けるよう職員一丸となって取り組んでいきます！

編集後記



光の森の丘通信第 34 号は紅丘祭や運動会の内容も載せさせて頂きました。感染症対策に伴いご家族様との面会も充分に出来ない状況が続いております。この広報紙でご利用者様の日常を感じ取って頂けたら嬉しいです。今年もありがとうございました。来年もよろしくお願い致します。