

# こすもぴあ便り3月号



## 施設長からの一言

啓蟄も過ぎ、春らしくなるかと思えば、一転、南国鹿児島に雪が降るなど真冬の寒さに逆戻りしました。また数日後には気温が上がるそうですが、このように寒暖の差が大きいと体調を崩しやすいですね。皆様におかれましてはかわりございませんか？  
高知から桜の便りが届きましたが、今年の桜はこちらではどうなのでしょう？  
気象情報をチェックしながらお花見の予定を立てている今日この頃です。  
アーモンドのお花見、桜のお花見・・・心が躍ります。  
4月25日には家族会を予定しています。皆様と親しくお話させていただきますことを楽しみにいたしております。



## 事務長からの一言

バンクーバー五輪終わりました。金メダルがなかったのは残念でしたが、4年後に請うご期待ですね。  
プロ野球も開幕に向け、オープン戦真っ最中ですし、選抜高校野球も始まります。今年はサッカーのW杯もあります！去年は、野球のWBCがあったなあ・・・  
観戦していると自分もスポーツをしたくなります。さすがに冬季競技は無理ですが、球技と弓技なら出来るのではないかと。  
ようやく暖かい日もちらほらありますので、今年は何か運動をしよう！と柔らかな決意をしている今日この頃です。



事務長 池内 基晃

## 雑祭り会のご報告

3月3日は桃の節句ですね。こすもぴあでも雑祭り会をケアハウス・デイサービス・小規模多機能ホーム合同で開催しました(^)  
メインイベントは、ボランティアで来て下さった「富士演芸同志会」の皆さんの歌や、踊りの歌謡ショーの観賞です。懐かしい昭和の大衆演芸のような感じで浪曲もあり皆様、ほのぼのとして鑑賞されていました！最後は「見上げてごらん夜の星を」をお部屋を暗くしてペンライトを揺らしての大合唱です。まるでコンサート会場に来ているようで楽しかったです！この他にも、デイサービス職員特製の雑祭り用の記念撮影用パネルで撮影会も行いました！お昼御飯は、もちろん行事食でちらし寿司を召し上がっていただきました。(詳しくは別紙をご参照下さいませ)  
歌の通り、♪今日は～楽しい～雑祭り～♪となりました(^)



★ 雑 祭 り 会 の 様 子 ★



## こすもぴあデイサービスセンター

今回は、こすもぴあ自慢のデイサービスセンターについて少し、ご説明させていただきます(^)  
デイサービスのことは「週に何度か通って、お風呂に入ることができる所」となんとなく想像されている方が多いのではないのでしょうか？  
デイサービスのご利用者様がこすもぴあに滞在される時間は約6時間です。10時～16時までゆっくりと過ごしていただけます。  
午前中は、健康状態のチェックから始まり異常がなければ午前中に入浴していただけます。こすもぴあのデイ用のお風呂は大きな窓から日差しが燦々と入り、高野槇の浴槽になっております。この浴槽のお手入れがなかなか大変なのですが、ご利用者様にいつでも気持ちよくお風呂に入って頂けるように職員が丁寧にお手入れをしています。午前中は、入浴と工作・手芸などを中心に過ごしていただけます。もちろん工作・手芸などは強制ではないのでお風呂上りは少しゆっくり過ごしたいなあという方にはテレビを見て頂いたり、職員と本や雑誌を見ながら世間話をしたりして過ごして頂いている方もいらっしゃいます。  
昼食は12時ちょうどにスタートです。こすもぴあでは職員も同じテーブルで一緒にいただきます(^)皆様、お腹ペコペコでお待ちなので、食事が始まってしばらくは黙々と食べていらっしゃいますが、少し落ち着くと近くの席の方と会話をされながらお食事をすすめられています。  
午後からは、全員で楽しめるゲームなどを中心に行います。この時間はいつも笑い声や歓声がよく事務所まで聞こえてきます。あまりにも楽しそうな時は、事務所にいても気になってしまつてついデイルームを覗きに行ってしまうんです！こすもぴあのデイサービスの自慢はデイルームが広い・丸い形の高野槇のお風呂・桧の足湯などがありますが、私はなんとといっても職員のレクリエーションなどのアイデアの良さや、笑顔、明るさだと思っています！職員達は毎日笑顔が絶えないですし、レクリエーションに関しても休憩時間も一生懸命、考えているところをよく見かけますよ(^)さて、こすもぴあデイルームで過ごす6時間の締めくくりは足湯です。日差しがよく入る大きな窓の前にある足湯で、外の景色を眺めながらゆっくりと寛いでいただいから15時のおやつを召し上がって頂きます。そして16時にご自宅に向けてのお送りにお出掛けです。そんなこんなであつたという間の6時間です！皆様、今後共こすもぴあデイサービスを宜しくお願いします。そしてご来館の際に楽しそうな笑い声が聞こえた時は遠慮なさらずにデイルームを覗いてみて下さいね(^)



★足湯&絵手紙作成の最中★



出来上がった絵手紙→



★晴れの日にはお散歩に行くことも！日帰りツアーもあります★



★男性は麻雀がお好きです★



## 来館証について

こすもぴあに来て下さる皆様へお願いです・・・。3月よりセキュリティ強化の為に、すべてのご来館者の方に「来館証」を首にかけて施設内にお入り頂いております。こすもぴあには毎日、ご家族様を含めたくさんの方が来館されます。不審者の侵入を防ぐ為に「来館証」をかけていただくと、職員もわかりやすく防犯上とても助かります。大変、お手数ではございますが、**皆様の大切なご家族様をお守りする為に、ご理解とご協力をお願い致します。**  
ちなみに・・・来館証をつけていただく際に少しでも不快な気分にならない様に、可愛くデザインして作ったつもりですが、皆様のご感想はいかがででしょうか？(笑)



ご協力を  
お願いします

## 行事予定

- 桜の開花時期に合わせて、お花見ツアー又は、ドライブにお連れする予定です。
- アーモンドの花の開花時期に合わせて、近くの名所にお散歩にお連れする予定です。
- 4月25日(日)こすもぴあ家族会を行う予定です。詳細は後日、別紙にてご案内させていただきます。

## こすもぴあからのお願い

- こすもぴあの面会時間は午前9時～午後6時までとなっております。
- ご入居者様への食べ物(特に生物)をご持参された時は必ずフロアーの介護職員にお声をかけて下さいますようお願い致します。
- 外出・外泊の際は必ず申請書類を提出のうえ、欠食の有無をお伝え下さいませ。

## 職員の独り言・・・

こんにちは。栄養課の崎山 智世です。  
先日、友人とお茶しながら、お花見の話をしていました。どこでしょうか、何時ぐらいから始めようとか、誰を呼ぼうとか、何を食べようとか、何を食べようとか、何を食べようとか・・・(笑)  
外国の方と話をしていても(もちろん日本語で)やはり食べ物の話になると話題が尽きず話は盛り上がりませぬ。地域や国によって食べ物や調理の仕方など違いはたくさんありますが、『花より団子』は万国共通なのでは！？と思っている私なのでした(^)



栄養士 崎山 智世

## 編集後記

3月に入り、少し寒の戻りがありましたが季節は着々と春本番を迎えようとしています。皆様も春を待ちわびているのではないのでしょうか？  
お花見や、ピクニック、旅行など楽しい計画をたくさん考えていらっしゃる方も多いでしょうね。でも、花粉症の方にとっては不要な外出はまだまだ一切控えたい時期でしょうか・・・。2月に入り私は謎の鼻水とくしゃみの症状にしばらく悩まされ、鼻水とくしゃみ以外はとっても元気だったので「ついに花粉症、発症の時に私にもきたか・・・」と真剣に落ち込みましたが無事に治まり、今年も春爛漫を楽しめそうです。そんなこんなで、うずうずと逸る気持ちを抑えながら、友達と連絡を取り合い、お出掛けの計画をいそいそと立てている日々です(^)

編集長 増田 千夏