

一期一会

第29号

令和2年

10月1日発行

特養

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



クローバーの丘 基本理念

「ご利用者様を第一に考えた
より良い介護の追及」



古波照枝様が100歳の誕生日を迎えられ、もみじユニットの皆様と職員でお祝いを行いました。古波様がお生まれになった大正9年は第1回箱根駅伝が開催され、明治神宮が創建された年だそうです。新型コロナ禍で世間では暗いニュースばかりですが、おめでたいニュースでした。

オンライン面会について

クローバーの丘にてタブレット端末とWifi環境整備が完了しました。事前に予約を取っていただいた上でクローバーの丘に来ていただければオンライン面会が可能になりました。ご家族様に準備して頂く物はありません。ご不明な点等ありましたら遠慮なくお問合せください。



帝塚山学院大学から管理栄養士実習生

おかし作りを行い、バナナジュースを皆でおいしくいただきました。

『セルフコンパッション』という考え方を知っていますか？

ストレスに強くなり、自分の成長を加速させる考え方です。研究でも明らかにされているので、ご紹介します。

「セルフコンパッション」は自分に向ける「思いやり」「優しさ」「慈しみ」のことです。自分を思いやるなんて戸惑う人も多いでしょう。しかしこの考え方が低い人は、自分の気持ちをないがしろにして疲労されています。自分の苦しみを認識できず、自分を責めていつも一歩引いている感じです。親友の相談にのる様に自分（相手）へ思いやりの言葉などがが必要です。セルフコンパッションを高めるいくつかの方法をお試し下さい。

- ①胸や腕や腹などが安心する所を押さえる、又は肌触りの良いものを触る…手からのぬくもり癒しを味わう
- ②「そんなことがあったら誰でもつらいよ」など声をかける…寝る前など、自分へ優しい言葉かけをします
- ③休息の飲み物に意識を向け、カップの温かさを感じながら自分へ「お疲れ様」と思う…気持ちが楽になります

構成者：管理栄養士 城林 斎



※本紙に掲載されている写真は事前にご本人様及びご家族様の承諾を得た上で掲載させていただいています

もみじの日常

夏があっという間に終わり、気がつくとならば普段とは違う生活が始まって1年の半分以上が過ぎました。花火大会やだんじり祭りなど、大きな行事はありませんが、そのぶん毎日の気候や空気のおいしさ、道ばたの植物などそういった変化から季節を感じられるようになった気がします。

8月は少しでも外に出ると溶けそうなほど暑かったため、ご利用者様も室内で過ごすことが多かったのですが、また涼しくなってきたら近くへ散歩に行きたいと思います。



おやつのもんブランを作っている時の写真です。職員よりも何倍も手際よく栗を刻まれました。



職員紹介



名前：江澤 康之
最近筋肉を付ける事が趣味になっていてプロテイン飲んだり食べる物もこだわって体作りをしています。目標はTVに映っているような体です。頑張ります。

ご利用者様が100歳の誕生日を迎えられました。桃色のちゃんちゃんこを来て頂き、ご利用者様と職員で集まって記念撮影を行いました。全員そろって撮ったのは初めてで、慌ただしいながらも賑やかな写真になりました。




(構成者：井上 莉緒)



さくら
ユニット



職員紹介



畑中 香那

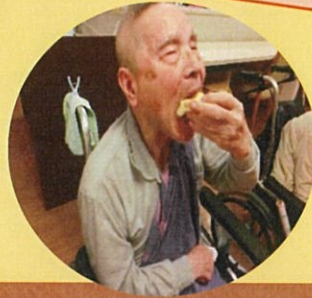
今年もプロ野球の優勝が決まる日が近づいてきました、応援しているソフトバンクホークスが優勝すると思います。毎年何度かは球場まで応援に行っているのですが、今年は無観客試合や、人数の制限もあり行けておらず、はやく応援に行きたくて仕方ありません。

(構成者：畑中 香那)

う め ユ ニ ッ ト



宮城様、佐伯様、高見様誕生日会



差し入れのお寿司



バナナゼリー作り



(構成者: 津本優美)