

# いけだいきいきニュース

第94号

発行日 2022年5月25日

共立介護福祉センターいけだ  
甲府市下飯田1-2-18 Tel 055-236-3500 Fax 055-236-3505  
特別養護老人ホームいけだの里  
甲府市下飯田1-2-17 Tel 055-236-3530 Fax 055-236-3534  
発行元 やまなし勤労者福祉会 花輪啓子(編集担当 塩澤)

## 職員紹介

この春より、新しくいけだで働く職員さんを紹介します♪ よろしくお願ひいたします!



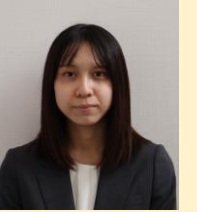
事務  
チャバス村上 奈美恵

4月より事務職員として入職致しました、チャバス村上奈美恵です。わからないことが多いですが、日々の業務を通して学び、頼りになる職員へと成長できるように頑張りますので、よろしくお願いいたします。



事務  
神谷 恵子

法人事務局から異動してきました、神谷恵子です。これまで法人経理として月次や決算に携わってきました。介護事務は初めての業務で分からないことばかりですが、精いっぱい頑張りますので、ご指導をよろしくお願いいたします。



作業療法士  
塚原 眞季

4月に入職しました、塚原眞季と申します。これまで回復期の病院に勤務していましたが、在宅で生活される方を支えたいという想いがあり、転職しました。早く皆さんと打ち解けたいので、気軽に話しかけて下さると嬉しいです。よろしくお願いいたします。



理学療法士  
天野 早紀

リハビリ職として入職しました、天野早紀です。元々山梨の生まれですが、10年程群馬県高崎市に住んでいました。食べることが大好きなので、おいしいお店やおススメがあれば、ぜひ教えてください!リハビリを通じて、利用者様の生活をより支援できるよう頑張ります!!

また、施設でも、ベランダや施設前で外の空気を楽しんでいきます。感染対策を徹底しながら、今後も少しずつ外へ出る機会を作りたいです。

(記事担当者 柳田)

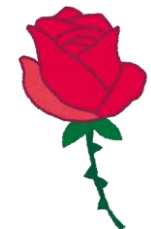


みなさま、こんにちは!早いものであっという間に5月ですね!  
いけだの里ではドライブがてら桜やバラを見に行きました。外出の機会が減ってしまっている中でも、ドライブで外の景色や空気を楽しむことができました。気分転換になったように、入居者さまの喜ぶ姿を見ることができました。

## 今月のいけだの里



## 今月のまいほーむいけだ



5月に入り、最高気温が25度を超える日も増えてきました。まいほーむでは、天気の良い日に愛宕山のバラ園へ出かけました。大きさも色もさまざま、色とりどりのバラが咲いている様子はため息が出るほどの美しさでした。バラは見た目だけでなく、香りも楽しめるお花です。見頃のバラを目と鼻で楽しんでください。

そしてついに...!4月から作り始めた鯉のぼりが完成しました。鱗1枚1枚を丁寧に仕上げ、近くから見ても遠くから見ても楽しめる作品となりました。本格的な夏に向けて、徐々に気温も上がっていきます。屋外の活動だけではなく、室内の活動時にもこまめに水分補給をしながら取り組んでいきたいと思っています。

(記事・写真 名取)



## 続・平和を祈って

3月から始めた「ロシアのウクライナ侵攻に対する抗議のスタンディング」も、3か月が経ちました。朝、職員が道路沿いに立っているのを見かけた方もいらっしゃるのではないのでしょうか。



何の罪もない人達や、子ども達が命を落としているニュースを見ると、胸がとても痛いです。直接的な支援はできませんが、関心を持ち続け、スタンディングを続けていきたいと思えます。

「戦争の放棄」「戦力の不保持」など『戦争をしない』と高らかに謳っている憲法9条はやはり日本の宝物だと思います。(花輪)

## 2022年度が始まりました!

いけだセンターには、訪問看護・訪問リハビリ・訪問介護・定期巡回・看護小規模多機能・居宅介護支援の5つの事業所があります。先日、2021年度のまとめと2022年度方針の発表会を行いました。発表会では、各事業所の所長が、昨年度の活動内容や今年度の目標を分かりやすく説明しました。



いけだセンターでは、今年新たに「反核社保委員会・広報委員会・交通安全委員会」の3つが立ち上がり、合計9つの委員会が活動しています。今後、各委員会の様子もニュースで紹介したいと思います。2022年度もよろしくお願いいたします。(花輪)

## 署名のお礼とお願い

この度は「憲法改悪を許さない全国署名」の取り組みにご協力頂きまして、誠にありがとうございます。利用者様・ご家族の皆様から数多くの署名をお寄せいただき、いけだセンター全体で243筆(5月19日現在)の署名を集めることが出来ました。署名は継続し取り組んでおりますので、お手元に署名用紙がまだある場合は、ご記入の上、訪問した職員に手渡し頂けると幸いです。引き続きご協力の程宜しくお願ひ致します。(小松)



# 完・人気の冬野菜 TOP3

農園日記



みなさんこんにちは！いけだファームの横内です！  
じゃがいもの芽が出ました！！ですが…種芋を畝に植えすぎてしまい、小粒のじゃがいもになってしまう可能性が…（泣）剪定作業をしっかりしないと！！

さて、人気の野菜シリーズも今回が最終回です。さっそく紹介していきますね。

第1位！白菜！！

冬野菜の代表格といえば白菜で決まりですね。（もう初夏ですが…）

旬の季節は11月～2月。寒さが増すごとに甘味を蓄えていくのが特徴です。

白菜には、とにかくビタミンCが豊富！！免疫力の向上、ストレスの緩和など様々な働きをしてくれ、さらにお肌にも良い野菜です。調理方法も様々で、新鮮な白菜をサラダで食べるのも美味しいですが、個人的にはやっぱり鍋が大好きです！寒い時期が旬の白菜ですが、日本では季節に応じ、産地を変えて生産をしているので、一年を通して食べられます。冬の白菜より甘味が少なく小ぶりですが、スーパーなどで見かけたらぜひ手に取ってみてくださいね。（横内）

## オレンジカフェいけだ ニュースレター



### 4月23日（土）のオレンジカフェのようす

今回は、当法人の理学療法士を講師に、健康体操を実施しました。

認知症予防のために必要な事や、健康体操と認知症予防の関連性についての説明では、洗濯物をたたむ動作や買い物に出かける動作などといった日常生活の中で行っている様々な事が運動につながるという話に頷く参加者の皆様の姿が印象的でした。

健康体操は、座った状態でも可能な運動から始め、立った状態での運動、バランスを取るための運動が行われました。ゆっくりとしたペースの体操から少し早いペースの体操まで挑戦しました。体操を終えた皆様は、笑顔で楽しそうな様子でした。脚を動かす動作も、ペースを変えたり、複雑な動きにも挑戦したりすることで、「頭を使いながら体を動かす」ことができ、認知症の予防にもつながると、講師より説明がありました。

お帰りになる前に「久しぶりに再会した」と参加者同士が嬉しそうに交流されている様子を見て、人と集まって活動することの大切さを実感しました。

### 2022年度 年間予定

#### 🍊 次回のオレンジカフェ 🍊

5月28日（土）…ハンドマッサージ

6月25日（土）…ニードルフェルト

送迎をご希望の方は、当法人の職員が送迎いたします。  
健康体操や体験企画のほか、認知症や健康など日々のお困りごとに関するご相談も当法人の専門職員が伺います。  
参加をご希望の方やオレンジカフェに興味のある方は、下記までお気軽にご連絡ください！

特別養護老人ホームいけだの里  
甲府市下飯田 1-2-17 ☎055-236-3500

担当：太田

日時		内容	
5月28日（土）	14:00～16:00	健康体操	ハンドマッサージ
6月25日（土）	14:00～16:00	健康体操	ニードルフェルト
7月23日（土）	14:00～16:00	健康体操	染物
8月27日（土）	14:00～16:00	健康体操	和菓子作り
9月24日（土）	14:00～16:00	健康体操	切り絵
10月22日（土）	14:00～16:00	健康体操	講演会（認知症について）
11月26日（土）	14:00～16:00	健康体操	ブローチ作り
12月24日（土）	14:00～16:00	健康体操	編み物
1月28日（土）	14:00～16:00	健康体操	習字
2月25日（土）	14:00～16:00	健康体操	ハーバリウム
3月25日（土）	14:00～16:00	健康体操	音楽鑑賞

### 感染予防対策に関しまして

オレンジカフェいけだでは、  
会場の換気・消毒と、担当職員の検温・手指消毒・マスク着用を徹底いたしております。  
また、お越しになる方につきましても、入場前に検温と手指消毒をお願いいたしております。  
マスク着用と併せてご協力をお願いいたします。  
なお、オレンジカフェの参加・送迎のご希望を事前にご連絡いただいても  
当日、体調が悪い方や発熱がある方につきましては、参加をお断りする場合がございます。  
ご理解・ご協力のほど、どうぞよろしくお願いいたします。

