

2021年1月号

第79号 令和3年1月1日発行

社会福祉法人 寿老園老人ホーム



レークサイド土師

発行責任者／大田敏春

広島県安芸高田市八千代町土師12251-1

☎ 0826-52-3833

メールアドレス info@lakehaji.jp

ホームページアドレス http://lakehaji.jp

新年のご挨拶

あけましておめでとぅございませう

皆様におかれましては、健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。平素より当施設、各事業所の事業推進に格別のご理解、ご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。昨年は新型コロナウイルスの発生、感染拡大という世界的な社会現象に見舞われ、ご家族の面会の制限等、ご利用者・ご家族の皆様には大変ご不便をおかけ致しました。当法人として、ご利用者様の安全・安心を最優先に考え運営してまいりますので、コロナウイルスが終息するまで、今しばらくのご協力宜しくお願い致します。

当施設の位置する安芸高田市も色々な課題を抱えております。住み慣れた地域で安心して暮らして頂けるよう、又地域のニーズに対応できるよう、地域、関係機関と連携して支援していきたいと考えております。

今年も、職員一人ひとりが、ご利用者のその人らしさを大切に、寄り添うケアが出来る集団をめざしてまいります。

一日も早い新型コロナウイルスの終息と、災害のない平穏な一年であることを願い、皆様のご健康とご多幸を祈念申し上げます。

令和三年 元旦

特別養護老人ホーム レークサイド土師

園長 大田 敏春

特養・ショートステイ



栄養課



ヘルパー・居宅支援



デイサービス



令和2年度

家族介護者教室のご案内

※下記の日程で開催しますので多数ご参加下さい。新型コロナウイルス感染症の拡大状況によって、中止や予定が変更になることがありますので、ご了承下さい。変更の際にはご案内申し上げます。よろしくお願い致します。

第4回 認知症について

日時：3月11日(木) 10:30～11:30

場所：八千代人権福祉センター

講師：JA吉田総合病院

認知症看護認定看護師 川上 香奈 氏

対象者

八千代町で、現在介護されている方、介護に関心をお持ちの方

お申込み

八千代町在宅介護支援センター

担当：石川真美江(送迎もご相談に応じます)

TEL:0826-52-3833



八千代町在宅介護支援センターより

お知らせ

介護を要する在宅のお年寄りと、その家族に対して在宅生活に関する相談を、デイサービスのサテライト会場で受付けています。より身近な相談窓口としてご利用ください。

なお、レークサイド土師では従来どおり相談窓口を設置しています。

日時

毎月第2水曜日 午後1:00～3:00

場所

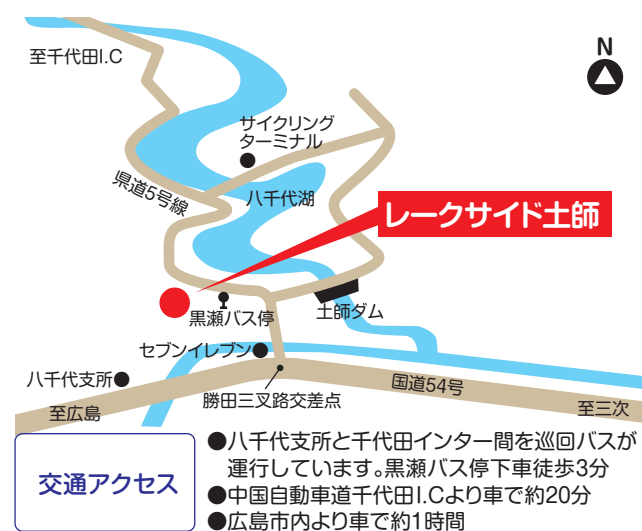
八千代町上根 市表集会所

八千代町在宅介護支援センター レークサイド土師

担当／居宅支援相談員 石川真美江

(TEL. 0826-52-3833)

レークサイド土師 近郊マップ



交通アクセス

- 八千代支所と千代田インター間を巡回バスが運行しています。黒瀬バス停下車徒歩3分
- 中国自動車道千代田I.Cより車で約20分
- 広島市内より車で約1時間

TEL0826-52-3833 FAX0826-52-2154

俳句クラブ



雪道に

事故なく帰り

祈つてる

大田ヒロコ様

シヨールを

頭にかぶり

雪かきを

田中和子様

冬来れば

おでんで笑顔

温まる

廣田 弘様

除夜の鐘

鳴る度思う

歳増えた

中島トヨ子様



これで
お肌も
つるつる

寒さに耐え、立派に実った柚子を職員・関係者の方から頂戴しました。健康と長寿の願いを込め、特養とデイサービスの柚子風呂に使わせていただきました。ありがとうございました。

編集後記

人々の生活環境に大きな影響をもたらした新型コロナウイルスは現在、第三波という形でさらに多くの方々へと感染を広めています。政府主体で実施されているGOTOイートやトラベルなどのキャンペーンは飲食・観光業など様々な業種の救済を目的の一つとして創設された事業ですがコロナウイルスの蔓延悪化に繋がっているのではないかとの懸念もあります。

新年を迎えるにあたって経済と感染予防の二つを両立するためには各々の手洗い・消毒やマスクの着用、3密を避けるという意識と実行力が必要だと感じています。

斎藤 隆洋

10月16日(金)

～ 特養だより ～

11月10日(火)

爽やかな秋空の下で 園外喫茶

前回よりおやつのリポートリーが増えました。
栄養課の皆さんありがとうございました。
「久しぶりに外で食べるおやつは、おいしかったです!」



ぽかぽか陽気に囲まれて 紅葉ドライブ

今回は自粛モードでの取り組みでしたが、
皆さんに楽しんでいただきました。
「車の中から秋をたのしみました!」



介護者教室にお邪魔しました

心も体もリフレッシュ 9月23日(水)

～イキイキ生活続ける秘訣とは!?～

- 講師：医療法人社団 八千代会
メリィホスピタル作業療法士 児玉 努 氏
八千代病院作業療法士 氏見 亮太 氏
- 32名の参加がありました。生活でできる『ながら筋トレ』で脚の筋力を鍛える!予防の肝は、外出と交流です。『～がしたい』という目標を持ち、外出や地域活動に積極的に参加し、運動を継続してフレイル※を予防していきましょう。

※フレイルとは、加齢により心身が老い衰えた状態のこと。



高齢者と食事

11月19日(木)

～食事を楽しんでいただくために～

- 講師：レークサイド土師 管理栄養士 地西 麻衣子
- 「食」がテーマということもあり、31名の参加がありました。「食事をふやすためには」「おいしい減塩法」などのお話と、○×形式での、食の問題を楽しく学んでいただきました。

- 問題
- ①カレーを食べていると認知症予防になる?
 - ②卵には必要な栄養がすべて含まれている?
- (正解) ①○ ②×



～ デイサービスだより ～

楽しかった10.11.12月の思い出

デイサービスをご利用いただいている皆さんに、今年も楽しい行事を企画してもらいました。近場の秋の名所観光や、季節感満載の行事の開催ができ、また皆さんに大変喜んでいただきました。皆さん一人一人に感謝です!

【主な行事】

米ぬか湯	10月5日～10日
運動会	10月13日
しょうが湯	11月2日～7日
紅葉ドライブ	11月16日～19日
焼き芋会	11月23日～26日
柚子湯	12月7日～12日
クリスマス・忘年会	12月21日～23日



献立メニューから

作ってみませんか? ひじきご飯

いつでも手軽にできる素朴な炊き込みご飯です。
ひじきの食感と海藻ならではの旨味が絶妙です。



シンプルな素材で、
美味しさもシンプルに

【材料(4人分)】

米	2合	干しひじき	10g程度
油揚げ	1/2枚	にんじん	1/3本
だし汁	300ml程度	みりん	大さじ2と1/2
薄口醤油	大さじ2と1/2	茹でた枝豆、グリーンピース等	

※お好みで鶏肉やしめじ等を入れて炊いても美味しいです

【作り方】

- ①米は洗米し、30分浸水しておく。
- ②ひじきは水戻し(30分)し、長ひじきの場合は切っておく。人参はせん切り、油揚げは小さめに切る。
- ③①の米を一度ザルに上げ、水気を切って炊飯器の内釜に入れ、醤油・みりんを入れて内釜の2合の線までだし汁を入れる。
- ④③に水気を切ったひじき・人参・油揚げを広げて入れ、炊飯器にセットして炊く。
- ⑤炊けたら、しゃもじで切るようにして混ぜ合わせる。
- ⑥器に盛り、枝豆等の青味を飾る。

令和3年1・2・3月行事のご案内

デイサービス 主な行事

新しい行事も企画中です。
職員一同皆様のお越しをお待ちしています。

- 1月 新年会
- 2月 鍋会
- 3月 ひな祭り



デイサービスの かわり湯

寒い日には血行が良くなりリラックス効果
抜群のお風呂で心地よく気分転換!

- 1月 椿湯
- 2月 米ぬか湯
- 3月 柑橘湯

