

あなたのとりの檜山荘

ほほえみ

No.84

2025.09.16

基本理念 「和の心」



初秋の候、皆様におかれましてはお健やかに過ごしのこととお慶び申し上げます。暦の上では秋、9月になりましたが、連日の猛暑が続いており、日差しの強さに只々驚く毎日ですが、1日でも早く涼しい秋が来ることを願っております。

当施設では引き続き、入所者、入居者様が安心して過ごして頂けるよう個々の健康管理と生活支援に努めてまいりたいと思います。9月には敬老会をはじめ、秋ならではの外出支援等々計画し、皆様に季節の彩を楽しんで頂けるよう準備を進めております。

今後ともご家族様や地域の皆様とのつながりを大切にしながら「やさしさとあふれる笑顔」に満ちた施設づくりを目指してまいります。引き続きご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

庄長 原 章裕

6月25日

施設内研修

身体拘束防止研修

7月23日

介護事故防止対策研修会「介護技術、トランスファー実技講習会」と題し、落合病院より作業療法士の飯嶋先生、理学療法士の宮川先生、金田病院より理学療法士の服部先生の3名を講師にお招きし、実技研修会を開催しました。

8月6日

事故防止研修「セーフティマネジメント」



8月27日

防災訓練

消防署、真庭消防設備様に来ていただき、日中を想定した防災訓練を行いました。出火場所の特定、避難誘導について確認していただきました。



《材料》

- ・米 …2合
- ・さんま…1尾
- ・塩 …少々
- ・生姜 …1片



さんまの炊き込みご飯

《作り方》

- ① さんまは内臓を取り除き、水でよく洗い、塩を振る。
 - ② 生姜を千切りにする。
 - ③ さんまの水気をキッチンペーパーでふき取り、グリルなどで両面に焼き色を付ける。
 - ④ 炊飯器に水洗いした米、(A)の調味料を加え、水を2合のメモリまで入れてよくかき混ぜる。
 - ⑤ 炊飯器にさんまと生姜を入れ、炊飯する。
 - ⑥ 炊き上がったら頭と骨を取り除き、よく混ぜる。
- ※お好みでみょうがや大葉を加えても◎

さんまに多く含まれるDHAは、【脳の栄養素】と言われ、記憶力の向上や脳の老化防止に効果あり！



(A)

- ・酒 …大2
- ・しょうゆ …大1
- ・みりん …大1/2
- ・みょうが、大葉…お好み



アレルギーの原因について ~その② 室内空気~



体の不調の原因が、室内の空気に潜んでいる事は意外と多いですが、日々のちょっとした習慣の積み重ねで改善できます。

体不調改善ポイント！



- ◎換気で空気をリセット
- ◎空気清浄機の活用でアレルギー除去
- ◎湿度を管理しカビやダニを抑える
- ◎布製品の掃除洗濯でホコリやダニを減らす
- ◎化学物質の少ないアイテムを選ぶ

できる事を取り入れて

アレルギーの少ない生活へ！



毎日の生活に+αで
体の不調を改善！！



編集後記



お盆の時期に荘内に祭壇を設置しました。お線香を焚くと、心が休まる香りがして私はどちらかというと好きな香りです。ある入居者様にそう伝えると、「私は好きじゃない。」と言。香り一つですが、捉え方はそれぞれ違うという事を改めて感じました。自分本位な固定概念にがんじがらめにならず柔軟に考えなくてはならないですね、何事も。

実習受け入れ

- ・真庭高校看護科3年実習(6/12~6/13) **実習生のみなさんお疲れ様でした！**
- ・新見公立大学2年実習(6/23~7/19)
- ・美作高校実習(7/7~7/11、7/22~7/25)
- ・真庭高校看護科1年実習(7/22~7/28)
- ・美作大学栄養科実習(6/16~6/20)
- ・学生ボランティア5名



地域密着型ユニット（1階）

日常



福祉ネイリストの方々にお越し頂き、希望された入居者様はネイルやハンドマッサージを受けました。ネイリストの方と楽しく話をしながら色やデザインを決め、思いのネイルを楽しめました。



さつまいもや夏野菜（トマト、キュウリ、ナス）を植えました。夏野菜は収穫し食べる事ができました。



盆供養



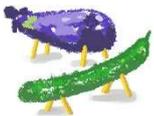
8月13日

仏土寺様にお越しいただき、盆供養を行いました。

参加された入居者様達もお経を読み、焼香をされ拝まれていました。



迎え火・送り火



キュウリと茄子で馬と牛、迎え団子を作りご先祖様を迎える準備をしました。

準備が整うと、各ユニットに分かれ火を焚き、それぞれご先祖様を迎え、そして15日には送りました。



七夕



短冊に願い事を書き、笹に飾り付け、デザートの水餃子を食べ楽しく過ごしました。

願いが叶いますように…



夕涼み会

的に当たってしょうか？

8/26に夕涼み会を開催しました。今年の夕涼み会はメニューがとても豊富で、入居者様は食べたい物を選び、美味しく食べられました。おかわりをされる方も多く満足された様子でした。アルコール（日本酒、ビールなど）も準備しており、「1年ぶりじゃ。」と喜ばれる入居者様もおられました。ゲームでは、ヨーヨー釣り、射的を楽しみ、最後は外に移動し花火を観られ、夕涼み会を楽しく終える事ができました。



「メニュー豊富なプレート」

- ・枝豆
- ・ウインナー
- ・焼きそば
- ・バターコーン
- ・たこ焼き
- ・スイカ（ご家族様より）
- ・わらび餅



ファイアーを飾った花火



タコ焼き
まだかな？

ご寄付・ご寄贈



井口欽也先生より
ご寄贈していただきました。
荘の玄関に展示しています。
是非ご覧ください。



ありがとう (令和7年5月1日～
ございました。 令和7年8月31日)

参議院議員選挙不在者投票



7月17日

参議院議員不在者投票を行いました。17名の方が投票されました。皆さん、真剣に選ばれていました。



従来型 (2階)

七夕

七夕の短冊を書いていただきました。笹に飾り付けまでばっちりです☆皆様の願い事が叶いますように。



みんな大好きカラオケ♪



最近、週末にカラオケを行っています。
歌を歌われる人、しっかり手拍子をしてくださっている人、それぞれ盛り上がり楽しんでます。



紫陽花見物



紫陽花を観に、木山寺と木山神社に出かけました。
久しぶりの外出となりましたが、皆様は咲き誇る紫陽花をご覧になり、気分転換されているようでした。



夏祭り



各フロアで夏祭りを行いました。ゲームや飲食ブースで、皆様楽しんでいました。