

広報うすの黒

東野 和子様 作



新年あけまして

おめでとうございます

2021年(令和3年)を迎えるに当たり、ひと言御挨拶をさせていただきます。

昨年の3月、横浜港に停泊中の豪華客船ダイヤモンド・プリンセスに乗船中の3,700名の中で新型コロナウイルスによるクラスターが報道されました。これにより私はコロナウイルスを知り、大正時代のスペイン風邪の猛威により尊い命が奪われたことを思い返していました。4月には全国への感染拡大が確認されました。群馬県東毛地域ではクラスターが発生し、16の福祉関連施設が休業となりました。このコロナ禍で、発熱者等への職員の迅速な対応・マスク着用の徹底を行っております。主な感染源になる『三つの密』が生まれる場から公私とも避け、利用また入所されている皆さんの安全を守り、年末の第三波も乗り切り、無事新年を迎えられたのは職員の皆さんの不断の努力の結果であり、書面で失礼ですが敬意と感謝を申し上げます。

さて新年を迎え、ここで生きてくのが基本理念『私たちは地域から信頼され、愛され、安心して頼られる施設を目指します。』で、その理念とは全職員の提供する仕事の品質の保証を誓うのが根本的な考え方です。この理念が職員の90%の潜在意識にあれば、その組織は窮地に強いと云われています。介護看護のお世話は、密着・密接は避ける事が出来ません。よって外界での『三つの密』、不要不急の外出を避け、基本理念の具現化をはかり、これからの冬場の正念場を乗り越え、早春にはワクチン、血漿交代療法、特効薬等が提供される事を期待し、コロナ禍を完全に克服した時に皆さんと心から『新年おめでとう』と言えるようお願い、新年の挨拶とさせていただきます。

理事長 猿谷 祐康

明けましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

今年の私の目標は『健康第一、家庭第二、仕事第三』です。実は職員に言っていることなのですが、自分自身も実践しなくてはと感じ敢えて目標にしました。こんなことを言う『仕事第一』ではないのか、不謹慎だと思う方もいらっしゃると思います。しかし、心身ともに健康で生活が安定してこそいい仕事ができる、と私は常々思っています。健康や家庭を蔑ろにして仕事第一では返って視野が狭くなることもありますし、プライベートで悩みがあるとイライラして仕事に支障をきたすこともあります。介護の仕事はやりがいや楽しさの多い仕事ですが、ストレスのかかる仕事でもあります。心にゆとりを持ち優しい気持ちで、常に平常心で笑顔を忘れず、相手の立場に立って考える事ができる職員であるために、上手にストレス解消をしながら日々の仕事に向き合って欲しいと思っています。果たして自分はきちんとできているだろうかと振り返り反省し、心を新たにしております。

前号に続き『笑顔』について少しお話します。笑顔でいる人といつも不機嫌な人では、寿命が7年も違うそうです。体内には毎日あらゆるウイルスが侵入し、がん細胞が発生しています。それを撃退するのがリンパ球の一種であるナチュラルキラー細胞(NK細胞)で、そのNK細胞を活性化させるのが人の笑いによると言われています。笑うことによって脳が生成する情報伝達物質がプラスに作用しNK細胞を活性化させます。反対に不機嫌だったりすればマイナスに作用しNK細胞の働きが低下します。笑うことだけでなく笑顔でいるだけでも効果は十分に発揮されるそうです。コロナ禍だからこそ、免疫力アップのために『笑顔』を忘れず、笑って過ごしたいと思っています。

施設長 上原 嘉代子



職員 和田 知子 作
原澤 裕美 作

【お知らせ】12月16日からエントランスホールでの窓越し面会ができるようになりました。

長い間ご不便をお掛けしましたが、パーテーションの仕切り工事が完了しましたので、外ではなく施設内での窓越し面会が可能になりました。『マスク使用・手指消毒・検温・健康チェック』後の入館となりますので、ご協力をよろしくお願いいたします。

※熱がある時・体調不良時は面会をお断わりする場合がありますので、ご了承下さい。

面会時は職員が立ち会わせていただき、5分以内の面会となります。

また面会は2名以内で前日までの予約制となっております。

VOL.8

2021年1月発行



サファリパークに
行ってきました



ユニット

制限のある中、楽しんで
いただけるようにし
ました。

紅葉狩りに碓氷湖と
妙義山に行ってきま
した



従来型

10月祭 秋祭り

いっぱい
釣れたよ♪

がんばれ～！

模擬店には焼き饅頭やかき氷
チョコバナナ等が並びました。

的あて

金魚すくい

何か利用者様に喜んでいただけないかと初の試みで16日に開催されました。自粛の中、外出など行えず、納涼祭も中止となっていましたでしたが利用者様に大変喜んでいただきました。



ヨーヨー釣り



手作りおやつ紹介

「お豆腐白玉」

「材料」2人分

- ・白玉粉 100g ・豆腐 100g
- ・小豆缶 適量 ・きな粉 少々



「作り方」

- ①ボールに白玉粉と豆腐を入れ耳たぶくらいの柔らかさに練る。
(少し水を入れても良い。)
- ②①を食べやすい大きさに丸め、たっぷりの熱湯に入れる。
- ③浮き上がってきたら1～2分ゆで氷水に取りザルに上げる。



管理栄養士

寒い季節となりました。体を温めるお食事を食べて免疫力をあげましょう。お味噌汁に生姜を入れると体が温まって良いですよ。お食事前の手洗いも忘れずに体調管理に気を付けて寒い時期を乗り越えましょう。

管理栄養士 末永

デイサービス 紅葉狩り

松井田の名所
めがね橋

3日間楽しく
紅葉を楽しみました

移り行く
季節は素晴らしい

在宅介護支援センターです！

・ケアマネジャーがいます！

支援を必要とされている方やそのご家族様の気持ちに寄り添い、希望にあったケアプランを作成し、1人1人が自分らしい生活ができるようお手伝いさせていただきます☆

・ホームヘルプサービスがあります！

自宅に伺い、家事のお手伝いや入浴介助などの生活援助、身体介護をさせていただきます

・支援相談員にて、困り事などの相談をお受けいたします！

・安中市産前産後ホームヘルプサービスが始まりました。

産前産後のお母さんのためにホームヘルパーを派遣して家事・育児の生活をご支援します。

※詳しくは、安中市役所子ども課 子ども育成係にお問い合わせください。



027-393-5851(直通)

027-393-5858(代表)

お気軽にお電話下さい



特別養護老人ホーム
うすいの里

社会福祉法人 碓氷福祉会

〒379-0215

群馬県安中市松井田町高梨子1491-1

☎ 027-393-5858

E-Mail: usuinosato-0@

mx9.ttcn.ne.jp

編集：うすいの里 広報委員会

発行：2021年1月 Vol.8