

宇部幸楽苑広報紙

幸 楽 苑 だ よ り



2月号

発行元：介護老人保健施設 宇部幸楽苑
 発行日：令和6年 2月1日
 TEL 0836-51-3113 FAX 0836-51-5522



季節柄、なかなか外に出づら
 時節。入所者様には苑内で少
 でもお正月気分を感じて戴き
 たく、次のような催しを開きま
 した。
 まずは恒例の天候の影響を受
 けない幸楽神社にお詣りをしま
 した。入苑者の皆様はお参りの
 際、真剣な面持ちでお願いをさ
 れていました。ありがたい幸
 楽神社でお詣りした後は、おみ

明るく優しく

敬意をもって

宇部幸楽苑一階介護士チーフ

石田 奈津美



くじを引いて今年一年の運試
 し。
 利用者様に、新年のお願い事
 をこっそりお聞きしたところ、ち
 よっと恥ずかしそうに「元気で
 長生きできますように。」「美
 味しいおかずが食べられます
 ように。」と、可愛らしいお願
 い事を教えて下さいました。
 当苑の入所者は御高齢の方が
 多いのですが、しっかり食べる
 方が多く、これが元気に過ごせ
 る秘訣だと思います。
 2024年は甲の辰の年です。
 幸楽苑も入所者様を支えつつ、
 昇り龍のような1年になるよ
 うに努力して参ります。

《基本理念》

私たちは、介護・医療提供者
 として、地域社会における利用
 者並びにご家族の立場に立って
 考え、最善の行動とサービスを
 致します。

《運営方針》

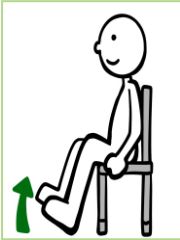
- 1.常に笑顔で誠意のある対応を心掛けます。
- 2.説明と同意の実践に努め、納得いただける施設サービスを実施致します。
- 3.人権を尊重し、入所者様・ご家族と共に職員が一丸となって自立生活の支援を致します。
- 4.個人の尊厳とプライバシーの保護に努めます。
- 5.疾病や障害の予防と適切な施設サービスを提供致します。
- 6.地域社会と連携して質の高い施設となるよう努力し、職員は日々研鑽に努めます。

『冷え性対策運動』

理学療法士 永久 晃

早いもので新年を迎え、はや一ヶ月が経とうとしています。海面水温の上昇によるエルニーニョ現象の影響を強く受け、暖冬となっておりますが御高齢の先輩方には厳しい冬であることに変わりはありませんよね。

そこで、今回は簡単で何処でも出来る冷え性対策の運動を紹介させて頂きます。この運動は第二の心臓と呼ばれる脹脛（ふくらはぎ）の筋肉のポンプ作用を使って血流改善が出来る運動になります。また、足を上げる運動は脛（すね）の筋肉を鍛え、すり足歩行の予防に繋がる運動です。例えばテレビを見ながらでも、お花を摘みにいった時にも出来ます。気軽に生活場面に取り入れ易い運動なので一日20回、3セットから挑戦してみましよう！



『6年間ありがとうございました』

この度、幸楽苑で介護士として働いていた職員が1月18日をもって退職致しましたので、幸楽苑だよりに彼女の退任挨拶を紹介させて頂きます。

私が幸楽苑に初めて来たのは、就職活動の為の1日体験の日だったので、その際、職員の皆様がとっても優しく、雰囲気良かったので、すぐに幸楽苑に就職する！と決めたことをよく覚えています。

新人の頃から不器用で皆様に助けってもらってばかりでしたが、幸楽苑だったから何とかやってこれたのだと思います。また、入所者様にもいろいろ良くして頂き、感謝でいっぱいです。

居心地が良くて頼れる先輩ばかりで、何も悩むことなく6年間働くことが出来て幸せでした。皆様、本当にありがとうございました。

介護福祉士 徳光 紗代子

今まで
ありがとう
ございました！



『徒然なるままに』

看護師 池田 草子

昨年十一月、コロナ禍以来四年ぶりに西岐波文化祭に手工芸クラブの人形・パッチワーク、離床活動のぬり絵、季節の工作、貼り絵などを展示しました。次の活動では、どんなものを作ろうかな？色々、イメージが膨らみます。

あるクリニックで飾られていた【傘】の作品をじーっと見ていると看護師さんが傍に来て「あげましょうか？」と声をかけていただきました。もちろん喜んで頂きました。

今後も入所者様と共にする作品を作っていきたいと思えます。

