



# 天心らんまん

第82号 編集発行／介護老人保健施設  
天心ケアハイツ

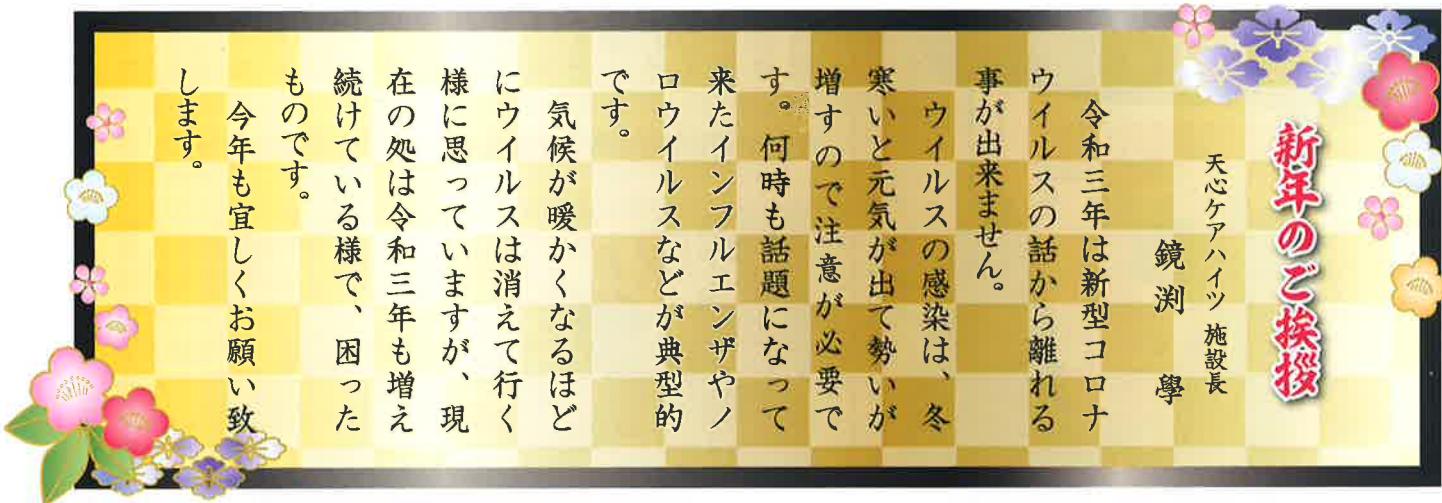
〒966-0902 福島県喜多方市松山町村松字北原3656-3  
TEL 0241-23-3422(代)  
URL <http://www.tenshinkai.or.jp>

今年も宜しくお願ひ致  
します。  
気候が暖かくなるほど  
にウイルスは消えて行く  
様に思っていますが、現  
在の處は令和三年も増え  
続けている様で、困った  
ものです。

令和三年は新型コロナ  
ウイルスの話から離れる  
事が出来ません。  
ウイルスの感染は、冬  
寒いと元気が出て勢いが  
増すので注意が必要で  
す。何時も話題になつて  
来たインフルエンザやノ  
ロウイルスなどが典型的  
です。

天心ケアハイツ 施設長  
鏡 潤 學

新年のご挨拶



## 上三宮小学校鼓笛隊来所

10月27日、とても気持ちの良い秋晴れのなか、喜多方市内にあります上三宮小学校の子供たち総勢26名が鼓笛の演奏を披露して下さいました。

曲は、校歌、ドラえもん、パプリカの3曲で、当施設サービスをご利用の皆様も玄関先で鑑賞されました。皆様手拍子をし、孫・ひ孫を見ているかのような温かい眼差しで楽しんでおられました。中には、涙を流す方もいらっしゃり、子供たちの持つパワーを感じました。

現在、コロナ禍で外出・外泊の制限もあり、ストレスもかかっている中、こうして子供たちが来て演奏してくれたことは、本当に良い気分転換になったこと思います。

ありがとうございました。

## ケア様

### 《賀寿のお祝い》

100歳おめでとうご



12月17日、当施設に入所されておられます小関文記様の百歳賀寿贈呈式をご家族様、市職員の方、施設職員にて行いました。

当日は遠方に住むご家族の方も、リモートにて参加され、お祝いの言葉を贈られました。どうぞこれからもお体を大切に、いつまでもお元気でいて下さい。誠におめでとうございます。

## リハビリテーション部

### ＜通所リハビリテーション(デイケア)を紹介します＞

当施設には、理学療法士6、作業療法士1、言語聴覚士1、健康運動指導士1、歯科衛生士1、補助員2の計12名が在籍しております。そのうち通所リハビリを担当している職員は、常勤2、兼務1です。通所リハビリには、60代から90代と幅広い年代の方が利用されています。

利用されている方々の目標は「一日でも長く在宅生活を続けられるように」「外に散歩に出かけたい」「元気になって元のように楽しく過ごしたい」とさまざまです。皆様前向きで、リハビリをして良くなりたいという気持ちを持っておられます。目標を持つことで、少しずつ良い方向へ向いていくのだと運動を通して感じております。

私たちリハビリ担当職員は、利用者様の要望に出来る限りお答えできるよう、日々取り組んでおります。最近では、「自宅でできる運動を教えて欲しい」との要望を受けることが増えてきました。その都度無理のない運動内容をお伝えし、実際にやって頂いております。徐々に運動に慣れてきた利用者様はお一人で自主運動として取り組まれております。お一人お一人の自宅での様子や困りごとなどに耳を傾け、運動内容に反映できる物はいち早く取り入れたりもしています。

これからも利用者様を中心に、看護・介護・リハビリ・ケアマネジャーが連携を取り、一つのチームとなって、より良いサービスを提供できるよう取り組んで参ります。

## デイケア

### ＜赤穂浪士の上演＞

十二月十四日にデイケアで恒例行事となつた、赤穂浪士の討ち入りを歌にした、職員による演目『田原町坂下』を上演しました。十年間同じ出し物になりました。また来年も上演したいと思つています。リクエストあれば是非お声掛け下さい。

## デイケア

### ＜クリスマス会＞

12月24日のイヴにクリスマス会を行いました。コロナ禍の中、昨年と同じようにできなかったものの、職員の余興を見てたくさん笑い、その後はゆっくりとケーキを召し上がって頂きました。

クリスマスの雰囲気を味わうことができ楽しいひとときとなりました。

## シルバー協

### ＜クリスマス会＞

十二月二十五日、クリスマス会を行いました。トナカイ扮した職員がサンタクロース扮した職員をそりに見立てた台車で引き登場した時は、利用者様よりアンコールの嵐がおこりました。職員によるハンドベル演奏。「きよしこの夜」では、棟内が静寂に包まれ演奏後は利用者様によるハンドベル再演奏。例年クリスマス会では、クリスマソングや冬の歌を中心皆様と歌つてきましたが、コロナ禍ということであり再致しました。心が洗われるハンドベル演奏、サンタクローストナカイの演出もあり、短時間ではありましたが利用者様と一緒に楽しい有様でした。

十二月二十五日、クリスマス会を行いました。トナカイに扮した職員がサンタクロースに扮した職員をそりに見立てた台車で引き登場した時は、利用者様から拍手と大歓声が湧きおこりました。職員によるハンドベル演奏。「きよしこの夜」では、棟内が静寂に包まれ演奏後は利用者様によるハンドベル再演奏。例年クリスマス会では、クリスマソングや冬の歌を中心皆様と歌つてきましたが、コロナ禍ということであり再致しました。心が洗われるハンドベル演奏、サンタクローストナカイの演出もあり、短時間ではありましたが利用者様と一緒に楽しい有様でした。

十二月二十五日、クリスマス会を行いました。トナカイに扮した職員がサンタクロースに扮した職員をそりに見立てた台車で引き登場した時は、利用者様から拍手と大歓声が湧きおこりました。職員によるハンドベル演奏。「きよしこの夜」では、棟内が静寂に包まれ演奏後は利用者様によるハンドベル再演奏。例年クリスマス会では、クリスマソングや冬の歌を中心皆様と歌つてきましたが、コロナ禍ということであり再致しました。心が洗われるハンドベル演奏、サンタクローストナカイの演出もあり、短時間ではありましたが利用者様と一緒に楽しい有様でした。

十二月二十五日、クリスマス会を行いました。トナカイに扮した職員がサンタクロースに扮した職員をそりに見立てた台車で引き登場した時は、利用者様から拍手と大歓声が湧きおこりました。職員によるハンドベル演奏。「きよしこの夜」では、棟内が静寂に包まれ演奏後は利用者様によるハンドベル再演奏。例年クリスマス会では、クリスマソングや冬の歌を中心皆様と歌つてきましたが、コロナ禍ということであり再致しました。心が洗われるハンドベル演奏、サンタクローストナカイの演出もあり、短時間ではありましたが利用者様と一緒に楽しい有様でした。

十二月二十五日、クリスマス会を行いました。トナカイに扮した職員がサンタクロースに扮した職員をそりに見立てた台車で引き登場した時は、利用者様から拍手と大歓声が湧きおこりました。職員によるハンドベル演奏。「きよしこの夜」では、棟内が静寂に包まれ演奏後は利用者様によるハンドベル再演奏。例年クリスマス会では、クリスマソングや冬の歌を中心皆様と歌つてきましたが、コロナ禍ということであり再致しました。心が洗われるハンドベル演奏、サンタクローストナカイの演出もあり、短時間ではありましたが利用者様と一緒に楽しい有様でした。

十二月二十五日、クリスマス会を行いました。トナカイに扮した職員がサンタクロースに扮した職員をそりに見立てた台車で引き登場した時は、利用者様から拍手と大歓声が湧きおこりました。職員によるハンドベル演奏。「きよしこの夜」では、棟内が静寂に包まれ演奏後は利用者様によるハンドベル再演奏。例年クリスマス会では、クリスマソングや冬の歌を中心皆様と歌つてきましたが、コロナ禍undance

## グループホームすこやか

### ＜新年会＞

1月7日、新年会で餅つきと職員によるハンドベル演奏を行いました。今年は各階で行われ、入居者様の健康とコロナ退散を祈願しました。今年は「よいしょ、よいしょ！」の掛け声で楽しいひと時となりました。つきたての餅は格別で、胡麻、汁もちを美味しく頂きました。

## 書き初め

### ユースフルまつやま

#### ＜書き初め＞

令和三年一月一日日本日ご利用者の方々に、「書き初め」をして頂きました。「何を書いたらいいべ……と、中々言葉が浮かばない方もいらっしゃいましたが、職員と相談しながら今年（今）の抱負を思い思いで書かれていらっしゃいました。

利用者のほとんどの方が数十年ぶりに筆を持つと言う事で、中には「手が震えてダメだ」という方もおられ、その手に職員の手を添えながら書きました。終えた後は、みかんを食べながら書きました。

えながら書きました。終えた後は、みかんを食べ、「書き初め」の感想などを職員と話しありました。「あと書がなくてもいい。変だ」との言葉も聽かれ、笑いも出て楽しい?時間が過ぎることが出来ました。

## ユースフルまつやま

### ＜書き初め＞

令和三年一月一日日本日ご利利用者の方々に、「書き初め」をして頂きました。「何を書いたらいいべ……と、中々言葉が浮かばない方もいらっしゃいましたが、職員と相談しながら今年（今）の抱負を思い思いで書かれていらっしゃいました。

利用者のほとんどの方が数十年ぶりに筆を持つと言う事で、中には「手が震えてダメだ」という方もおられ、その手に職員の手を添えながら書きました。終えた後は、みかんを食べ、「書き初め」の感想などを職員と話しありました。「あと書がなくてもいい。変だ」との言葉も聽かれ、笑いも出て楽しい?時間が過ぎることが出来ました。

えながら書きました。終えた後は、みかんを食べ、「書き初め」の感想などを職員と話しありました。「あと書がなくてもいい。変だ」との言葉も聽かれ、笑いも出て楽しい?時間が過ぎることが出来ました。

## デイサービスセンター啓愛ヒルズ

### ＜収穫祭＆クリスマス会＞

去る12月2日に収穫祭、12月24日にクリスマス会を行いました。収穫祭では大根、白菜など大きく育った野菜を見て皆さん喜んでいらっしゃいました。

クリスマス会では、bingoゲーム、職員によるハンドベルの演奏で楽しんで頂きました。利用者様の笑顔に職員もほっこりした一日でした。

## 《新入職員・異動職員 紹介》

小椋 宏幸  
管理者須藤喜美江  
主任相談員猪瀬美佐子  
主任相談員

精一杯の努力をしていく所存です。どうぞよろしくお願いいたします。

## ユースフルまつやま



啓愛ヴィラ

大河原周子  
課長

## デイケア

後藤由美  
10月から通所リハに着任しました。自立した生活とは何か、利用者様が学ぶ毎日です。

## リハビリテーション部

木戸麻結  
この度、シルバー棟に配属となりました。皆さんと力を合わせて頑張ります。小林亜依奈  
初めてまして看護師の小林です。一生懸命頑張ります。

## シルバー棟



ケア棟

## 猪苗代町様より花卉の寄贈

新型コロナウイルスの感染拡大が続くな、猪苗代町様から当法人8事業所宛にトルコキキョウをはじめとする、町産の花卉のご寄贈をいただきしております。当施設へは、色とりどりのカラーが届き、職員一同珍しい色に興味津々で見入っておりました。

町長様からの温かいメッセージも添えられており、こうして医療・介護施設に向けて労をねぎらって下さり、ありがとうございました。



温かなお心遣いに職員一同、深く感謝いたしますとともに心より御礼申し上げます。

## 啓愛ヴィラについて

今回は啓愛ヴィラについてよくお問い合わせ頂く内容を紹介させて頂きます。

## Q. どういう人が入所できますか?

A. 60歳以上の高齢者が対象です。ご夫婦で入所される場合はどちらかが60歳以上であれば結構です。

## Q. 要介護(要支援)認定は必要ですか?

A. 特に必要ありません。ただし、室内のお掃除や入浴のお手伝いなどの介護サービスを必要とする方は、認定を受けて、外部のホームヘルプサービスやデイサービスを利用することになります。その利用料は別負担になります。

## Q. 費用はいくらかかりますか?

A. サービス提供に要する費用のほか、居住費や食費を加えて、おおよそ月12万円前後ですが、収入により減額される仕組みがあり、最も減額される場合で8万円前後になります。なお、入居一時金は頂いていません。

## Q. 施設の設備はどうなっていますか?

A. 一人部屋と夫婦部屋があります。それぞれ施錠できるようになっており、室内には、ミニキッチン、冷蔵庫、トイレ、エアコンが備え付けてあります。浴室は共同で、食事は食堂で召し上がっております。また、車いすの方でも移動しやすいよう配慮されています。

## Q. どのような理由で入所する方が多いですか?

A. 病気や災害の時に一人暮らしは不安という方や、毎日の食事をするのが億劫になってきたという方が多いです。また、高齢者の生活困窮、社会的孤立、虐待などの社会問題が叫ばれる中、市町村などからのご相談も増えております。

お問い合わせはお気軽にどうぞ。 ☎0241-24-5517

## 編集後記

まだまだ寒い日が続きますが、皆様お変わりなくお過ごしでしょうか?今年は昨年とは違います。雪も多く、苦労されている方もいらっしゃるかと思います。当施設では、昨年の年末から年始にかけて、感染症対策をしつつではありますが、クリスマス会や書初め等、この時期ならではの催しを行いました。より多くの利用者様に笑顔になつていただけるよう、これからも催しはもちろんのこと、日々のサービスに努めてまいります。



## 栄養給食課より

栄養給食課で、月に1度行っている「団欒メニュー」で好評だったメニューをご紹介します。

## ～季節のメニュー～

## 《ロール白菜》

## 分量 (4人分)

- ・白菜…4枚
- ・豚ひき肉…200g
- ・玉ねぎ…1/2
- ・卵…1個
- ・パン粉…大さじ3
- ・塩こしょう…少々
- ・水…200cc
- ・コンソメ…1個
- ・醤油…小さじ2
- ・人参…1本
- ・砂糖…大さじ1

## 《作り方》



- ①白菜をはがし、熱湯でやわらかくなるまでゆでる。
- ②玉ねぎをみじん切りにし炒め、冷ましておく。
- ③豚ひき肉に★を加え、よく混ぜる。
- ④⑤を4等分し、ゆでた白菜で巻く。
- ⑤4個が丁度並ぶ程度の大きさの鍋に並べ、水とコンソメ、醤油を入れ、弱火で煮込む。
- ⑥人参を切り、型で抜いたものを砂糖でやわらかくなるまで煮る。
- ⑦皿にロール白菜、人参を盛り、完成。

「皆さん、是非一度作ってみてください。」