



## 医務から

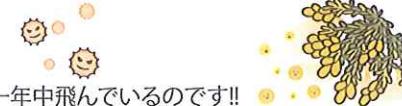


看護師 中西 めぐみ

「花粉症」と言えば「春」と思っていませんか?

春だけではないのです!

実は、飛んでいる花粉の種類が違うだけで、花粉は一年中飛んでいるのです!!



1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
ハンノキ				カモガヤ							
スギ					ブタクサ						
ヒノキ					オオブタクサ						
シラカバ						ヨモギ					
			ホソムギ			カナムグラ					
			オオアワガエリ			セイタカアワダチソウ					

症状は、くしゃみ・鼻水・目のかゆみ・喉の違和感・皮膚のかゆみなど…多岐にわたります。

外出時の注意事項としては、マスクやメガネを着用し、

花粉を体内に入れないようにすることが大切です。

また、外出後、服に付いた花粉を玄関先ではらい落とし、家の中に花粉を入れないようにしましょう。



## 栄養士から



## 新入職員紹介



野村 奈保子(のむら なおこ)

2月より入職いたしました。

皆様にご指導いただきながら、一日一日を大切に仕事に取り組んでいきたいと思います。  
どうぞよろしくお願い致します。



祝部 法子(ほうり のりこ)

利用者様が、お食事を通して楽しい毎日が送れますよう、沢山の愛情を持って頑張っていきたいです。よろしくお願いします。

2019 春



**九十九園だより**

社会福祉法人 幸生福祉会 九十九園 〒610-0343 京都府京田辺市太住池平99番地 TEL.0774-63-0804, FAX.0774-62-7534


ごあいさつ


「この道から 新たに学ぶ心」


寒さも日ごとに和らぎ、柔らかな春の日差しが嬉しい季節になりました。

春になると暖かい陽気に誘われ、ウキウキワクワクする人が多いなか、春になると気が重くなるという人も中にはいます。春になると生活環境の変化によって、緊張やストレスにさらされ自律神経が乱れて、心身のバランスが崩れてしまいがちです。これから社会人になる人達は、期待や不安を感じることもあると思いますが、先輩や周りの人達に相談や質問、どんな些細なことでも聞いて、焦らず不安を少しづつ解消していって欲しいと思います。入社して1年は、技術的にも社会人としても沢山のことを学ぶので、不安に感じていることを聞いたり、経験したりすることで知識として蓄積されます。

失敗した時は反省し、次にどう活かすかをしっかりと振り返ることで学び、自分の成長に繋げて欲しいと思います。私たち施設職員も、将来の地域における高齢者社会を支える施設を目指し、ひとつひとつのことを丁寧かつ確実にこなして、地域の皆様と共に学び成長できるように頑張って参ります。

施設長 大本 顯

「九十九園だより」は下記アドレスのホームページでもご覧になれます。

<http://www.tsukumo-en.or.jp>

-8-

-1-



## ケアハウスから

生活相談員 中西 潤

年が明け、早くも3ヶ月が過ぎました。年号が変わり、新しい気持ちで生活をされようとお考えの方もおられるのではないかでしょうか?まだ肌寒い日が続き、これから温かくなり過ごしやすくなると思いますが、体調には気をつけてお過ごし下さいね。

さて、ケアハウスでは30名の入居者様が生活されており、今年もお茶会やお花見など行われました。これからも、音楽祭や納涼祭などの行事が行われる予定で、毎月季節を感じて頂けていると思います。また、ケアハウスの生活だけでは物足りない方は、外出や外泊されたり、デイサービスなどの介護サービスを利用されたりと日々、各自で忙しく生活をされています。同じ年代の方が多く生活をされており、また、親しみを感じられる職員も多数おりますので安心して生活して頂けているかと思います。

地域の方やケアハウスに興味を持たれた方は、どうぞお気軽にお問い合わせ下さい。

### 1月 新春お茶会



### 2月 節分



### 4月 お花見昼食会



#### 食事イベント

(月に1回、入居者様のリクエストをふまえて提供しています。)

1月 にぎり寿司



2月 たこ焼き



#### 3月 すき焼き



#### 今後の予定

4月/天ぷら(食事イベント)

6月/音楽祭

#### ケアハウス入居希望者様

ケアハウスの事をよく知って頂くために、パンフレットや資料をご用意しています。又、隨時、見学や説明を行っていますので、まずは下記の担当者まで、お気軽にお問い合わせ下さい。

京田辺市大住池平99番地1 電話番号 0774-63-0804 担当 中西

御家族様、職員と一緒に

バシリ☆

私達も皆様のすてきな  
笑顔で日々、  
いやされています!!



食事イベント!!  
にぎり寿司

今年は桜が遅咲きに感じられる程、  
寒い日が続きましたが…桜での春の  
訪れと共に沢山の笑顔と沢山の写真を  
写していただけたら嬉しいです

木村・福島



介護の仕事は初めてですが  
みなさんと楽しく頑張り  
たいと思いますので  
宜しくお願いします

橋本 崇



介護職員 木村 翔馬 福島 綾

新年を迎え、心氣一転。新しいことに挑戦する日々…

あっという間に桜が輝く季節へとなりました。

雨も続き寒さが身に染み渡りますが…

キレイな桜、桜に栄える皆様と共に温かい日和を待っています。

今年もキレイな桜と共に健やかに、そして華やかに過ごして行きましょう!



介護支援専門員 高原 英明

## 今回より介護保険制度の仕組みについてお話しします。



初めて介護保険サービスを利用する時に、まずは市町村に要介護認定の申請が必要になります。

申請をしていなければ、サービスを受ける事はできません。

申請の窓口は京田辺市の場合、高齢介護課になります。申請に際しては、申請書と介護保険被保険者証が必要となります。

九十九園では、この手続きについて申請代行を行っております。

ご連絡を頂ければ、介護保険制度などのご説明をさせて頂き、代わりに申請手続きをさせて頂きますので、お気軽にお問い合わせください。



訪問介護員 中野 紗由香



## 日ごろ役立つ生活の裏ワザをご紹介したいと思います



### ◆生姜に関する裏ワザ

生姜はでこぼこしていて、皮がむきにくい…と思ったことはありませんか？ 実は、スプーンを使うと、でこぼこしたところもスムーズにむけるのです！ 包丁はいりません！

また、大きな生姜や袋入りのたくさんの生姜は、一気に使い切れずもったいない…。そんなときは冷凍保存が便利です。すりおろし、千切り、薄切りなどにしてから冷凍しておけば、凍ったまま調理に使えます。冷凍保存すると、1~2ヶ月は日持ちしますよ！



### ◆切れ味が悪くなったハサミのお手入れ方法

セロハンテープやガムテープなどをハサミで切ると、刃がベタベタして切りにくくなったり…。そんな場合は、ハンドクリームを刃に付け、そのままチョキチョキと何度も動かします。最後にハンドクリームを拭き取ると切れ味が元通りになります。

次に切れ味が悪くなったりした場合、まずはアルミホイルを少し厚みが出るくらいに折り畳みます。そのアルミホイルを、切れ味の悪くなったりしたハサミでチョキチョキ切るだけで、切れ味が復活します！ 刃が汚れている場合は、汚れを取ってから実践して下さいね。



# デイサービスから

介護職員 守岡 茜・野木 明子

色とりどりの花が咲き始め、心が踊る春が来ましたね☆☆

デイサービスでは、季節を感じながら毎日を楽しく元気に過ごして頂けるような取り組みを皆様と一緒に行っています。



今年は投扇興に  
福笑いで  
幕明けとなりました



笑う門には福来たる

かさじどう  
色々な表情のお地蔵様  
愛くるしいですね!



手にいっぱいつづくわ



♪灯りをつけましょ  
ぼんぼりに～♪  
皆で歌いましたね



## 月に一度の食事・おやつレク



春キヤペリとあきえびの  
パスタ

春を先どい～!!

プリプリのエビが  
とっても美味しい  
かったです♥



寒い日には  
みぞれ鍋!!

具沢山でぞくられまーす



まぐろとエビも  
ちゅうだい ♥

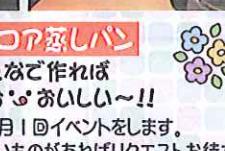


お寿司 も

握って頂きました。  
なんとネタは  
10種!!



ズームして  
みせちゃい  
ます



ココア添しパン

みんなで作れば  
なあ～おいしい～!!

今後も月1回イベントをします。

食べたいものがあればリクエストお待ちしています★★

おいし  
あずなあ



### 新入職員紹介



3/1からデイサービスに勤めさせて頂くことになりました。  
20才という若さのパワーを皆様にお届けできる  
ように頑張りますのでよろしくお願ひします。

武田直樹



3/16からデイサービスに勤めさせて頂くことになりました。  
名古屋から引っ越しして約2ヶ月ですが皆様に  
楽しく過ごして頂く様に頑張りますのでよろしく  
お願ひします。

濱口祐貴



安全運転で送迎させて頂きます。  
よろしくお願ひします

米谷吉夫



4/1よりデイサービスに着任しました。  
皆さんのが楽しく過ごせるよう頑張っていきますの  
でよろしくお願ひします

北村聖一