



あしたば通信

R5年11月号



チーム対抗輪投げ大会!!

「輪投げ」と聞いて皆さんはどんなことを思い出されるでしょうか。どなたも一度はされたことがあるのではないと思われる、昔ながらの遊びです。その遊びをチーム対抗でいただきました。

座った位置からの棒までの距離は70cm! 的に書かれた数字がそのまま得点になります。1人2投、1チーム4~5人で戦いました。ルールは簡単なのですが、高得点を狙うとなると、つい力が入りすぎます。1投ごとにかたずをのんで見守り、輪が落ちると、歓声が上がったり、ため息が漏れたりと大いに盛り上がりました。皆様、大変な集中力と絶妙なコントロールを発揮しておられました。

1週間を通して行った結果、4人で53点が最高得点でした。8投で53点とはすごいですね。



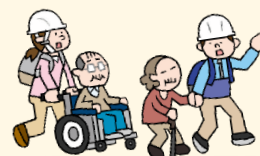
防災レクリエーション・避難訓練行いました!

10月は、防災月間として、防災に関するレクリエーションを行いました。ご自宅のブレーカーの位置や避難場所について知っていますか?とお話を伺いました。参加者の中には、ブレーカーの位置や避難場所も把握し、家族との連携方法も、市町村主催のアプリを活用されているという方もおられました。

これを機に、改めて避難場所や家族との連絡などをご確認いただけると嬉しいです。

防災月間の締めくくりとして、10月26日(木)には火災を想定した避難訓練を実施しました。通所リハご利用の皆様にもご参加いただき、建物の外に避難していただきました。発災から5分未滿で全員無事に慌てることなく避難完了することができました。

ご利用者からも、良かったことや改善点のご意見を頂戴しました。何度訓練しても新たな課題は見つかります。来年はさらに精度を高めるよう取り組みます。ご協力ありがとうございました。





●●●●さんは病気の影響で、手足の筋力が落ち、外出することが出来なくなっておられました。自宅や通所リハで日トレーニングに励まれ、自宅内では杖を使わずに歩け、自転車にも乗れるようになっています。
 10月末でケアポート栗東の通所リハビリの利用は修了され、今後は病前にご利用されていた栗東市民体育館のトレーニングジムを利用される予定です。ご自宅から体育館までの移動は愛用の電動自転車を利用されます。若い頃からバスケットボールをされており、引退されてからは指導者としても活躍されています。今後も定期的なトレーニングを続けながら、中学生や大学生の指導に取り組まれます。



職員リレーエッセイ

前田さんよりバトンを受け取りました、管理栄養士の木下です。施設では利用者の皆様の食事提供や栄養管理を担当しています。

私の趣味といえば、息子が小学生の頃から続いている家族キャンプでしょうか。自然に囲まれ、波や川の音、鳥や虫の声を聴いていると、日常を忘れて時間を楽しむことができるのはキャンプの醍醐味のひとつです。もちろん「キャンプめし」が一番の楽しみで、「次は何食べる?」と毎回ワクワクしています。ただ、天気にも恵まれないことも多く、雨の予報でキャンセルしたり、晴れの予報でも天候急変で突然雨に降られたりすることもしばしば。我ながらかなりの雨家族です(笑)。息子が成人してからは、夫婦キャンプになりましたが、雨にも負けず、非日常を感じられる有意義な時間をこれからも過ごしたいと思っています。
 さてさて、次は石川CWにバトンをお渡しします。



職員の復職・休職に伴うご挨拶

初めまして、介護福祉士の大野未佳と申します。以前は2階棟で働いており産休、育休で1年間お休みを頂き10月より復職しデイケアで働かせて頂く事になりました。慣れない育児に日々奮闘中ですが笑顔に癒されています。皆さまの事を知り力になれるよう頑張っていきたいと思ひます。ご迷惑をおかけする事もあると思ひますがよろしくお祈りします。



この度、第二子に恵まれ産休に入らせていただきます、久住呂です。前回同様済生会で出産予定ですが前はコロナ禍のため立ち合いも面会も遮断されており、孤独な出産となりました。そんな中、病室からケアポートの中庭で歩行されている皆様の姿が見え、元気をもらっていました。出産予定日は12月半ばと寒い時期ですが、皆さまにお力をいただき、いい報告ができればと思ひます。



11月の予定

- 第1週目) 体重測定
- 第4週目) 誕生日週間



※散髪ご希望の方は事前にお知らせ下さい。

理髪日のお知らせ

申し込みが必要です。

フィール → 6日(月)PM・15日(水)・17(金)

1週間前で予約締切

きれいや → 2日(木)・14日(火)・25日(土)

※11月23日(木)は休業日となります。お間違えのないようお願い致します。



- ・奈良の奈良漬け まんまる まるまる 丸奈良漬け
- ・雷鳥らいらい られりるれろらろ

* 昼食前に、口腔体操の一環で行っています。ご自宅でも是非!

