

真心とサービス  
since 1972

# 西山苑だより

nishiyama-en

No. 68号  
令和4年4月  
発行責任者  
施設長 柏保男

社会福祉法人 西山苑 理事長 荷見源成  
特別養護老人ホーム/通所介護/訪問介護/居宅介護支援/配食サービス/保育園

〒313-0014 茨城県常陸太田市木崎二町 937 番地の 2

TEL 0294-72-3500 FAX 0294-72-3915

## 青空と桜の木の下で



～ 温かみのある施設を目指して ～

ご挨拶

施設長 柏保男

満開の桜も桜吹雪となり、葉桜や山一面の新芽の鮮やかさに、生命の息吹を感じる今日この頃となりました。寒さから暑さに代わり、春を楽しむ時間も少なくなった気がします。

さて、コロナ禍も2年以上経過しましたが、一向に感染者数が減少しないまま終息の兆しはなく、誰もが不安を感じ、緊張感をもって日常をお過ごしのことと察し致します。

西山苑でも気の休まる日もなく、日々感染対策に全力を尽くしています。何より気がかりなのは、面会等の制限による、利用者様の寂しさを大変危惧しております。

そのような中ではありますが、新たな令和4年度がスタートし、少しでも利用者様が喜んで頂けるよう、楽しんで頂けるようにと職員一丸となって、感染対策のもと工夫を凝らしながら取り組んでおります。その様子が本誌を通して、少しでも皆様方にお伝えできれば幸いです。

引き続き、利用者様の安心安全を最優先とし、感染対策に最大限の努力を行ってまいります。皆様方には、ご不便ご迷惑をお掛け致しますが、何卒、ご理解ご協力の程、よろしくお願い致します。





初日の出



1月 1・3日 正月行事 2階・3階  
初日の出を見て！  
今年もコロナに負けずに、楽しくいき  
ましょう。



12月 24日 クリスマス会 2階・3階  
今年も残り少なくなってきました。サ  
ンタクロースと一緒に楽しみましょう。  
利用者様も変身して！



書初め



正月遊び



おみくじ



西山苑内  
初詣



お屠蘇でお祝い



2月 25日 散歩 2階  
お天気が良かったので源氏川の土手へ  
行ってきました。外の空気は美味し  
いと笑顔が溢れていました。



2月 3日 節分 2階  
『鬼は外！ 福は内！』豆を投げて鬼  
退治。今年も1年健やかに過ごせま  
すように！ 豆撒きの後は鬼の  
お焼きをいただきました。



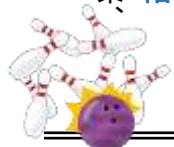
3月 14日 ホワイトデー 2階・3階  
保育園からバレンタインのお返しにお  
菓子が届きました！  
ありがとうございます！



3月 3日 ひなまつり 2階・3階  
子供の頃のひな祭りを思い出します  
ね。利用者様のステキな笑顔に癒され  
ます。

3月 14日 ボーリング 2階

ストライクを取ると拍手喝采、  
惜しくもピンが倒れないと





「頑張れ、頑張れ」と暖かい声援が聞こえてきました。



### 3月14・19日 散歩 2階

土手いっぱいには菜の花が咲いており、職員が摘んで手渡すと「湯掻いて食べようか」と冗談混じりの会話にも花が咲きました。



### 3月15日 卒園児プレゼント

ご卒園おめでと〜ございます、4月から小学生！  
楽しみがたくさん待っていますよ。

入所者様からのメッセージ  
つきです



3月31日〜4月2日 お花見ドライブ  
久しぶりのドライブです。桜の下でハイポーズ、これからも一緒に外出できるといいですね。



### ●職員 WEB 研修 3月17日

介護施設での感染の知識と対策

講師 ドクター・メイト(株)代表取締役 医師 青柳直樹氏

新型コロナウイルス・ノロウイルス・疥癬・インフルエンザ等の介護施設で注意が必要な感染症について対策も併せて学びました。感染症の種類によって有効な予防手段が異なることや、手指衛生など標準予防策の大切さを実感しました。

※標準予防策とは…感染の有無にかかわらず、つねに感染症を意識した対策を行ったうえで感染症発生リスクを下げることを

### ●コロナウイルスワクチン3回目接種

2月1日 3階・8日 2階

利用者様と職員、ワクチン接種を行いました。これからも、うがい手洗いまスク対策を行いましょう。

### ●人事異動 9〜4月

異動 沼田千恵子(医務室クラーク兼介護福祉士→相談員)

新規採用 小西裕子(2階介護職) 田尻美幸(管理栄養士) 薄井孝太郎(調

理師) 宇野雅代(看護師) 田畑公章(看護師) 今橋希(総務)

### ●永年勤続表彰 4月1日

西山苑勤続15年の職員(大和田拓也・角田誠人)2名に、業務に精励した功績を讃える感謝状が贈られました。

### 令和3年度の祝 (職員)

新しい家族が増えました

大和田拓也(次男/3階副主任)

白石俊(三男/3階主任)

成人しました 中島愛理(3階介護職)

山元あすか(調理師)

### ●5・8月の行事予定

お参り 売店 菖蒲湯 ドライブ セタスイカ割り 夏祭り(階ごと)

※感染症の流行状況により変更の場合有





## 通所介護 西山苑

昨年作成した寅の置物が完成しました。今年一年、良い年になりますように。



### ◆ もちつき大会 12月20日

西山農園で収穫した白菜を使い、グラタンやお雑煮などを作り、美味しくいただきました。



### ◆ クリスマス会 12月23～25日

クリスマスリース作り、パフェ作り、ゲーム大会など楽しい時間を過ごしました。

### ◆ 初詣ドライブ 1月4～8日

今年も若宮八幡宮に参拝に行きました。



### ◆ お正月行事 1月12～13日

書初めを行いました。今年はどんな一年になるでしょうか？



### ◆ 節分行事 2月3日

赤鬼と青鬼を年女の方を中心に皆で退治しました。



### ◆ 作業療法 3月7～11日

風船に和紙や糸を貼って、素敵なランプシェードができました。



### ◆ 皆勤賞授賞式 4月4～9日

令和三年度の皆勤賞は十三名、デイサービスに十年以上通われている方が六名おられ、それぞれの授賞式を行いました。



### ◆ お花見ドライブ 4月11～14日

お天気にも恵まれ、春を感じるドライブになりました。







まいにち

# 毎日これだけは体操

たいそう

お家でできる  
簡単リハビリ



## 体操を行う上での注意点

- ・体調に合わせ、回数を調整して行ってください。
- ・痛みがある場合は無理せず、体操を中止してください。
- ・体操前に血圧を測ることをおすすめします。
- ・体操中は息を止めず、ゆっくりと呼吸をしながら行ってください。

「毎日これだけは体操」のDVDができました。  
DVDを見ながら体操をしてみたいはかがで  
しょうか。

DVD 制作チーム



理学療法士 小林  
介護福祉士 大内  
機能訓練 指導員 岡部

### つま先上げ運動・かかと上げ運動 20回 2セット



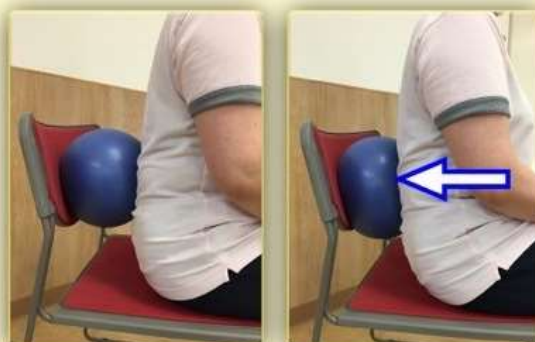
### 膝伸ばし運動 左右10回 2セット



### 足踏み運動 20回 2セット



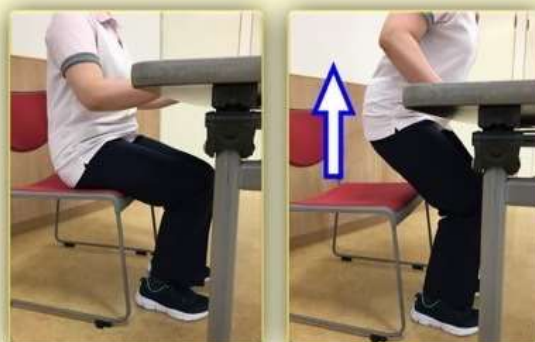
### ボール押し付け運動 10回 2セット



### ボール挟み運動 10回 2セット



### 立ち上がり運動 5回





### 栄養課だより

今回は、特養で普段提供している  
昼食のメニューをいくつか紹介します。



ジャムサンド  
野菜スープ  
カレイのムニエル  
トマトソースかけ  
かぼちゃのサラダ  
果物  
ヨーグルト



たぬきうどん  
焼き餃子  
白和え  
果物  
いちごヨーグルト



ごはん  
親子煮  
春キャベツのソテー  
小松菜の辛し和え  
果物  
ヤクルト

### ●ボランティアの皆さま

根本商店・森淑子(売店)  
理容組合常陸太田支部(有償)

※1月～4月 順不同・敬称略



### 生活コラム

季節の匂いを感じていますか？



春

一斉に咲く花の匂いや爽やかな  
新緑の匂い

夏

気温・湿度が上がり生い茂る葉の  
匂い

秋

甘い金木犀の香りや田んぼの稲  
刈り後の匂い

冬

ツンと乾燥した冷たい空気に枯葉  
の匂い

季節による気温・湿度・気圧・風の強さ・温度による土壌の変化・季節ごとに咲く花の香り・過去の経験など、季節においては自然が発する匂いや、予測・感情や嗅覚も関連し感情が大きく動いたとき、その匂いをかなり覚えていて、二度目に嗅いだときフラッシュバックのような感覚で思い出されることもあるようです。

季節ごとの匂いも感じる方と、そうでない方もいます。

このコロナ禍・密を避け自然の中で自分の好きな **におい** を感じてみてはいかがでしょうか



西山苑  
Instagram  
ぜひご覧ください



見てね！

一部を除く太田・瑞竜・峰山中学校区の  
の独居、または高齢者世帯(65歳以上)の方に、祝日を除く月曜から金曜日まで西山苑の厨房で作った夕食のお弁当を届けています。お申し込み、お問い合わせは常陸太田市役所高齢福祉課へ

☎0294-723111



太田中学校の交流福祉委員会の皆さんが育てたお花と感謝のメッセージをいただきました。ありがとうございます。

### 日々歳々 56



今回は、2階にお住まいの秋山みさ子様をご紹介します。

西山苑に入所して現在4年目です。中々自由に会えない日々が続いていますが、家族様からの手紙や写真を見て嬉しそうにお話をしてくれます。

これからも元氣にお過ごしくださいね。



### 編集後記

今年もあちこちで桜が見事に咲きました。

来年こそ、コロナが終息し、ゆっくり桜を楽しめると良いですね。

