



## 謹賀新年



謹んで新春のお慶びを申し上げます。

平素は老健ケアポート栗東の運営に対し、ご利用者様、ご家族様より多大なるご理解と温かいご支援を賜り、厚く御礼申し上げます。皆様とともに健やかに新しい年を迎えることができましたことを、職員一同心より嬉しく存じます。

さて、今年は午年。「馬のまち栗東」にふさわしく、皆様がハツラツと、元気に活動できる一年となりますようお手伝いさせていただきます。

当施設におきましても、以下の3点に重点を置いて取り組んでまいり所存です。

1. 「個」を尊重したリハビリテーションの充実  
お一人おひとりの身体状況や目標に合わせ、多職種が連携して「その人らしい生活」の再構築を全力でサポートいたします。
2. 安心・安全な環境の提案  
ICTや最新の介護技術を積極的に活用し、見守り体制の強化と事故防止に努め、安心してご利用いただける環境づくりを推進します。
3. 地域・ご家族との絆の深化  
皆様のご協力のもと、感染症対策を徹底し、ご本人、ご家族のみならずリハビリテーション会議を軸とした他事業所様との連携を強化し、地域に開かれた施設を目指します。

皆様の健康への歩みが、馬の歩みのように力強く、軽やかなものとなりますよう、栗東の駿馬たちが大地を駆けるように、皆様にとって躍進の一年となりますようお祈り申し上げます。

また、ご利用を通じて、心も体も「ウマ」くいく、「やさしさ」笑顔あふれる「毎日」をサポートしてまいります。

職員一同、一つでも多くの喜びと安心を感じていただけるよう、日々精進してまいります。

本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

令和8年 元旦  
介護老人保健施設 ケアポート栗東  
施設長 吉岡誠



## 昭和時代にタイムスリップ



昨年の2025年は、昭和で換算するとちょうど「昭和100年」にあたる節目の年でした。その節目に、昭和時代に使用していた昔懐かしい道具をみなさまと一緒に触れました。

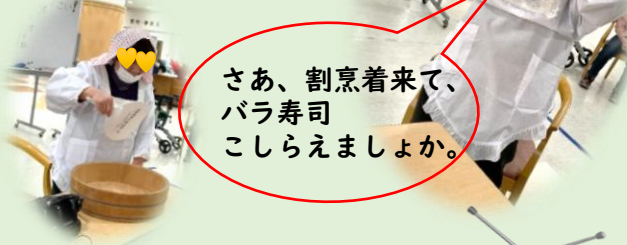
「これは、今の若い人は使い方がわからないでしょ」と、みなさまから教えていただき、平成生まれの職員は、衝撃の連続でした。

5つ玉のそろばんは、このように使います

110番  
かけてみよう

道具を手にし、ただ単に懐かしむだけではなく、当時の苦労したことや、工夫されたエピソードを語る時間は、まるで昭和の時代にタイムスリップしていました。

さあ、割烹着来て、  
バラ寿司  
こしらえましょうか。







●●●さんは、股関節の手術後、外出が困難な状況となり、ケアポート栗東のデイケアをご利用開始されました。

これまで自身で紙芝居を作成し、三ヶ所で子どもたちや身体の不自由な方に、紙芝居をするボランティア活動を行ってこれていました。手術後、退院してから早期にボランティア活動を再開できるようにと、デイケアや自宅でご本人の状態にあった運動や活動を行い、ご利用開始後1か月程で再開することができました。先日は調理教室にも参加し、調理のレクチャーもされたようです。



寒い時期にも、青空の下で●●●おばあちゃんの紙芝居を楽しみに子どもたちが待っており、保育園の先生達の期待もあり、頑張っ毎週モーリーカーに乗って開催場所まで行き、活動されています。

今後もこども達の力になれるようにと、ボランティア活動を継続していられる意向を持たれており、職員一同応援しています。

## 職員リレーエッセイ

みなさんこんにちは。看護師の武田です。  
風邪が流行する季節になりましたね。某大学で風邪の予防に関する研究で、①うがい薬でうがい②水道水でうがい③何もしない。3つのグループに分けてどのグループが風邪に罹りにくいのか実験した研究がありました。どのグループが一番風邪にかかった人が少なかったと思いますか？正解は②です。うがい薬を健康な状態で使用すると正常な細胞が傷つき、感染のリスクを上げてしまったのではないかとのことでした。喉に菌があるときは、うがい薬は効果的ですが、予防という観点では薬を使わない方が効果的という結果でした。このことからお薬も必要なタイミングで使うことが大切なことがわかります。風邪を予防して、冬を乗り切りましょう。



## ネット手芸のご紹介

ご病気で利き手が右手から左手に変わり、細かな動作を行いやすくなるためのリハビリとして取り組んでいただいています。

作りたい入れ物のサイズに合わせて、カットした網目状のネットに、毛糸針を使って斜めや縦に縫い進めていきます。最後は、それぞれのパーツを縫い合わせて完成です。

出来上がった小物入れは、手指消毒用アルコール入れにさせていただきます。



## 1月の予定

- 第1週目) 体重測定
- 第2週目)
- 第3週目) 誕生日週間



## 理髪日のお知らせ

フィール→26日(月)PM・30日(金)AM

1週間前で予約締切!

きれいや→6日(火)・22日(木)・24日(土)

※散髪ご希望の方は事前にお知らせ下さい。申し込みが必要です。



生麦 生米 生卵  
柿描きかけて 柿食べて 柿食べかけて 柿描けず

\* 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!

