

一期一会

第6号

平成 27年

1月1日発行

その時その時の出会いを大切に

発行／（福）長野社会福祉事業財団 クローバーの丘
〒586-0035 河内長野市小塩町 431 番地 3
TEL 0721-60-1100 FAX 0721-60-1101

在宅

奥河内くろまろの郷



クローバーの丘 基本理念

「ご利用様を第一に考えた
より良い介護の追及」

河内長野市に今、話題の道の駅が
オープン♪詳しい内容については
内ページを読んで下さい。

「新年の挨拶」

新年あけましておめでとうございます。
この4月で開設から5年を迎えます。
これは皆様のご支援・ご理解のおかげで
あり、本当にありがとうございます。
クローバーの丘では「ご利用様を第一
に考えたより良い介護の追及」を施設方
針に掲げ進んできました。まだ力不足の
ため、すべての方に満足頂けるサービス
の提供は出来ていないかもしれません。
本年は特に人材育成に力を入れ、クロー
バーの丘は職員が人間として成長出来
る施設となり、このことが皆様へのより
一層のサービス向上に繋げていければ
と思います。
本年もクローバーの丘をどうかよろ
しくお願い申し上げます。

冬の雑学 「冷え」 関連

1. 冬は、体熱を逃がさないように血管が収縮して血流が悪くなる。(血圧は夏に低く冬に高くなる)
2. 暖房の温度を上げ過ぎると「ヒートショック」に至る原因になる。(トイレ等との温度差が激しくなり血圧が上がる)
3. 緑茶には体を冷す効果がある。(体を温めてくれるのは、温かいウーロン茶や紅茶などが効果的)
4. 靴下をはいての就寝は「冷え」を増長させる可能性がある。(ぴったりの靴下は汗が蒸発せずに湿ってしまい冷える可能性がある)

*寒い冬もみんなで乗り切りましょうね。

施設長：草場 智之

構成者：看護師 津田 ひとみ



デイサービス

目標⇒～誰もが元気になれるサービスの実現～

今回、**かきかた教室**を紹介させていただきます。月に2回午後には百人一首の句を筆ペンでノートにご自分で書くという勉強内容です。元々から達筆だった方、先生から習っている内に上達した方もいます。



集中力がすごいです。

クローバーの丘デイサービスで人気のある機能訓練をご紹介します。

1日2回 **転倒予防体操**を実施しております。日頃歩いている時に転びそうになり不安に思う方、多いですよ。そこで、いかに転倒しにくい体作りをするかが大事です。



座ったままの体操と立ったままで行う体操の2種類あります。体操時間は30分～60分 体を動かしたいと思われる方は、ぜひぜひ来てくださいね！！
体操の指導員が丁寧に教えますよ。

(構成者：生活相談員 竹井 重喜)

外出レク(水間寺)

11月に紅葉を観に行きました。

場所は、貝塚市にある**水間寺**です。境内には水間観音、三重塔があります。天平年間に聖武天皇の勅願により行基が



開創したものといわれているそうです。

参加なさった方々はご自分で歩き、紅く色付いた周りの風景と紅葉を堪能されました。

中には、「参拝しに来るのが約40年振りやあ～」と懐かしんでいる方もいました。

年初めに行う千本搗餅つきは、千本の木をもって、座の歌に合わせて餅をつき、本尊を供

養したのが水間寺千本搗き行事となっています。**厄除け**の効果があります。



クイズコーナー(数独)



	6	9	7	8	2	4	
4		3	1		5	8	7
1				6			9
	1			2			7
6	3						2 8
	7				4		3
3				8			2
7		1	6		2	4	3
	4	2	3		1	5	9

色が変わっている部分の答えを考えて下さい。

答えは、最後のページにあります。

縦・横の各列及び、太線で囲まれた3×3のブロック内に同じ数字が複数入ってはいけません。

3×3のブロックに区切られた9×9の正方形の枠内に1～9までの数字を入れてみてください。

ショートステイ特集



お団子作りの様子です。豆腐を混ぜたのが美味しいと大好評でした。

レクリエーションで写真立てを作成しました。



(構成者：ふじユニット 林 良太)



厨房の方に、各ユニットで好み焼きを焼いて頂きました。

体操の風景です。「明日があるさ」の曲に合わせて体操をしています♪



クリスマスの飾りつけを皆さんで行いました。綺麗に出来ました。

レクリエーションでクリスマスツリーを作成しました。



ホームヘルプ特集

Mご利用者様からのご相談

居間のカーペットの端にスリッパが引っかかって転んでしまいました、幸いケガはありませんでしたが、家の中でも転倒の危険性があるものだと思います。

家の中での危険を減らす為にどのような事に気を付ければいいですか？

Mさんからのご相談を受け、ヘルパー会議での話し合いの様子を紹介させていただきます。

K ヘルパー：スリッパはきちんと履いていてもつまずきやすいので室内履きに変える

Y ヘルパー：カーペットが滑りやすいのでは？

A ヘルパー：カーペットの縁はとめてあるか？暑さはどうなのか？

N ヘルパー：家での動き方、どんな時に危険だと感じられるか、家の中の環境を観察する

I ヘルパー：機能低下を予防する工夫も必要だと思う。

活潑な意見が交わされ、早急にケアマネージャに連絡し転倒防止についての援助方法が具体化されていきました。

(構成者：訪問介護員 米谷 正枝)

スタッフ紹介

事務所



職員のバックアップを受け施設長をさせていただいています。心掛けていることは、施設では「ご利用者様」が中心である事、そのことを全職員が忘れないようにすることです。最後に少し自己紹介です。年齢は35歳です。子供が3人います。最近のマイブームは料理です。上手ではないですが、レシピをネットで調べ、休みの日に作っています。

デイサービス



介護職員の石堂真喜子です。「初心忘れるべからず」の言葉をモットーに両親が付けてくれた真に喜ぶ子の名前に恥じないよう、日々笑顔で何事にも前向きに物事を考えることを心掛けています。クローバーの丘ご利用者様も良い人ばかりで毎日楽しく働かせていただいております。

デイサービス



こんにちは。デイサービスで5年目の松木則道です。私の特徴は、背が高いところです。皆さんの楽しそうに笑っている姿を見ることで、一緒に笑って過ごさせて頂いております。これからも一緒に笑顔で過ごしていきましょう。

ショートステイ



クローバーの丘に来て4年目に突入しました芳田めぐみです。春からショートステイに移動になりました。特養と違う事も多々ありますが、ご利用者様との出会いに自分自身日々精進できたらと思い頑張っています。リアルでは、子供2人抱えるママであります。子供に尊敬されるママを目指しているはずなのですが、現実には、思い通りにはいかないものですね(笑)



伝言板



皆様 知っていますか？

花の文化園のすぐ近くに道の駅が出来ましたよ！！

「奥河内くろまろの郷」という名称で平成26年11月29日にオープンしました。都会的センスを取り入れた新たな里山生活「奥河内スタイル」をコンセプトとしているそうです。ぜひぜひ足を運んで、あそぶ・まなぶ・たべるを体感してみてください♪

数独の答えについて・・・正解は、6 と 9です。 解けましたでしょうか？

デイサービス・・・昨年はお世話になり、ありがとうございました。より楽しく、元気になる事を目標に今年もよろしくお願い致します。

ショートステイ・・・ショートステイのご利用を検討しておられる方は、見学・相談をお受けしていますのでよろしくお願い致します。

ヘルパー・・・お地蔵さんの本より

『人生はいつでも 今がいちばん』

～幸福はきょうという日にこそある～