

平成31年1月発行

むらみんだより



謹んで新春のお祝いを申し上げます

新しい年が皆様にとって 素晴らしい一年となりますよう 心よりご祈念申し上げます。

今年は『己亥(つちのとい)年』。

猪のように元気一杯、皆様の「笑顔」のために、猛進いたします。

干支は、60年周期で廻り、前の己亥年は、1959年でした。

この年には皇太子さまと美智子様のご成婚があり、今年2019年は天皇を退位されます。

なにか、めぐりあわせを感じます。

施設長 水野 善朗



芸術の秋



生け花

習字



制作



飾り付け



おはなしボランティアさんが来てくれました。紙芝居や物語に引き込まれます！



小さなヨーヨー屋さんが来てくれました！

ヨーヨー
いかがですか？



寒い冬は
足湯にかぎるねえ



ハロウィン パーティー





Merry Christmas!





餅つき



年末最後のイベントとして お餅つき を行いました。



今回のお餅つきは、2・9（ふ・く（福））の語呂合わせから皆様に福餅を召し上がっていただきたく、この日取りにて開催いたしました。（地域により諸説あります）



元旦は ゆっくり起きて
のんびりお食事しました



謹賀新年



今年もよい年に
なりますように



“むうみん居酒屋”
ふたたび開店!



4階 牡丹 ゆい



4階牡丹・ゆりユニットでは、みんなで『かるた』や『トランプ』などのゲームを楽しんでいらっっしゃいます。

まだまだしっかりしていらっっしゃる方も多く、思わず白熱しちゃったりすることもある！？



5階 あさがお ひまわり



～口腔体操～

『口腔体操』というものをご存知でしょうか？

『嚥下体操』『パタカラ体操』などとも言ったりしますね。

高齢者になると、口の筋肉や舌の動きが弱まるため、嚥下機能（飲み込む力）が低下し、食べ物を誤嚥してしまうことがあります。そこで、食べる前に顔や首の筋肉の緊張を解いたり、舌を動かしたりして唾液が出やすくなる様にする運動をして頂く事で、むせ込みや誤嚥性肺炎を防ごうという試みです。

また、座ったままウトウトと眠くなってしまっている方にも「これからお食事ですよ」と気持ちと身体の準備をして頂く意味もあったりするんです。

当ユニットではDVD等も利用して行っておりますが、初めは照れくさかったり興味がなかった方々も周りが行っている事で徐々に参加して頂ける様になり、今ではお食事前の恒例イベントとして皆さまに取り組んで頂いております。

5～10分ほどで簡単に行えますので、ぜひご家庭でも実践してみたいかがでしょうか。



ト 便 り

6階 あじさい なでしこ



6階あじさい側では気持ちのよい日の出、なでしこ側では立派な富士山ときれいな夕日がみられる、とても眺望のよいフロアです。また、季節の行事や誕生日会など、いつも両ユニット合同で行い、とても賑やかです。

写真は10月のハロウィンパーティーの様子です。みなでテラスに移動し、お化けスナックの乗ったプリンやお菓子など食べながら、仮装して写真を撮ったり、パターゴルフをやったり、楽しく過ごしました。

皆様に楽しんでいただけるよう今後も趣向を凝らした催しを行っていきたいと思っております。



栄養課より



新年あけましておめでとうございます。夢眠さくらでは元旦の昼食にお赤飯とおせち料理、甘酒を提供させて頂きました。御節（おせち）料理とは節日（節句）に作られる料理のことです。節日のうち最も重要なのが正月であることから正月料理を指すようになりました。入居者様の方からは、『美味しい！』『量が沢山！』などのご意見頂きました。

今後も皆様に喜んで頂けるお食事の提供、栄養面のサポートができるよう取り組んで行きたいと思っております。皆様にとってより良い年になりますように。本年も宜しく申し上げます。



昨年12月に夢眠さくらの第1階家族会を開催させて頂きました。
これまでの夢眠さくらとこれからの夢眠さくらを主題として、お伝えいたしました。

入居されている方の生活をより快適なものとする為、新年度より「機能別・住み替え型」施設をめざします。

何卒、趣旨をご理解頂き、ご協力並びに忌憚のないご意見を賜りますようお願い申し上げます。

ボランティアについて

平素より、書道、将棋、カラオケ、お裁縫、傾聴（お話）、施設行事のお手伝いなどのボランティアをご協力いただき、誠にありがとうございます。

ボランティア活動に興味をお持ちの方は、スタッフまでお声掛けいただくか、お電話にてお問合せください。

当施設はさいたま市シルバーポイント（いきいきボランティアポイント）事業に登録しております。

<編集後記>

新年あけましておめでとうございます。
昨年より始めました小紙もこれで三号目となりましたが、少しでも施設内の様子をお伝えできていれば良いなと思っています。
まだまだ至らぬ点多いかと思いますが、今後も精進して、皆さまに楽しみにして頂ける様な広報誌にしていきたいです。

行事委員会 森山

特別養護老人ホーム

夢眠 さくら
むいめん さくら

〒338-0836 埼玉県さいたま市桜区町谷2-7-18

☎048-826-6336

0120-980-188（受付時間：9時～18時）

URL：http://kinkousya.jp/（錦江舎）

