



主権  
在客

# ようざん通信 / 2月号



## デイサービスようざん並榎



今年になっても新型コロナウイルスの情報ばかりですが、デイサービスようざん並榎では新型コロナウイルスに負けるのか!と利用者様の健康管理はもちろん自身の健康管理にも気を付けて、毎日元気に楽しく過ごしています。新年のピックイベントといえば「新年会」。今年は職員のかくし芸大会ということで、利用者様の笑顔を想像し楽しんで頂けるかアイデアを出し合い、「芸」の練習を重ねてきました。当日利用者様は、職員のマジックや、寸劇、歌や踊りに大きな声で笑い喜んでいらっしゃいました。イベント終了後「楽しかった」「笑い過ぎてお腹痛いよ」など沢山のお言葉を頂き、練習の甲斐があったと職員一同嬉しく思いました。他のイベントや食事レクリエーションも大好評でした。今回は奈良県の「きな粉雑煮」「おしろこ」「パフェ」を

召し上がって頂きました。「デイサービスに来ると美味しい物食べられるから嬉しい」と大変喜ばれています。ただ一つ残念な事はコロナ禍で皆様と一緒に作る事が出来なかったことです。一日も早く終息し一緒に作る事が出来る日を楽しみにしています。

私の好きな言葉で「今日という日は二度と来ない」という言葉があります。一日一日を大切に利用者様と楽しく過ごせるように努めて参ります。(森)

## ケアサポートセンターようざん石原



皆様こんにちは!まだまだ寒い日が続きますがいかがお過ごしでしょうか。

ケアサポートセンターようざん石原では年明けも新型コロナウイルス感染予防対策をしっかり行い利用者様も職員も元気に過ごしています。新年早々のイベント『新年会』では職員手作りのおせち弁当を楽しんで頂きました。玉子焼き、焼き鮭、御煮しめ、かぼちゃ煮、しそご飯、すいとん汁を職員が手作りし弁当風に盛り付けながらの提供です。また、ノンアルコールビールで乾杯し、お正月気分をユニット内でも感じて頂きたいという思いからの企画でしたので、利用者様からは「おいしいね!」「上手にできたね」などのお言葉と笑顔ととても楽しい時間を過ごすことができました。

今月も利用者様へ明るく楽しい空間のご提供ができるよう職員一同努力し頑張りたいと思っています!(加納)

## 暮らしのサポート ようざん

皆様こんにちは【暮らしのサポート ようざん】からは防水工事についてのお話です。防水工事には色々な種類がありますが今回は皆様もよく見かけるコーキング工事についてです。

既存のコーキング部分より漏水があるため新しく打ち直すことになった例をご紹介します。ご自宅などで防水の機会がありましたら参考にしてみてください。①最初の作業は漏水箇所にある不純物(今回は既存のコーキング)の撤去をします。次にブラシなどで清掃して乾燥します。埃が付いていたり濡れているとコーキングが浮いてしまい間隙が出来て漏水してしまいますので注意です。②清掃が済みましたら次は養生テープでコーキングの幅を決めます。幅は10mm~15mm程度がお勧めです。③養生後コーキングガンと呼ばれる道具で材料を充填します。充填した後時間をおかずにへらで押さえ込むようにコーキング材を接着させます。④最後にテープを剥がして終了です。その後はコーキングが被膜硬化(約8時間)するまで強い水流のシャワーを掛けたり、こすったりせずに放置してください。さらに完全硬化までは約24時間とされていますので注意してください。なおコーキング材料には数種類ありますがお勧めはシリコンです。また



①撤去と清掃



②養生【マスキング】



③コーキングガンと充填剤【シリコン】



④養生撤去

より接着効果を上げるために充填前にプライマーを塗布することもあります。一度試してください。

私たち【暮らしのサポート ようざん】では防水工事だけでなく幅広く皆様のお役にたてるように日々努力してまいります。お困りのことがありましたら迷わずご連絡いただけますようお願い申し上げます。(吉田)

## グループホームようざん倉賀野



いよいよ本格的な冬将軍到来の季節となりましたが、寒さに負けずにお元気で過ごしてはいかがでしょうか?グループホームようざん倉賀野では、うがい・手洗い・ホールや居室の換気をこまめに行い、職員一同入居者皆様の体調管理に努めています。お陰様で入居者様・職員共に、風邪をひくこともなく元気に過ごしています。今年は新型コロナウイルス感染症の影響で初詣に行けなかった為、少しでもお正月を楽しんで頂こうと、ニューイヤー駅伝を皆様とテレビで観戦し「今高崎を走ってるんだね。」「ここは、〇〇だね。」「昔〇〇で美味しい物を食べたんだ



よ。」等のお話をし、大変盛り上がりました。また昼食ではおせち料理を召し上がって頂き、その後はお正月の歌を皆様で唄って頂きました。

立春とは名ばかりで、まだまだ寒い日が続いております。「冬来たりなば、春遠からじ」。日差しにも春の訪れを感じるようになり、寒さの中にも春の足音が確実に聞こえてきます。まだまだ寒い日が続きそうですが、風邪には気を付けて、お元気にお過ごし下さい。(本間)

## 特別養護老人ホームアンダンテ



厳しい冬の寒さがより一層強くなり始め、山の方では雪が積もることも増えてくる季節。いつも通りの冬というにはいろいろなことが変わってしまったと感じます。日々の手洗いうがいは例年以上に大切なものになり、どこかへ出かけることも難しくなりました。しかしそれでも季節の行事をいつもと違った形、いつもより小さな規模でも行うことで、皆様に季節感や笑顔をお届けできたとき、私達職員は大きな達成感を得られます。まだまだこれから大変な時期では



ありますが皆様が健やかに過ごせることが何よりの幸せであり、私たちの原動力です。(中嶋)

## グループホームようざん八幡原



今年はいつもの正月と違い、コロナ禍の為自粛で始まりました。いつ終息するのか分からないですが、利用者様に感染させない様に自身で気を付けていくしかありません。どこにも行けず、窮屈な生活が続きますがそんな時こそ皆で力を合わせ、知恵を振り絞って利用者様の生活をより豊かにしていきたいと思ひます。

さて、グループホームようざん八幡原では、少しでもお正月を味わっていただけるように焼きもちレクリエーションと初詣を実施しました。焼きもちレクリエーションは利用者様に具材を切って、こねて頂き、皆で焼きました。味付けは職員秘伝の味付けで門外不出だそうです(笑)。

今年はいち詣に出掛ける事ができない為、職員が鳥居やおみくじを手作りしました。そこで、所長が扮した神主によるありがたいお祓いを



受け、今年一年の健康を祈願しました。おみくじも引き利用者様も大変喜んで下さいました。

これからもこんなご時世だからこそ施設の中でできる事、今しかできない事…「ステイホーム」を利用者様と楽しんでいきたいと思ひます。(松原)

## グループホームようざん飯塚



皆様こんにちは。毎日寒い日が続いていますがいかがお過ごしでしょうか？グループホームようざん飯塚の利用者様は、皆様真冬の寒さにも負けず、元気で過ごしていらっしゃいます。コロナ禍で面会はできませんが、ご家族にも安心していただけるよう職員一同頑張っています。今月はお誕生日を迎えた方がお二人いらっしゃったので、ランチレクリエーションでは『海鮮丼』を、おやつレクリエーションでは『フレンチトースト』にクリームやフルーツできれいに飾り付けをしたバースデープレートをご用意させていただきました。マグロ、エビ、サーモン、たまご、シノの葉をアクセントにした色とりどりの豪華な海鮮丼に、皆様大満足！！喜んで召し上がってくださいました。また、ホットプレートを使用し目の前で焼き上げたフレンチトーストはふわふわで、ホール中にバターのいい香りが漂っていました。焼きたてのフレンチトースト



も大好評で、皆様の笑顔もあふれ、楽しい時間を過ごしていただくことが出来ました。職員が持ってきてくれた鬼柚子(獅子柚子)で、体の芯から温まる柚子茶を作り、風邪予防、乾燥予防に毎日お茶の時間に召し上がっていただいています。大きな柚子にびっくりする方もいらっしゃって、「お風呂にも入れよう！！」と柚子湯にも使ってくださいました。これで、寒い冬も風邪をひかずに元気に乗り切れることでしょう。

利用者様の笑顔は、職員にとっても一番の栄養です。これからも一日一日を大切に、笑顔で毎日過ごせるよう職員一同努めてまいります。(古澤)

## グループホームようざん栗崎



コロナ禍の中、緊急事態宣言によりご家族との面会も制限させていただいており、ご心配をおかけしている事と思います。

グループホームようざん栗崎では年末年始を通常通りに過ごしていただけるよう、イベントやリハビリを兼ねたゲームを行いました。食事面でも、季節を感じていただけるように工夫してみました。今年是利用者様に手伝っていただき、白玉ぜんざいのあんこを小豆から作ってみました。2日間弱火でコトコト煮込み、砂糖も半分の量で仕上げました。思っていたよりも甘く、マメの味もしっかりと感じられ、おかわりする方もいらっしゃいました。七草粥の日には春の七草をすべて入れる方もいらっしゃって、楽しそうに皆さん会話ははずんでいらっしゃいました。イベントや季節の食事等を通じて、利用者様にたくさんの思い出話を聞かせていただき、私たち職員も楽しみながら日々勉強の毎日です。(下川)

## グループホームようざん



寒さも本番を迎えました。各施設、ご家庭でも感染症対策で外出を控えたりと、屋内中心の生活が続いているかと思います。グループホームようざんでは、外出を控える中で少しでも季節感を感じて頂きたいと考え、お正月遊びや体が温まるお汁粉作りを行いました。今回はその様子をお伝えしようと思います。

みなさんはお正月遊びといったら何を思い浮かべますか？凧揚げや羽根突き、群馬県民は上毛カルタなどでしょうかね！グループホームでは笑う門には福来たる、ということで毎年福笑い大会を行っています。縁起もいいですしね！「なんも見えないよ〜」「こちでいいんかい？」などと協力して福笑いを楽しんでいらっしゃいました。今年も楽しく初笑いを迎えられたと思います。いい一年になるよう頑張ってくださいませ！

それと寒〜い季節柄温かい飲み物が飲みたい！と、リクエストを

頂き、お汁粉を作りました。私自身お汁粉を作るのは初めてだったのですが、みなさんに教えて頂きながら作りました。「水が先、あんこは後！」「甘酒入るとおいしいよ」などなど、流石でございます。おいしいお汁粉が完成しました。体も温まりとても好評でした。また作りたいですね。

その他、お誕生日会を行ったりと屋内での食事レクリエーションを中心にイベントを行いました。感染症対策を怠らず元気に過ごせるよう頑張っていきたいと思っております。(松崎)

## 居宅支援事業所ようざん

50代になる看護師さんが、入院患者さんに「仕事をする際に大切にしている事は何？」と質問され、しばらく考えて「心のバランス」と伝えたそうです。

頑張りすぎて、本来の自分らしさを見失わないように、心のバランスをとる事だそうです。次は「粘り」と「健康」を上げていました。全て納得のいく言葉だと感じました。

今、コロナ禍の中で特に医療従事者の方は、計り知れない程の大変な仕事を担っています。毎日、様々な緊張の中でも自分自身を見つめ直しながら、仕事に向かう姿勢は素晴らしいと感銘を受けました。

自身も、ケアマネジャーとしてあとどのくらい仕事ができるのかと、考える年齢にもなってきましたが、この「心のバランス」という言葉を思い出しながら、今後も仕事をしていければと思っています。(中條)

## ケアサポートセンターようざん貝沢

皆様、こんにちは。2月に入り厳しい寒さが続いています。皆様いかがお過ごしですか？私はケアサポートセンターようざん貝沢に異動して半年がたちました。異動とは「初心に戻り、一から学ぶこと」だと思います。最初は緊張し、不安でしたが、今では異動してよい勉強ができ、良かったと思います。「初心、忘るべからず」介護士には大切な言葉だと実感しています。優しい利用者様や先輩の職員さん、この場をお借りしてお礼申し上げます。『いつもありがとうございます』。

ケアサポートセンターようざん貝沢では、お正月に職員の愛情こもった手作りの「おしるこ」を皆様に召し上がっていただきました。お椀をテーブルに置くと一瞬でペロリ！あまりの早さにビックリです。「おいしいよ〜」「お正月だねえ〜」「あったまるよ〜」と皆様笑顔で喜んでくださり、身体も心も温まった一日となりました。

また、毎年の恒例行事である「かるた大会」も大変盛り上がりました。札を読むと「ハイ！」と素早く手が動く姿に「上毛かるた、恐るべし!!」。記憶力も「ばっちし！」です。「とれたよ〜」と嬉しそうに皆様、札を重ねていらっやいました。

ケアサポートセンターようざん貝沢は利用者様も職員もいつも笑顔いっぱいです。これから「1に安全、2に笑顔」で元気に頑張っていきたいと思います。(林)



## スーパーデイようざん小埜



皆様こんにちは！スーパーデイようざん小埜管理者の道下です。私がスーパーデイようざん小埜の管理者を務めさせていただくようになって、まもなく丸三年が経過しようとしています。ここまで無事に事業所運営が出来たのは、ひとえに関係者の皆様、ご家族、そして利用者様のご理解ご協力があつたからこそです。改めてお礼を申し上げます。おかげさまで、スーパーデイようざん小埜では現在新型コロナウイルス感染者も出ず、事業所運営が出来ています。引き続き、職員一同感染対策に力を入れ、安心・安全な事業所運営に努めてまいります。今後もご指導ご鞭撻のほどをよろしく申し上げます。

さて、スーパーデイようざん小埜では、令和3年丑年も、食事レクリエーションに力を入れていきたいと考えています。まず新年第一弾として、新年会でおしるこを提供させていただきました。関東では渡し餡を用いたものも粒あんを用いたものも区別せず汁粉と呼ばれますが、関西では渡し餡を用いたものを汁粉と呼び、粒あんを用いた物はぜんざいと呼び分けるのが通例とのこと。

また、この一年の無病息災を願って、1月7日の朝に食べられている日本の行事食である七草がゆをお昼に召し上がって頂きました。この時期にお粥を食べるのは、正月の祝膳で弱った胃を休めるためとも言われているそうです。

誕生日会も随時行っています。ある男性利用者様は、今月末で老健入所が決まっていたので、お別れ会も兼ねる形となりました。もちろん老健は短期入所ですので、さよならではなくまたお会いできる事を楽しみにという気持ちを込めさせていただきました。

ドライブレクリエーションでは初詣ウィークと銘打って、密にならないよう何回かに分けて、利用者様と初詣に出掛けました。ただ、昨今の情勢もあるので、今年はお参りなどせず車から楽しんで頂きました。

来月は、おやつレクリエーションでおでんやいちご大福など企画しております。特におでんは、私が個人的に最も楽しみにしています。我々職員も楽しみながら、利用者様に喜んで頂けるイベントを今後も展開していきたいと思っています。(道下)

## 🎀 ケアサポートセンターようざん藤塚



皆様体調を崩さず、お元気にお過ごしでしょうか？まだまだ寒さが続きますが、ケアサポートセンターようざん藤塚では、年明けから利用者様、職員共に元気に過ごしています。ケアサポートセンターようざん藤塚の利用者様は、皆様積極的で、毎日の体操、カレンダー作りなど進んで作業をして下さり、いつも助けて頂いています。年明け後は、十分な消毒と密接にならない配慮の中、少しでもお正月の雰囲気を感じて頂ければと、皆様でテーブルを囲みカルタ取りで遊んだり、タオルで目隠しをし福笑いで楽しまれたりと、とても盛り上がりました。また、誕生日を迎えた利用者様のお誕生日会では、照れた表情を



浮かべながらも、とても素敵な笑顔の写真を撮ることが出来ました。今年も一緒にお誕生日をお祝いさせて頂き嬉しい限りです。これからも変わらず若々しく健やかに過ごして下さい。

最後に手洗い、うがい、消毒をしっかりと行い、なるべく体調不良者を出さぬように体調管理に気を付け、このコロナ禍の時代を元気に過ごしていけたらと思っています。(橋本)

## 🎀 ケアサポートセンターようざん飯塚



まだまだ寒い日が続きますが、ケアサポートセンターようざん飯塚は、寒さに負けない元気な利用者様ばかりで、毎日楽しい時間を過ごしていらっしゃいます。

まずは、昨年の年の瀬、新年を迎えるべく、利用者様とスタッフが一丸となって、「門松づくり」を行いました。青竹を手に取り、「立派な竹だね～」と皆様が目を見開いていました。男性陣が土台に竹と松をしっかりと立てて、女性陣が華やかに美しく飾りつけました。「昔は、こうやって門松を作っていたのよね～」等々、懐かしそうに振り返っていらっしゃいました。そして完成した「門松」で、よい年を迎えることができました。



元旦は恒例の羽子板大会、また上毛カルタや福笑い等で白熱し、美味しいお汁粉も振舞われ、新年は楽しく大いに盛り上がりました。

その他に、お誕生日会も開催しました。フルーツやクリームたっぷりデコレーションされたデザートと、お誕生日プレゼントに大変喜んで下さいました。

皆様、明るく笑い声の絶えないケアサポートセンターようざん飯塚です。これからも、皆様の笑顔が絶えないよう、イベント、レクリエーション活動等に力を入れ、元気一杯盛り上がりつつ参ります。(古市)

## 🎀 デイサービスぽから

皆様、寒さがいっそう厳しくなってきましたが、いかがお過ごしですか？

さて今年の干支は丑ですね。干支とは、中国から伝わってきた考え方の様です。中国では木星を大切な星だと考えていて、木星が12年で太陽を回る事から12という数字が時間を考える基になっていました。1年も12の月、1日にも12の時間があると考えられ、分かりやすいようにそれに動物をあてはめたそうです。

デイサービスぽからの今月のレクリエーションも干支の組み合わせゲームを取り入れ「〇〇さんは何年？私は〇年だよ。」と会話しながら楽しんでいらっしゃいました。

今月、さらに盛り上がった行事は「福運くじ引き大会」です。1等～3等までの当たりがあり、1等の福袋には豪華商品！？が入っていてご自宅に帰られるまでは開封できません(笑)当たった方も、当たらなかった方も皆様笑顔で参加していらっしゃいました。

まだまだ厳しい状況は続きますが、職員一丸となって感染対策に取り組みながら、利用者様に安心、安全に過ごして頂けるよう取り組んでいきたいと思ひます。(谷川)



## 🎀 ケアサポートセンターようざん倉賀野



ケアサポートセンターようざん倉賀野にも外国人技能実習生が配属されました。名前はギオヴァニさんです。出身国はインドネシアで休憩時間などに様々なインドネシアの文化、宗教、風習などを教えてくれます。優しい人柄からか、すぐに利用者様も受け入れて下さり、溶け込んで来ています。まだまだ日本語の勉強や介護技術を習得していかなければならないと思ひますが、職員全員でサポートしてい

たいと思ひています。間違った介護技術や考え方、声掛けを覚えてしまわないように、今までの職員も気を付けていかなければならないと思ひています。いつか自国に戻った時に、日本の介護は素晴らしいものなんだと思ひて頂けるように、我々も一生懸命頑張りたいと思ひます！(太田)

## 🎀 スーパーデイようざん石原



ご機嫌いかがですか。

新しい年も明け令和3年がスタートしました。“令和”にもすっかりなじみ“平成”が遠くに感じられます。平穏な年にと願うばかりでしたが、新型コロナウイルス感染症拡大で不安ばかりが重くのしかかる幕開けとなってしまいました。

でも、そんな雰囲気負けじとスーパーデイようざん石原では、皆さんいつも以上の笑顔と笑い声の中で元気に過ごしていらっしゃいます。新年最初のイベントで『すごろく大会』を盛大に催しました。特製の巨大サイコロを「そーれ！」と豪快に転がして、いざスタート！思いの外ゴールまでの道のりは長～いものとなりましたが、最初のゴール到達者が出たところで「はい！ちょうど時間となりました！！」で、続い

てはテーブルを囲んで楽しいおやつタイム!!!準備してあったすごろく大会の景品をお配りすると、いくつになってもプレゼントって嬉しいものですね。皆様ニコリ良い笑顔でした。

今年も『安全第一』と『介護に一生懸命』をモットーに職員一丸となって頑張ります。(手島)

## 🎀 スーパーデイようざん栗崎



立春を過ぎててもなお厳しい寒さが続いており、春の陽気が待ち遠しい今日この頃...皆さま体調はいかがででしょうか？

新型コロナウイルス感染症による影響でレクリエーションが制限される中、スーパーデイようざん栗崎では少しでも気分転換していただけるよう、楽しい催しものを企画しています。

1月7日は日本で江戸時代から食べる習慣となっている七草粥を作り、「今年も皆が元気で暮らせますように」と願いながらお粥をいただきました。あっさりとしたお粥は大好評で「美味しかったあ」とご満悦！利用者様の素敵な笑顔を見ることが出来ました。

9日は誕生日会を開催しました。今月は2名の利用者様が誕生日を迎え、ささやかですが手作りのほうじ茶ケーキつま芋マッシュ添えてお祝いをしました。

15日は炭酸まんじゅう作り、19日はスーパーデイようざん栗崎特製醤油らーめんが振る舞われました。寒い季節に熱いものを食べる。最高ですよ！

利用者様の笑顔を見ることは介護職員のやりがいの一つでもあります。目の前にいる利用者様の『笑顔』を大切に、これからも様々な催し物を行っていきたくと思います。

コロナ禍での生活は不便さも多々ありますが、気疲れが溜まらないようご自愛ください。(宮下)

## 🎀 ケアサポートセンターようざん小埜



みなさんこんにちは！年が明けてからも真冬の寒さだったり4月の陽気になったりと気温が落ち着かず、世間では相変わらず新型コロナウイルス感染症が猛威を振るっていますが、お元気にお過ごしでしょうか？

ケアサポートセンターようざん小埜の利用者様は、毎日のように記録を更新していく感染者数を気にしては深いため息をついています。今は私たちにできることをしましよと「手洗い」「うがい」「消毒」そして「マスクの着用」を励行しています。今のところ発熱する方も出ず、つつがなく過ごしています。

さてケアサポートセンターようざん小埜ではお正月遊びとしてかるた大会と書初め大会を開催いたしました。書初めは、昔取った杵柄と

ばかりに書道に挑戦する達筆な方から、それなりに楽しんでくださる方まで和気あいあいと楽しめました。かるた大会は毎年恒例となっておりますが、日ごろからレクリエーションの一環として楽しんでいるので強い方はとにかく強い！実力は職員以上ではないでしょうか。優勝賞品は「コロナ収束後のシンガポール旅行！（ただし実費）」という怪しいものですが、栄冠を手にした優勝者は大喜びでした。おやつにお汁粉を召し上がっていただくと、皆様「おいしい」と喜んでいらっしゃいました。まだまだ寒さ厳しい日が続きますが、体調を崩さぬよう健康管理をバッチリ行い、健康で楽しい1年が送れるよう頑張りたいと思います。(石川)



## スーパーデイようざん双葉



2021年を迎えたと思ったら、もう2月ですね。寒い日が続きますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？

1月のスーパーデイようざん双葉では、カルタやすごろく、福笑いなどお正月気分を満喫していただけるようなレクリエーションを沢山行いました。

中でも盛り上がったのが、恒例となりました「宝くじ」ゲームです。本物そっくり？の宝くじをお配りし、1等から3等まで当選した利用者様にはスペシャルなおやつをご用意いたしました。「新年早々縁起がいいね」と、とびきりの笑顔を見せてくださいました。

また、12日の昼食には職員手作りのおでんと、炊き込みご飯を提供いたしました。前日から煮込んだおでんは「味がしみていて美味しいね」炊き込みご飯も「味付けがちょうどいいね」とおかわりされたり、普段少食の利用者様も完食されるなど、「身も心も温まるね～」と大好評でした。



もちろん、お誕生日のお祝いも忘れていません。手作りケーキ&誕生日カードと一緒に、昨年末から職員で練習しているオカリナ演奏の♪「Happy Birthday」に「ありがとう～！」と喜んでいらっしゃいました。

まだまだコロナ禍で不安な毎日が続きます。感染対策や健康管理をしっかり行い、利用者様に、笑顔で楽しく安全にお過ごし頂けますよう努めて参ります。(三村)

## スーパーデイようざん貝沢



本格的な寒さの中、新型コロナウイルス感染症もまだまだ終息せず、この先どうなるのかと不安になる時代となってしまいました。そんな中でもスーパーデイようざん貝沢の利用者様は元気に来苑されています。お正月は「ご家族で楽しく過ごせましたか？」と伺うと、「家族みんなでおせち料理を食べたよ」と嬉しそうに答えて下さり、ご家族と一緒に正月を迎えられるという事はとても幸せな事なんだ…と実感させて頂きました。

イベントでは、1月生まれの方が多いという事で盛大に合同誕生日パーティーを開催し皆様に美味しいケーキを召し上がっていただきました。8種類のアソートケーキからお好きなものを選んでいただき、大勢でお祝い出来た事はとても良い思い出になったようです。またランチレクリエーションでは焼きそば・バナナヨーグルト・コールスローサラダ等を皆様と作り召し上がっていただきました。利用者様から笑顔と元気をいただきながら職員一同、共に頑張っ一年を過ごして行きたいと思っております。(結城)



## 🎀 ケアサポートセンターようざん栗崎



皆さんこんにちは。寒さ厳しい毎日ですが、ケアサポートセンターようざん栗崎はいつも温かい笑顔でいっぱいです。年明けには恒例の福笑いで初笑いとなり大いに盛り上がりました。書初めでは、皆様素晴らしいお手並みで作品を次々と書き上げられていました。おやつレクリエーションでは梅が枝餅に挑戦しました。自宅で練習したときはなかなか上手くできなかったのですが、蓋をする時間やひっくり返すタイミングを利用者様に教えていただきながら一緒に作ったところ、最高の出来栄になりました。さすが料理の大先輩は違います。ぱりぱりともちもちが絶妙に合わさった梅が枝餅は、とても美味しく利用者様に大変好評でした。このようざん通信が皆様のお手元に届く頃には、豆まきをして恵方巻きを食べて、楽しい思い出がまた増えて



いることと思います。まだまだマスクからは解放されることはなさそうですが、少しずつ季節が春に近づくように、必ず冬の終わる日がくると希望をもって日々過ごして行きたいと思っています。(和田)

## 🎀 ケアサポートセンターようざん並榎



1月に入り寒さが厳しくなって来ましたね。皆様はこの寒さを乗り切るためにどのような対策を講じていますか?何か良い知恵があったら是非教えて下さい。

さて、ケアサポートセンターようざん並榎職員一同は、去年と同様に新型コロナウイルス感染症に負けないよう、今出来る予防策の徹底をより意識し、利用者様・職員共に感染者0人を継続すべく頑張っています。その為に、毎日の午前・午後の体操には今まで以上に力を入れ、免疫力を高めるのに良いといわれている「笑い」を取り入れた体操も行い、体力向上を図っています。その日にご利用頂いた全ての

利用者様に一瞬でも笑顔になって頂き「今日は楽しかった」と帰宅された後、ご家族とのお話の一部に入れたらと思っています。

また、1月は書初め・福笑い・食事レクリエーション等お正月にしか出来ない楽しいイベントを積極的に行いました。利用者様に少しでもお正月気分を味わって頂けたなら、行った甲斐があったのではと思います。

今後も、感染症とお上手に付き合いながら日々過ごして行かなければなりません、「かからない!うつさない!」を心がけ、利用者様と笑顔いっぱい楽しく過ごせたらと思っています。(赤尾)

## ケアサポートセンターようざん双葉



皆様こんにちは。まだまだ寒い日が続いていますが、体調は崩されていませんか？新型コロナウイルスの感染者が増え油断できない状態が続いています。ケアサポートセンターようざん双葉では手洗い、うがいを徹底して行い、手すりやテーブル、椅子の消毒など時間を決めて職員と協力して行い感染対策を講じています。

緊張が続く日々ですが、そんな中でも少しでも楽しい時間を過ごしていただきたいと1月のイベントとしてお誕生日会を行いました。利用者様と一緒に蒸しパンケーキを作りました。普段私はおやつを作る事はありませんが皆様を手伝っていただきながら無事作る事ができ、「おいしい」と召し上がっていただけて安心しました。

そして、お正月といえば上毛カルタ！さすが群馬県人、日頃控えめな利用者様もカルタを並べると皆様真剣な目つきに、「はい！」と元気な声でバシッと札を取っていらっしゃいました。最終的には勝ち負け関係なく皆様元気に笑って終わる事ができました。

今月はケアサポートセンターようざん双葉に新しい仲間が増えました。技能実習生としてインドネシアから来た「ハサン」です。日本語が上手で利用者様にもとても優しいので、これからの成長が楽しみです。

今後も利用者様の素敵な笑顔を作っていけるよう職員一同頑張っていきたいと思っております。(兵藤)

## ケアサポートセンターようざん中居



本日も元気に「こんにちは！」ケアサポートセンターようざん中居です。

先月は、みかんの差し入れをいただき皆で美味しくいただきました。そして今月はなんと利用者様が、家の庭先に咲いた「蠟梅」を届けてくださいました。香りがとても良く可憐な花で、見た目 genuinely 蠟で作ったような感じの質感です。色は淡い黄色で、女性陣に大好評でした。寒い、寒いと言いながら、すこしずつ春の足音が聞こえてくるようで、素敵な春のおすそ分けでした。

書初めから始まり新年会、お誕生日会とイベントを開催しましたが、残念ながら今年は初詣にいけませんでした。そこで、急遽「ようざん中居神社」を作り、皆様と無病息災を祈願いたしました。

今年初めの運試し、手作りのおみくじに、皆さん「大吉！」「あれ、凶ひいちゃったよ」など大変盛り上がりました。また、お誕生日を迎えられたI様、S様おめでとうございませぬ。いつまでもお元気で、ケアサポートセンターようざん中居でお過ごしくださいね。



日差しに少しずつ温かさが感じられる日が増えてきたように思いますが、まだまだ寒さが厳しい日が続きますので、体調など崩されせんようご自愛下さい。

ケアサポートセンターようざん中居ではスタッフ一同体調をばっちり整え、いつでも皆様をお待ちいたしております。(近江)

## ♥ ケアサポートセンターようざん大類



厳しい寒さが続く毎日ですが、ケアサポートセンターようざん大類では利用者の皆様は毎日元気に過ごしていらっしゃいます。

令和3年になり、お正月のイベント、福笑い・上毛カルタ・書初めと皆様一生懸命取り組んでくださいました。特に書初めでは、何を書こうか？悩んでいる利用者様に仲のいい利用者様が今年の抱負を書いたらとアドバイスしたり、「令和」・「雪」・「叶う」と思い浮かんだ好きな文字を書き込む方など、微笑ましい場面が見受けられました。七日には、七草粥を食べるとこの1年は無病息災になる事をお話すると、利用者様から「セリ・なずな・ゴギョウ・はこべら・仏の座・菘・すずしろ」と



春の七草を教えて頂きとても勉強になりました。

2月2日「節分」では、赤鬼&青鬼に扮した職員に利用者様が「鬼は外 福は内」と掛け声をかけながら、様々な投げ方で豆を投げて楽しんでいらっしゃいました。

ケアサポートセンターようざん大類では、毎月沢山のイベントやレクリエーションを元気いっぱい提供出来るように職員一同協力していきたいと思ひます。皆様も体調を崩されないようにお気をつけてお過ごしください。(関口)

## ♥ ケアサポートセンターようざん



未知のウイルスが蔓延しだして1年が経ちましたが、未だに新型コロナウイルス感染症のニュースが後をたちませんね。

私は、初詣に行き今年はみんなが健康で無事に一年が過ぎますようにお願いしてきました。ケアサポートセンターようざんでは今年も引き続き消毒や換気など徹底して行い日々感染予防対策をしています。

そんな中、沢山の正月らしい行事を行いました。おやつレクリエーション、書道、かるた、福笑い、だるま落とし、ジェンガなど、利用者様、職員含め笑顔で楽しい日々を送っています。おやつレクリエーション

では、利用者様のご要望を伺ったところ、普段食べないパンを食べたいというリクエストがありました。パンにこしあんや粒あんを挟み、召し上がっていただきました。「ごはんよりパンの方が好きだからおいしい」「普段食べれない甘いおいしい」などのお声をいただき喜んでいただくことができました。

1月にカンボジアからの外国人技能実習生を迎え、新しい仲間が増えました。利用者様に故郷のことを話したりと、異文化との交流が生まれています。まだまだ日本語はつたないですが、みんなでサポートしながら今年も一生懸命頑張っていきたいと思っています。(増田)

## 特別養護老人ホームアダージオ



まだまだ寒い日が続きますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

特別養護老人ホームアダージオでは、新型コロナウイルス感染予防対策のため、面会や外出を控えていただいています。室内で過ごす入居者様に、季節を感じていただけるようなレクリエーションを工夫して行い、楽しんでいただいています。入居者様の笑顔が私達のエネルギーになります。

少し前のこととなりますが、お正月恒例の「アダージオ神社」に初詣をしていただきました。開設当初に職員が手作りした自慢の神社です。皆様真剣な表情で参拝し、その後におみくじを引いていただき

ます。「やったあ〜今年は大吉だあ!」「なんだ、小吉か!」等、笑顔が溢れ、お正月の楽しいひと時を過ごしていただきました。

また今月は節分、鬼役に扮する職員を見て笑顔になる方や冷めた眼差しの方、さまざまですが、季節の行事を味わっていただきました。

何かと不便の多い昨今ですが、入居者様やご家族が快適に生活できるよう、この状況が一日も早く解消され、平穏な日々が戻りますことを願っています。今後もより良いケアを行うよう精進して参ります。(飯島)

## 介護付き有料老人ホームグランツようざん



寒さもますます厳しい季節となり、令和3年がスタートしました。介護付き有料老人ホームグランツようざんに異動してあっという間に数ヶ月が経過し、長閑な環境の中、じっくりと仕事を教えて頂き、イベントもいろいろ経験させていただきました。

介護付き有料老人ホームグランツようざんでは、お正月に施設長と職員が協力して手作り門松を作ることになりました。竹を選び自分たちで切り、花屋に行き花を購入しました。寒い中での外仕事でしたが、玄関にはおしゃれで素敵な門松が出来ました。また近くの焼き

まんじゅう店の方に車で来て頂き、玄関アプローチで焼きまんじゅうを焼いているところを見学しました。「すぐく久しぶりに焼きまんじゅうを食べられる。ありがとう。」「懐かしい群馬県民の食べ物だね。」と楽しそうに話をしていたらしゃいました。おやつにお出すると、口周りに味噌だれがつきながらも、皆様笑顔で召し上がっていらしゃいました。これからも喜んで頂けるようなイベントを頑張って行っていききたいと思います。(相馬)

## 特別養護老人ホームモデラート



皆さんこんにちは。まだまだ寒い日が続いていますが皆さん体調など崩してはいないでしょうか。特別養護老人ホームモデラートの利用者様は毎日笑顔で寒さにも負けず力強く元気に過ごしていらっしゃいます。新しい年が始まり、ご家族から届いた年賀状を受け取り笑顔で喜んでいる利用者様の姿が印象的でした。1月生まれの方の誕生会も行われました。おやつは誕生会特別メニューのケーキです。甘いものはやっぱり皆様大好きですよ！職員が作成したメッセージカード、お祝いの言葉を受け、皆様とても喜んでくださいました。これからもお元気で長生きしてください！！

新型コロナウイルス感染症がなかなか落ち着かず、面会ができない日々が続いています。ご家族、利用者様ともに「元気にしているかな？」「早く会いたいな…」と心細く感じていると思います。少しでも早く元の生活に戻ることを願い、これからも手洗いうがい、消毒等…私たちにできる感染対策をしっかり行って乗り越えていきましょう。(吉澤)

## ショートステイようざん並榎



冬景色のシーズンです。利用者様も寒くてなかなか外にできません。最近は新型コロナウイルス感染症の影響が強くなっています。ですが、少しでも出来るレクリエーションをしたい…ということで、ロコモコ温泉卵丼を作って、利用者様に召し上がっていただきました。

「面白い形ですね」「美味しそうですね～」など、様々な感想を頂きました。ロコモコ温泉卵丼がどんな感じだったか、みなさんに説明します。ハンバーグは柔らかく、味も美味しいです。温泉卵にはナトリウムがあり、身体の体液の濃度を保ちます。さらに、温泉卵にはカルシウムがあり、利用者様にとって本当に大切なものです。お年寄りになると、骨がだんだん弱くなります。カルシウムは骨にいい働きをします。また、野菜も不足しやすいので、レタスとトマトを選びました。飾りは、どんぶりにご飯を盛り、ハンバーグをのせ、トマトケチャップをかけ、温泉卵を載せました。(リン)

★★★

上の文章は、約二年間、ショートステイようざん並榎で働いているカンボジアからの外国人技能実習生のリンさんが書いてくれました。毎日他の職員と働き、学び、利用者様の笑顔をたくさん生み出して



います。去年の12月には夜勤にも挑戦し始め、しっかりと勤めています。他の職員もリンさんの元気さやまっすぐ利用者様に向き合う姿勢を見て、影響を受けています。我がショートステイようざん並榎には合計4人の外国人技能実習生が所属していますが、みんな仲良く働いています。次号のようざん通信は、もう一人の実習生が書いてくれる予定となっていますので、楽しみにしてください。

ショートステイようざん並榎では、利用者様だけでなく、ご家族、職員共に笑顔あふれる施設作りに励んで参ります。ご意見、ご要望等ありましたら、いつでもご連絡ください。どうぞよろしくお願い致します。(鈴木)

## ♥ ナーシングホームようざん



「春はあけぼの」

「春はあけぼの。ようよう白くなりゆく山際、少し明かりて、紫だちたる雲の細くたなびきたる。」

皆さんもご存知の「枕草子」は誰もが一度は聞いた事があり、原文を読んだ事もあるでしょう。作者は清少納言で、平安時代中期の作家・歌人です。一条天皇の皇后であった中宮定子に仕えました。枕草子の冒頭「春はあけぼの〜」は、これから春を待ち侘びる私達には、「希望と期待」を感じる一文に思えます。

昨年は未知の感染症新型コロナウイルス(COVID-19)に脅威を覚えて悩んだり、緊急事態宣言による自粛で孤立感や毎日の緊張とストレスで体調を崩した方も多いと思います。特にストレスは周りを見えなくさせるため、孤独感を感じる原因の一つでもあります。親しい友人にLINEや電話をかけたたり、趣味や運動する習慣を身につけるとストレス解消に有効だそうです。感染防止の為に自らの行動を抑えて自粛を余儀なくされましたが、お陰様でナーシングホーム・デイサービスブランドール・キュアステーションようざんを含め、ご家族のご協力と職員全員による感染予防対策の徹底で、利用者様においても感染を

防げています。外出や面会が制限される中で、利用者様に少しでも季節の移り変わりを感じて楽しんで頂けるように工夫し、ランチレクリエーションやおやつレクリエーションを頻繁に実施しています。また個別ケアとしてはリモートを活用したスカイプやビデオ電話で利用者様とご家族とのコミュニケーションをとって頂き、精神的なケアを行っています。

梅の花の香りを感じ、足元には露の花や福寿草が咲き、春は確実に近づいています。感染症が収まり、ご家族や職員との交流が一日でも早く再開できる日を楽しみにしています。それまで皆様もご自愛ください。お願い申し上げます。(川崎)

## ♥ ショートステイようざん



立春が過ぎましたが、まだまだ厳しい寒さが続いています。未だ終息が見えないコロナ禍。外出自粛や面会禁止など不自由な生活の中皆さまはいかがお過ごしでしょうか。

例年とは違った様子の年始となりましたが、入所されている皆様に少しでもお正月らしさを感じていただけたらと思い、書初めにチャレンジしていただきました。参加した皆様は、はじめのうちは自信がなさそうでしたが、いざ書き始めると、真剣な表情で筆を走らせていらっしゃいました。その様子を見て「私も書きたい」と積極的に参加される方もいらっしゃり、作品を見せ合ったりとにぎやかなひと時となりました。どの方の作品も個性が出ていてとても素敵でした。

また、おやつ時間に甘酒をお出しすると皆様おいしそうに召し上がり、おかわりをする方もいらっしゃって好評でした。「おいし

かった」、「また作ってね」などのお声をいただくことができました。

また、ご家族がお持ちになっただるまの目入れをしました。その様子を見ていた利用者様は「お正月だねえ」と笑顔を見せてくださって、穏やかなお正月となりました。

これからも職員一丸となって、利用者様が笑顔で心安らく生活を送れるように努力していきたいと思っています。(増谷)

# ケアサポートセンターようざん 事業所案内

所在地	提供サービス	事業所名	電話番号	FAX
高崎市 上並榎町 1180	看護小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん	027-386-6643	027-387-0310
	訪問看護	訪問看護 ケアサポートセンターようざん	027-386-6643	027-387-0310
	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん並榎	027-386-5843	027-387-0310
	グループホーム	グループホームようざん	027-362-0300	027-362-0036
	請求事務	本部事務所	027-362-0300	027-362-0036
高崎市内並榎町 1164-1	デイサービス	デイサービスようざん並榎	027-362-4373	027-329-6648
	ショートステイ	ショートステイようざん並榎	027-329-6643	027-329-6648
高崎市内並榎町 1182	居宅介護支援事業所	居宅介護支援事業所ようざん	027-329-5443	027-388-9144
	高崎市地域包括支援センター	高齢者あんしんセンターようざん なみえ	027-388-9143	027-388-9144
高崎市栗崎町 141-1	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん栗崎	027-353-4393	027-353-4392
	認知症対応型デイサービス	スーパーデイようざん栗崎	027-350-9981	027-353-4392
	ショートステイ	ショートステイようざん	027-386-8643	027-386-8644
	グループホーム	グループホームようざん栗崎	027-381-8283	027-381-5050
高崎市貝沢町 1492-1	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん貝沢	027-386-5043	027-386-5044
	認知症対応型デイサービス	スーパーデイようざん貝沢	027-386-5143	027-386-5044
高崎市双葉町 22-9	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん双葉	027-386-9943	027-386-9843
	認知症対応型デイサービス	スーパーデイようざん双葉	027-386-9743	027-386-9843
高崎市石原町 4516-1	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん石原	027-381-6743	027-381-6943
	認知症対応型デイサービス	スーパーデイようざん石原	027-381-6843	027-381-6943
高崎市飯塚町 1030-1	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん飯塚	027-381-6812	027-381-6544
	グループホーム	グループホームようざん飯塚	027-381-6543	027-381-6544
	定期巡回・随時対応型訪問介護	キュアステーションようざん	027-381-6136	027-381-6294
	訪問介護	訪問介護ぽから	027-381-6353	027-381-6294
	デイサービス	デイサービス プランドールようざん	027-381-6429	027-381-6294
	サービス付高齢者住宅	ナーシングホームようざん	027-381-6457	027-381-6294
高崎市倉賀野町 2191-1	グループホーム	グループホームようざん倉賀野	027-329-5743	027-329-5843
	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん倉賀野	027-387-0043	027-387-0343
高崎市内中居町 557-2	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん中居	027-386-8043	027-386-8143
高崎市内小埜町 1052	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん小埜	027-386-4343	027-386-4443
	認知症対応型デイサービス	スーパーデイようざん小埜	027-386-4143	027-386-4443
高崎市綿貫町 750-1	デイサービス	デイサービスぽから	027-386-5776	027-381-6043
高崎市八幡町 768-1	特別養護老人ホーム	アンダンテ	027-395-7077	027-395-7078
	ショートステイ	アンダンテ	027-395-7077	027-395-7078
高崎市藤塚町 324-2	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん藤塚	027-395-5543	027-395-5544
高崎市八幡原町 1009-30	特別養護老人ホーム	モデラート	027-386-6255	027-386-6245
	ショートステイ	モデラート	027-386-6255	027-386-6245
高崎市八幡原町 1009-31	特別養護老人ホーム	アダージョ	027-386-2117	027-386-2568
	ショートステイ	アダージョ	027-386-2117	027-386-2568
高崎市八幡原町 1009-35	介護付き有料老人ホーム	グランツようざん	027-395-4043	027-395-0643
	配食サービス	配食センターぽから	027-388-1343	027-388-8743
	グループホーム	グループホームようざん八幡原	027-395-4911	027-395-4910
高崎市柴崎町 1160-1	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん大類	027-386-8604	027-386-8605
高崎市大橋町 104-10	生活支援サービス 便利屋さん	暮らしのサポートようざん	027-386-2297	027-386-5177

お問い合わせは、右記フリーダイヤルまで  **0120-43-6541** ようざん で 老 後 良 い

お急ぎの相談は、**090-6046-2055** 堀江までお願いします。