すべてのひとに博愛のこころを（博愛福祉会基本理念）

博愛通信

●題字　武藤道子

第231号
令和5年2月15日　発行

社会福祉法人 博愛福祉会
〒625-0025　京都府舞鶴市字市場 390
TEL（0773）65－3700
FAX（0773）63－1250

特養　グリーンプラザ博愛苑

2月

雪化粧した博愛

比較的穏やかな冬でしたが、一月末に「十年に一度の記録的な大寒波」が襲来し天気図上でも日本全体が筋状の雲に包まれました。一月二十八日舞鶴は最低気温マイナス四℃、積雪二十一㎝を記録し、博愛苑の周囲に美しい樹氷がみられました。暖かい春が待ち遠しいです。

ケアハウス　グリーンプラザ博愛　玄関前

オムレット!?

今回のおやつ作りはオムレット。「オムレツ？いいえ、オムレットです」と言いたくなるほど名前が似ていますが、全く違う食べ物です。伝わってきたのは同じフランスだそうですが、スポンジケーキ等に生クリームや果物を挟み、2つに折り畳んで食べるという食べ物です。今回はスポンジケーキになる部分は可愛らしくピンク色にし、クリームとイチゴを挟んで2つに折り畳んだらオムレットが完成です！外の雪景色とは違った春のような華やかな色合いに「かわいい～♪」と言われる方も多く「可愛過ぎて、もったいないなぁ」と言いながらも美味しそうに召し上がっておられました。

1・2・3!!

日曜日のお昼からは体操の時間です。最初はゆっくりと手や足を動かして、最後は全身を使っての体操をしました。「1・2・3！」と、職員の元気な声が聞こえてくるので、皆様も「1・2・3!!」と大きな声を出されていました。最後の方は、最初よりも元気な声がたくさん聞こえていましたよ。しっかり身体を動かしたので、夕食をたくさん食べられる方が多くおられました。いくつになっても体を動かすことは大切ですね。

誕生日会とカレンダー

毎月20日は、その月生まれの方の誕生日会です♪自分の誕生月になると恥ずかしそうにしておられる方もいますが、職員手作りの誕生日色紙をお渡しするととても嬉しそうに微笑まれ、カメラに向かってピースをし笑顔を見せて下さいます♪職員もこの日のためにと手作りの誕生日色紙を作っていますが、入居者の皆様も負けておられません。特養ホールに見慣れないカレンダーが飾ってあるな？と思っていたら皆様が色を塗って作って下さったカレンダーでした。綺麗に色を塗ってあるとても良いカレンダーが一つ増えました。ありがとうございます。

☎(0773)65-3702
care@hakuaien.jp

お・寿・司～今月の行事食～

1月25日㈬の行事食は「握り寿司」でした。コロナ禍で、最近はなかなか外出や外食に行く機会もなかったので、皆様とても嬉しそう。ネタは「玉子」「タイ」「エビ」「マグロ」「サーモン」「いなり」「うなぎ」の人気の7種類。お好みで美味しく召し上がられました。次回もお楽しみに！

初の試み!!オンラインレク?

プロジェクターとスクリーンを使用して日本全国300ヶ所以上の施設が参加されるというオンラインレクに初めての試みとして参加してみました。レクは司会役の講師の方の軽妙なトークと質問などで進み、誰もがよく知る「スキー」「津軽海峡冬景色」「高原列車は行く」などの曲が流れ、皆様はそれぞれ好みの楽器を手に持って思い思いに演奏に参加するというものでした。今回ケアハウスからの参加者は20名程で、楽しく盛り上がりました。次回は「マジックショー」の予定。こうご期待です！

節分豆まき

2月3日㈮毎年恒例、ケアハウスの節分豆まきが行われました。今年も雪をかき分け、2匹の鬼が皆様の前にやってきました。入居者の皆様は豆の代わりにこぶし大の紙玉をいくつも手元に用意し、鬼を待っておられました。さあ、豆まきの始まりです。皆様、満面笑顔で、「鬼は外」と言いながら豆（ではなく紙玉）を鬼にポンポンとぶつけておられました。2匹の鬼は「これはたまらん」と早々に退散し、雪の中を走って逃げていきました。

☎ (0773)65-3706
day@hakuaien.jp

機能訓練も鮮やかに！

ある日の余暇時間、スタッフが洗濯バサミをつまむ動作によって皆様の手指の機能アップを図ろうと考え、箱いっぱいの洗濯バサミを準備しました。すると、ただつまむだけでは面白くないと、橋のようにどんどん繋げて洗濯バサミブリッジが完成！また別の日には、巨大な洗濯バサミの輪が出現！これには皆様「すご～い!!」と拍手が沸き起こり、制作した方は「洗濯バサミの色合いもこだわったんやで！」と大満足のご様子でした。

レクリエーション

まずは『いきいき体操』と題し、セラバンドというトレーニング用のゴムを使っての全身運動！職員の掛け声に合わせて、体を伸ばしたり縮めたりと15分程の頑張りタイム。「ちょっとでも筋肉つけんとあかんで頑張るわ！」と張り切って取り組まれるその姿に職員も感動、スタッフ一同応援しております。

体を動かした後は脳トレに挑戦！一番盛り上がったのが『舞鶴市の地域名クイズ』。皆様長く舞鶴に住んでおられますが、「えーっ、なんて読むんや?」「どこにあるんや?」と次々と知らない地名が出てきて大混乱。最後に問題です。「滝ヶ宇呂」これはなんと読むでしょうか?そして舞鶴のどこにあるでしょうか?この日、誰もわからなかった問題です。皆様はおわかりになりますか?

節分

2月3日は節分の日。ということで、この日に向けて皆様と職員が協力して節分の壁画を制作しました。大きな画用紙で鬼を作り、「これでいいかな?」と鬼とにらめっこ!今年の鬼はとっても可愛らしくて皆様もニコニコ笑顔。無病息災を願って恵方巻きも添えて完成！南南東に向かって食べる日が来るのが待ち遠しいです。

☎ (0773)65-2350
atago@hakuaien.jp

福笑い

一月のレクリエーションという事で、「福笑い」をしました。このレクリエーションを行うと、年が明けたと本当に感じます。皆様目隠しをされ、真剣に顔のパーツを置いていきますがなかなか上手くいきません。でも上手くいってもいかなくても笑って楽しめるのが「福笑い」のよいところです。また来年も一緒に楽しみましょう！

輪投げレク

まだまだ寒い日が続き、この日もあいにくの天候だったので、施設内で「輪投げ大会」を行い、身体を動かしていただきました。はじめは「寒いしやめとくわ」と乗り気でなかった方も、投げれば投げるほど熱が入られたようで「あぁ、おしかったなぁ、もう少しで全部入るのに！」とすっかり盛り上がり残念がっておられました。パーフェクトを目指し、また次回もがんばって下さい！

誕生日献立

毎月20日はお誕生会の日！今月誕生日を迎えられた方々おめでとうございます。この日の特別な献立メニューは散らし寿司でした！お寿司好きの方が結構多いので、皆様「美味しいわ」と喜んで召し上がっておられました。食後のデザートのチョコレートのロールケーキも美味しくいただきました。来月誕生日を迎えられる方も楽しみにしていて下さい。

正月レク（書初め・絵馬）

お正月に書き初め、絵馬レクを行いしました。「もうお正月か、早いな、何書こうかな」と言いながら皆様、一生懸命お手本を見ながら字を書いておられました。お正月にちなんだ字をたくさん書いて頂き、「よいお正月が迎えられたらそれでええな」「何かいいことあればいいわ」と話されている方も何名かおられたため、この日一緒に過ごさせていただいた職員は「これなら穏やかで良いお正月が迎えられたのではないかな」と心から思いました。

握り寿司献立

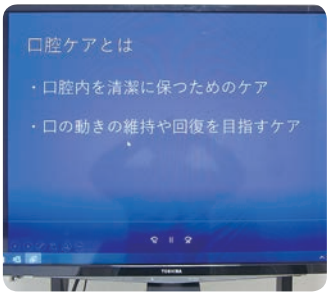
1月26日㈭の昼食は久々の「握り寿司」でした。皆様朝から楽しみにしておられ、待ちに待った昼食の時間がやってくると、大皿に並ぶ握り寿司を見て目をキラキラと輝かせておられました。さらに『おかわり自由』と聞かれた途端に食べるスピードが上がり、本当にパクパク召し上がっておられました。「こんな雪の日に温かい部屋の中で美味しいお寿司をいただけるなんて有り難い」とおっしゃる方もおられ、お腹も心も大満足の昼食でした。

無言でがぶりと恵方巻

2月3日㈮、今年も恵方巻の日がやってきました。今年の恵方は南南東です。「南南東ってどっち？」「お日様がこっちからのぼるから、あっちじゃない？」とのお声に職員もあわててインターネットのマップで方角を確かめます。

「福」を巻いた太巻きをがぶりとかじり、皆様無言で完食!!今年も皆様に「福」が訪れますように。

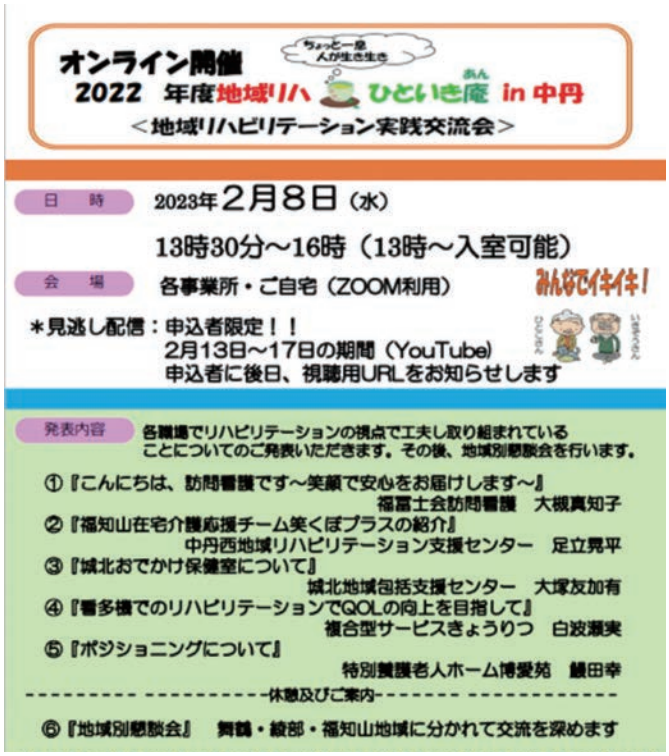
食支援検討部会（内部研修会）

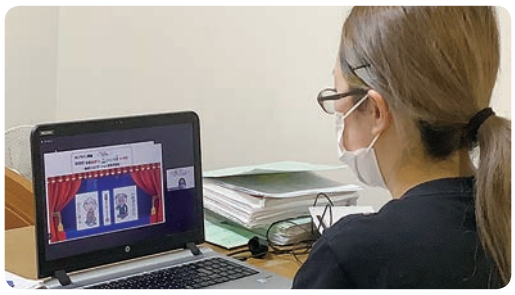


1月26日㈭、博愛・愛宕の食支援検討部会は協力医療機関である畑歯科医院より畑慎太郎医師を講師として招き、「口腔ケア」をテーマとした内部研修会をリモートで開催しました。今回は「高齢者に多い歯周病について」のお話で、病状や予防のための歯磨きの仕方など、貴重な写真やイラストなどで大変わかりやすい講義をしていただきました。ありがとうございました。

2022年度地域リハビリテーション実践交流会 実践発表！

2月8日㈬、「地域リハビリテーション実践交流会 ひといき庵in中丹」で、令和4年度より舞鶴赤十字病院の理学療法士の方のご助言・ご指導を受けながら現場で取り組んでいます「入居者の方々の食事時のポジショニング」について、当施設の介護リーダーの鰻田 幸職員がリモートで実践発表を行いました。入居者の皆様により良い姿勢で食事を召し上がっていただくため、今後も引き続き、この課題に積極的に取り組んでまいります。





グリーンプラザ博愛苑（全館）：FREE Wi-Fi始めました！

コロナ禍で面会が難しい中、ご入居者様とご家族様が少しでもコミュニケーションをとっていただけるように、この度、博愛苑（全館）のWi-Fi環境を整えました。

詳細につきましてはホームページをご確認いただくか、各事業所の生活相談員までお問い合わせください。

◆ 2月～3月のスケジュール ◆

	グリーンプラザ博愛				グリーンパーク愛宕	
	特　養	ケ　ア		デ　イ	特　養	ケ　ア
		午前	午後			
2月16日㈭	テレビ体操	壁画作り	リハビリ体操	イキイキ体操・缶積み		物送りリレー
17日㈮	DVDでショー	写経	お楽しみ喫茶	イキイキ体操・脳トレ	塗り絵	玉入れ
18日㈯		制作		イキイキ体操・輪投げ		歌の会
19日㈰		間違い探し			DVD鑑賞会	
20日㈪	誕生日会	頭の体操		イキイキ体操・ご当地クイズ	誕生日会	サッカー
21日㈫	作品作り	塗り絵		イキイキ体操・お手玉ギリギリストップ		すごろく
22日㈬		箱折り、新聞折り		イキイキ体操・キックボーリング	歌謡ショー	回想ゲーム
23日㈭	テレビ体操	壁画作り		イキイキ体操・魚釣り大会		トランプ／かるた
24日㈮	DVDでショー	写経		イキイキ体操・脳トレ	塗り絵	風船バレー
25日㈯		体操		イキイキ体操・音楽レク		輪投げ
26日㈰	おやつ作り	間違い探し			DVD鑑賞会	
27日㈪		頭の体操		イキイキ体操・輪投げ		トランプ／かるた
28日㈫	作品作り	塗り絵		イキイキ体操・魚釣り大会		玉入れ
3月1日㈬		箱折り、新聞折り		イキイキ体操・脳トレ	歌謡ショー	歌の会
2日㈭	テレビ体操	壁画作り	リハビリ体操	イキイキ体操・お手玉ギリギリストップ		サッカー
3日㈮	DVDでショー	写経		イキイキ体操・スプーンでポイ!	塗り絵	輪投げ
4日㈯		体操		イキイキ体操・脳トレ		DVD
5日㈰	体操レク	間違い探し			DVD鑑賞会	
6日㈪		頭の体操		イキイキ体操・のらぬならのせてみせよう!		
7日㈫	作品作り	塗り絵		イキイキ体操・脳トレ		歌の会
8日㈬		箱折り、新聞折り		イキイキ体操・筍ほりゲーム	歌謡ショー	パズル
9日㈭	テレビ体操	壁画作り		イキイキ体操・キックボーリング		すごろく
10日㈮	DVDでショー	写経		イキイキ体操・洗濯ブリッジ	塗り絵	
11日㈯		ひな人形片付け		イキイキ体操・お宝探し		回想ゲーム
12日㈰	午後レク	間違い探し			DVD鑑賞会	
13日㈪		頭の体操		イキイキ体操・筍ほりゲーム		すごろく
14日㈫	作品作り	塗り絵		イキイキ体操・スプーンでポイ!		風船バレー
15日㈬		箱折り、新聞折り		イキイキ体操・魚釣り大会	歌謡ショー	

● 社会福祉法人 博愛福祉会 ●

◆特別養護老人ホーム　グリーンプラザ博愛苑　☎(0773) 65-3700　toku@hakuaien.jp
◆ケアハウス（特定施設入居者生活介護）　グリーンプラザ博愛　☎(0773) 65-3702　care@hakuaien.jp
◆デイサービスセンター　グリーンプラザ博愛　☎(0773) 65-3706　day@hakuaien.jp
◆ヘルパーステーション　グリーンプラザ博愛　☎(0773) 65-3710　helper@hakuaien.jp
◆在宅介護支援センター　グリーンプラザ博愛　☎(0773) 65-3705　shien@hakuaien.jp
●住所　〒625-0025　京都府舞鶴市字市場390　FAX (0773) 63-1250

◆地域密着型特別養護老人ホーム　グリーンパーク愛宕　☎(0773) 65-2350　atago_toku@hakuaien.jp
◆地域密着型特定施設　ケアハウスグリーンパーク愛宕　☎(0773) 65-2351　atago@hakuaien.jp
●住所　〒625-0033　京都府舞鶴市愛宕浜町3-5　FAX (0773) 65-2352

◆新舞鶴・三笠地域包括支援センター　☎(0773) 77-5001　houkatsu@hakuaien.jp
●住所　〒625-0035　舞鶴市字溝尻150-11　FAX (0773) 77-5011
多世代交流施設まなびあむ2階

●ホームページアドレス　http://www.hakuaien.jp　●メールアドレス　info@hakuaien.jp