



HOUYUKAI

# MONTHLY JOURNAL

## ～優っくりデイサービス沓掛新聞～

優っくりデイサービス沓掛  
TEL 03-3395-0901  
FAX 03-3395-0902

kutsukake.foryou.or.jp



随時更新中！



2021年2月号

### 書き初め

- 2021年、年初めということと1月最初のプログラムは書道！！
- 今回は筆ではなく、新聞紙を用いて大胆に今年の干支「丑」を書きあげました☆
- 「書けるかしら」と心配される方もいらっしゃいましたが、新聞紙を使うことで、筆を使う時よりもめ・はね・はらいをあまり気にせず、その方らしい作品を作ることができたように思います！！



練習中



新聞紙で書けるの？と驚かれていましたが、いざ書いてみると…これがまた良い味が出るんです☆

「丑」の文字のバランスにこだわり何度も書いて練習！！  
清書に入りましょうとお声かけしにくいほど、皆様集中して取り組まれていました！



作品が完成したのでお互いに見せ合い、ご自身の作品紹介☆  
誇らしげなお二人でした！



皆様の今年初の作品です！！  
大胆に書き上げた方、少し小さめに書き上げた方などそれぞれの個性が作品を引き立たせますね！



自慢の一枚をにこにこの笑顔で見せてくださいました！

### 書道のもたらす効果

#### ①心の緊張が和らぐ

これは日本人独特のセラピー効果だそうです。

#### ②集中力が高まる

一画一画に集中するこの繰り返しが集中力を高めるのに効果抜群です。

#### ③右脳が鍛えられる

どんな風に書こうか、お手本はどうなっているかなどを自然に考えることが右脳の鍛えることにつながっています。

## 新型コロナ感染症対策

- いつも当デイサービスの感染予防対策へのご協力ありがとうございます。目に見えないウイルスに怯える日々が続いていますが、コロナウイルスの脅威に負けないよう、沓掛デイではできる限りの新型コロナ感染症対策に取り組んでいます。

### ☆マスクグッズ☆

マスクの常時着用をお願いしておりますが、「マスクって邪魔なのよね」といった声が度々聞こえてきます。マスク着用を少しでも楽しめるよう皆様と毛糸を使ってマスクストラップ作り挑戦しました！！好きな色の毛糸を選んで三つ編みしていき自分だけのマスクストラップの完成です☆



### 沓掛マスクストラップの利点

- ▷マスクの付け外しが簡単
- ▷食事の際テーブルに置かずに済む
- ▷あごに引っ掛けない為、肌が敏感な方に最適
- ▷金具の部分も毛糸で作っている為、肌に優しい

マスクストラップを着用した様子です。

### ☆手洗い・うがい場の消毒の徹底☆

手洗い場は口腔ケアやうがいなどで飛沫が飛びやすい場所でもあり、感染の原因にもなる場所だとされています。そのため、私たちは洗い場を使用したあと一回一回必ず水場をきれいに掃除し、アルコール消毒し対応しております。

### ☆不織布マスク着用をお願い☆

不織布マスクはウレタンマスクや布マスクと比べ飛沫防止効果が一番高いとされる研究結果が発表されています。「移さない・うつらない」の為に協力お願いいたします。

※体質的に難しい場合はご相談ください。



## AM体操～ラジオ体操編～

皆様に馴染みのあるラジオ体操！画面と職員の動きを見ながら、身体をほぐして頂いています。

### <ラジオ体操の効果>

- ・筋力アップ・代謝アップ
- ・血液やリンパの循環機能を促進させる
- ・不意の怪我の防止

曲げる・ねじる・伸ばすといった動きを取り入れた13種類の運動で構成されており、身体機能の維持・向上にもってこいです！



## 沓掛デイの 公益型混合介護

- ： 私たちが力を入れている「介護保険外サービス(無償低額サービス)」をご紹介します。
- ： 介護保険ではカバーしきれない、自宅での生活の中でのちょっとした部分の支援(お手伝い)を行うことでいつまでも自宅での生活を続けて頂くことを支援するサービスです。



### ヘアカットサービスの実施

毎月2回、訪問理美容師に来て頂いています。  
(税込1500円で実施中)  
次回は2/22(月)、25(木)を予定しています  
※お気軽にお問合せ下さい



### 朝食・夕食の提供

独居の方やご家族の帰宅が遅い方等、朝食・夕食の提供を必要とする方々にお食事の提供をします。

### 居室内介助

二階で生活している方も職員2名体制で寝室までご案内しています！当初はなかなかうまく上へ上げられませんでした、今では息を合わせてテンポよく階段を上られるようになりました！



車椅子からベッドへの移乗介助



急階段の車椅子昇降介助

## 医療処置～沓掛デイのNSをご紹介～

皆様の小さな変化にも気付けるよう、こまめに体調確認を行っています！  
また、胃ろう、痰吸引、インスリン対応など処置が必要な方や体調が急変したなどの緊急を要する際にも早急に対応できるため安心してお過ごし頂けます！！



胃ろう対応



痰吸引対応



血糖値の測定対応

## 役割支援～活躍の場を増やす～

役割支援が広がり、自分にできることは何かを考え、行動して下さる方が増えてきています！助け合いの場が出来き、他者との交流で人と人のつながりが生まれ嬉しい限りです。

皆様の得意なこと、個性を活かしてもっと多くの活躍の場を提供していきたいです。



### お掃除

「お掃除ならできる！」と優しいお言葉をいただき、アルコール消毒係に任命致しました！！



### おやつ時間

おやつ準備をお手伝いして頂いている様です。わたしも！と様々な方が率先して声をかけてくださり、職員の手助けをして下さっています。

## 研修・勉強会～職員のスキルアップとサービスの質の向上～

### 【1月新卒定期研修】

月に一回、新卒職員は定期研修に参加し、介護の知識や技術を学んでいます。普段は法人の本社まで行くのですが、緊急事態宣言の発令の為、今回はzoomを活用したオンライン研修でした。今月は「機能訓練」について学んでまいりました。介助するうえでの身体の使い方なども講師の方から教えて頂き、とても勉強になりました。



・臨時・振替利用いつでもご相談下さい

・日々のご様子はHPにてご報告していきますので是非ご覧ください！！



## 1月 特別メニューの紹介

1月13日(水)

里の旬彩～日本全国 癒しの旅～

黒糖ご飯

牛肉の有馬煮

明石焼

キャベツ生姜和え

山菜汁



## 編集後記

いつも優つくりデイサービス沓掛をご利用頂き誠にありがとうございます。新型コロナウイルス感染症が爆発的に拡大し再び緊急事態宣言が発令されました。不安な日々が続いていますが、当デイサービスをご利用される皆様安心して来所できるよう、念入りに感染対策に努めてまいります！

今月は節分ということで皆様楽しめるイベントを企画しているので楽しみにお待ちください☆

五十嵐