



Nursing (看護)
Assistance (支援)
Care (介護)

ナツクだより 第八十九号

◆NAC神社『鳥居』が完成！



牛乳パックを積み重ね構造
紙を貼って赤く塗りました

三階職員が企画立案し、一か月程かけて器用な利用者様を中心にコッコツと作業して立派な鳥居ができました。コロナ禍、長らく制限を受け外出もできない利用者様にとって、NAC神社をお参りすることで心に光を感じ、お元気な一年を過ごしていただけたら幸いに思います。

＊新年初詣のご様子絵馬に願いを込めて♪



ご神体は皆さんで作った貼り絵のアマビエです！
初詣、おみくじ、絵馬、お節料理★楽しいお正月でしたね♪

◆節分豆まき会(通所/入所)



明治30年以来124年ぶりとなった2月2日の節分！この日は各階を鬼に扮した職員が回り新聞豆で鬼退治！今年一年の平穏を祈りつつ元気に厄払いをしました。通所では桃太郎と福の神も現れ、皆さんと笑顔で幸せの誓いを交わしました★お昼の恵方巻も大好評でした！

◆おやつバイキング(通所/入所)

＊通所では桃太郎の寸劇と恒例の福の神の登場で盛り上がりました★

皆さんが心待ちの大好評おやつバイキング★この日はお替り自由で食事制限がない特別日！美味しいおやつを満面の笑みで頬張っていました♪



「お汁粉はお代わりしたいわ〜♪」一番人気の甘味



◆各階(日常レク)個人作品のご紹介

●素晴らしい趣味をお持ちの皆さん！日々動んでいます☆

□小河原 昭様 ゴム印作り



芸術性の高い小河原様
数々の作品、素敵です！



□白藤マサ様 お習字



《NAC神社》を書いてく
ださった達筆の白藤様



□武井二三江様 手芸



□村松ヤヨイ様 アート

□根津艶子様 編み物

□新海正枝様 手芸



□武井廣代様 お習字・俳句

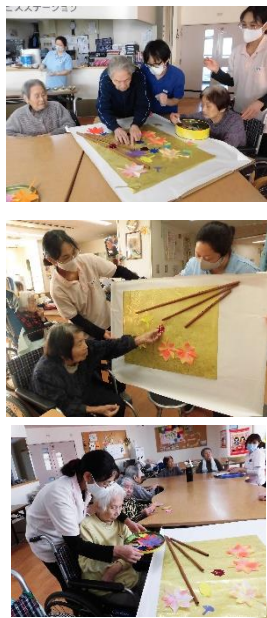


発行所／介護老人保健施設 NAC湯村
甲府市湯村三十五十三
〇五五(二五三)二二〇〇
rouken@nac-yumura.com
http://www.nac-yumura.com/



◆各階《共同作品作り》特集

□二階：秋の紅葉の壁飾り制作



皆で作った
芸術の秋

『きれいなね〜♪』お部屋が華やかに〜♪

□三階：配色も綺麗な貼り絵作り

四季折々三階のシンボルツリーが変化！
壁には個人の自信ある作品もたくさん並んでとても明るい雰囲気を感じられます。



作品から日常レクの充実が感じられます。

□四階：アマビエの貼り絵作り



疫病退散！
厄除けお守り

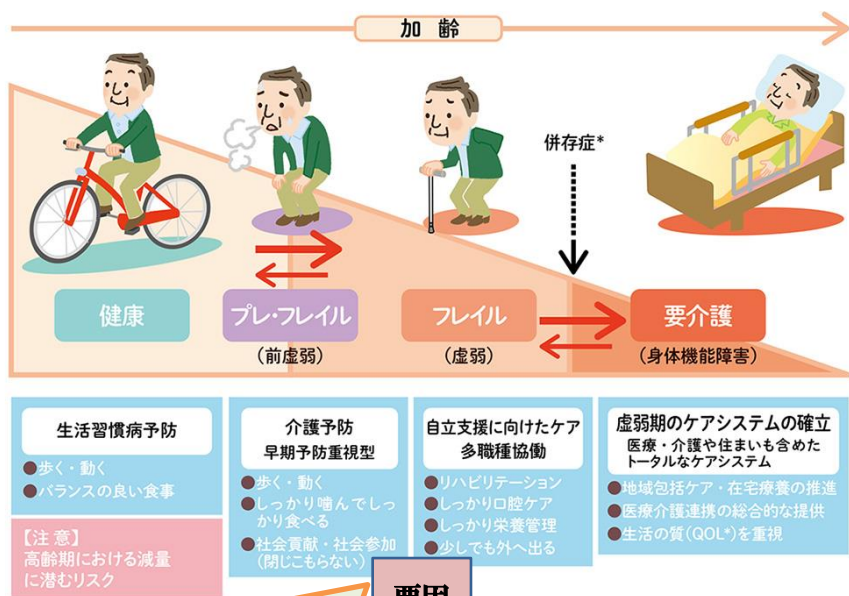
『コロナなんかには負けません！』早く平穏な日々が戻るよう祈りを込め、皆さんで楽しく協力しながら貼り絵を作りました。



◆フレイル予防《健康寿命の延伸の為に》

三回にわたる身近なフレイル予防対策

の特集で運動編(筋力強化)と食事編(バランス栄養)、口腔編(口腔体操)をお伝えしました。コロナ禍において高齢者は社会との繋がりが益々希薄になり、孤独を感じる方も多いのではないのでしょうか？孤独もまた、フレイルの一つの要因になるそうです。社会との繋がりが自分なりのコミュニティを作ることは大事な予防になります。症状に早く気づいて予防をしたり、時には適切な支援を受けるように相談することが大切です。左記にフレイルの要因を挙げますのでチェックしてみてください！



- 体重の減少 ●低栄養になる ●動くことが少なくなる ●歩くのが遅い
- 交流が減る ●筋力の低下 ●疲労感がある ●認知力の低下 ●収入減少

◆通所干支『丑』の貼り絵(通所)



急がず、のんびりいこうよ一歩一歩！

◆手作りおやつレク(通所入所)



皆で作るとおいしいねーいい香りだねー

春の和菓子といえは『桜餅』生地に食紅を混ぜて焼き、香りのいい桜葉で巻きました。皆さん大好きな小豆は、むくみや便秘に効き、解毒作用もあつて薬膳効果も抜群だそうです。



今年は『丑年』原型は職員が形取り、中身は折り紙を趣味にしている通所のご利用者(塚原様)の折鶴を重ねて、素敵な貼り絵の大作が完成しました。常に優しい瞳で見守ってくれています！

【編集後記】新年に職員が作った《大吉おみくじ》には『皆で大笑いすればあなたも周りの人にも幸せが訪れます』という心が晴れやかになる応援メッセージが書かれていました。

待望の『施設春祭り』はコロナ禍の為、残念ながら中止になりましたが、暖かい春を迎え、外出の機会も設けるよう企画しています。安心安全な医療・介護と共に小さな発見や喜びを感じられる日常を過ごしていただけたら幸いです。今年度も職員一同、取り組んでいく所存です。

《編集担当 亀井》