

謹賀新年



新年のご挨拶

新年明けましておめでとうございます。コロナ禍のなか皆様にはステイホームで今までとは違った新年をお迎えのことと思います。

昨年の正月はとても暖かく、地球温暖化の実態を感じたものですが、打って変わって今年は大雪の中の正月でした。八幡神社への初詣はコロナ対策で2日に挙行。急な石段も歩きやすくしてありましたが、1年歳を取った実感を味わいながら、実は息切れ。牛歩のごとく急な石段を登り、恒例のおみくじは去年より1ランクアップの『大吉』。今年こそはと気分も、「静かな高揚感」で新年のスタートを切れました。今年は分散化で、人出はまばら。とても趣のある初詣でした。

今年は丑年。牛は昔農耕に欠くことのできない存在で農家には必ず同居していました。我が家にも雌牛1頭が家族と同じくらい大切にされていたことを思い出します。田植えどきや耕作に欠かせない存在で、ゆっくと忍耐強く着実に仕事をこなす大切な家族でした。昨年来の新型コロナウイルスの終息は見えませんがおそらく新型コロナとともに共生していくものと言われています。今年は丑年。どっしりと構えコツコツと前を向いて努力を積み重ね、改革を進めていくには最適な年と言えます。

「過去今年貫く棒の如きもの」元日の新聞にのっていた句です。昨年は豪雨などの自然災害、新型コロナウイルス感染症など私たちの周りに突然に起こる大きなリスクが存在しています。高浜虚子はどんなことがあっても、どっしりと構え、コツコツと前を向いて歩いていく「牛」のように、頼れる棒を求め、句にしたものでしょう。

「仁は人の心なり 仁をもって関わるすべての人たちの幸せを追求し地域社会とともに歩み続けます」これは私たち敬仁会・仁厚会の理念です。太い棒です。私たちこの理念を職員全員が共有し、自分たちにできることを着実に実行していきます。

本年もどうぞ宜しくお願いいたします。

皆様にとって今年がご健康で佳い年になりますよう祈念しています。

マグノリア 施設長
生田 勝人

お願い ~コロナウイルス感染防止のために~

コロナウイルス感染防止のため、引き続きマグノリアでは、手洗い、マスク着用、消毒など感染対策を行いサービスを提供させて頂いています。

※サービスご利用前に、ご利用者様・ご家族様が『県外の家族と会う』『県外に出掛ける』予定や可能性がある場合は、事前にケアマネジャー・事業所へお伝え下さい。

・**県外の方と接触あった場合はサービスご利用の制限をさせていただきます。**

入所者様の外出については、通院等以外の不要不急の外出は制限させて頂いております。

入所者様への面会は、オンライン面会で対応させて頂きます。事前にご連絡下さい。

① ぽっかぽか1月号

ぽっか
ぽっか
ぽっか
1月号

城戸哲男書

第187号

発行日：令和3年1月12日

地域ケアセンター

マグノリア

〒682-0022倉吉市上井町1丁目2番1

TEL0858-26-3922

地域ケアセンターマグノリア

デイサービス

ホームヘルプサービス

ショートステイ

グループホーム

居宅介護支援事業所

配食サービス

地域包括支援センター

今月号のご案内

- 1面・新年のあいさつ
- ・お知らせ
- 2面・クリスマスの様子
- 3面
 - ・デイサービス
 - ・グループホーム
 - ・グループホーム
 - ・グループホーム
- (介護・予防・小規模)

- 4面
 - ◎今月の一句
 - ◎ぽっかぽかの会報告
 - ◎広報誌アンケート報告
 - ◎地域包括支援センター
 - ◎我が家の宝
 - ◎編集後記

ぽっかぽかの会

12月17日に、予定しておりましたぽっかぽかの会」ですが、雪のため中止となりました。参加を予定されておられたご家族様、申し訳ございませんでした。

この度の「腰痛、肩こり予防・体操」ですが、人気が高い内容ですので、今年度中に再度企画をもうけます。是非、ご参加お待ちしております。

～次回のぽっかぽかの会予定～

日時：令和3年 1月22日 金曜日
時間：13時30分から14時45分
内容：「家庭での防災予防」

冬は、火災等の災害が多く発生します、元消防士の泉氏を講師に、お話を聞きたいと思います。ためになる豆知識等、盛り沢山です。雪道等でお足元の悪い中とは思いますが是非ご参加下さい。

※大雪の場合は、中止になる場合があります。

広報誌アンケート報告

昨年の広報誌アンケートへのご協力ありがとうございました。集計結果の報告をさせていただきます。

- ・興味のある記事について
- 1位 マグノリア行事の様子 84%
- 2位 デイサービスの記事 62%
- 3位 マグノリアニュース 60%

頂いたご意見より「お風呂の介護について、女性の方をどう取り扱っておいででしょうか？残された羞恥心の扱いは大切だと思いますが・・・」とありました。入浴時は同性での介助の対応もしており、ご利用者様のご意向に配慮した対応を行っております。

今月の一句 マグノリア俳句・短歌の会

冠雪の朝日に映える大山也
渡り鳥湖上の数も日々に増し

茂



地域包括支援センター便り

冬場の入浴

ヒートショックに気をつけて！

☆ヒートショックとは、急激な温度差によって起こる体調トラブルのことです。

入浴中の急死は毎年約17,000人の方が亡くなっています。概ね、倉吉市の人口の1/3ですね。その内の8割、14,000人が高齢者です！

ヒートショックを引き起こす要因に、①温度差と②高齢者であること。があります。

高齢になると、血管の老化で血圧変動が起こりやすく、温度差への対応力が低下するからです。

対策

- ①脱衣室を20℃以上に暖かくしておく。(長袖シャツで過ごせる程度です)
- ②湯の温度は41℃以下。
- ③入浴時間は10～15以内。
- ④入浴前に水分を取りましょう。



こんなときは入浴を控えましょう！

- ①体調が悪い...
- ②飲酒後...
- ③食後すぐ(30～1時間以内)...
- ④精神安定剤、睡眠薬などの服用後...
- ⑤気温が低い早朝・深夜...

冬場の浴室は、ヒートショックのほか、転倒にも気を付けてみましょう！

～編集後記～

新年あけましておめでとうございます。年末から大雪で毎日天気予報とにらめっこしていました。年明けで大雪がひと段落したと思ったら再度寒波到来・・・また天気予報を確認するのが日課になりそうです・・・(伊藤淳)

マグ版
我が家の宝

小谷家の宝



小谷家のアイドル「べにちゃん」です。子育て中の娘の猫が居候しています。

マгноリアグループホーム 日記



元日に抹茶を点てて美味しく頂きました😊



今年の干支“うし”の書き初めをしました。

かりん かいん グループホーム日記



もちつき

12月26日は、子ども食堂・もちつきと賑やかな一日を過ごしました。餅つきでは本格的に臼と杵を使い、とっても美味し〜お餅が出来ました♪
3回目になる子ども食堂は、みんな大好き「唐揚げ」をトッピング！早々に完売となりました♪
次回は1月23日です。



子ども食堂

今月のショートステア



年末に皆様と一緒に餅つきを行い鏡餅を作りました！
つきたて熱々の餅を急いで形に整えて・・・一生懸命作りました！
「正月がきたなあ〜」となかなか好評です。
今年も良い1年になりますように♪



フロアもすっぴんお正月

予防デイサービス

毎日寒い日々が続いています・予防デイでは、皆様お手製の飾りでクリスマスツリーをいろどりしました😊



雪うさぎ

リンゴのコースター完成！

デイサービス

松ぼっくりを使って、クリスマスツリーを作りました♡カラフルな小さいポンポンとビーズを使って皆さん可愛く仕上がりました。
(*´艸`)



完成！

可愛いでしょ♡

素敵☆

小規模デイサービス ぽっかぽか



頭が寒いならあけ、ほっかむりがええで〜



雪が降り、雪だるまを作りました。『かわいいなあ。寒いけ帽子かぶせてあげない』となんとも優しい皆様♡



キンカン食べちゃう免疫アップ

『えっと雪が降ってびっくりしたなあ』と大盛り上がり!!
寒さに負けず元気いっぱいです。

メリー クリスマス



コロナ禍のため、いつもと違うことが色々ありましたが、それでもクリスマスはウキウキ心躍るもの。リースを作って飾ったり、クリスマスソングを歌ったり、ケーキは手作りでおいしく頂きました。

