

さくらの里だより

栗原市若柳字川北塚原15-1
0228-32-7515

皆さまこんにちは、11月は秋から冬へと移行の季節ですね。今年は温かい日が長かったので一気に冬がやってきた気がいたします。白鳥がさくらの里近くの迫川で泳いでいる姿を見ると冬の季節を感じさせられます。

白鳥は主にロシア、シベリアなどの北方の国から渡ってくるのですが、北方の冬は寒さが厳しすぎて餌がとれないからわざわざ日本まで渡ってくるそうです。渡り鳥の生命力には感心させられます。

朝晩の寒さも身にしみてまいりました。風邪など引かぬよう身体をご自愛下さい。それでは今回もさくらの里の近況を報告させていただきます。(ミウラ)



若柳中学校2年生「キャリアセミナー」

10月30日(金)、若柳中学校で2年生を対象とした「キャリアセミナー」が開催され、特養の鈴木裕美主任が講師として出席しました。

この催しは、感染拡大の為に中止となった「職場体験学習」の代替えとして中学校が企画されたもので、「地域に生きる社会人・職業人を講師に招き、直接的な関りを通して自らの生き方を考え、将来への目的意識を高めることを目的として行われました。



当日は、鈴木主任を含め若柳地区で働く様々な職種5人の方が講師として各教室に分かれ、75名の生徒を対象に講義を行いました。今回の講義が、生徒皆さんにとって主体的に自己の進路を選択決定するきっかけになれば幸いです。(サトウ)

主任、お疲れ様でした



100歳 おめでとうございます！ ケアハウス

ケアハウスでは9月と10月に、お二人の入居様が元気に100歳を迎えました！感染予防のため、家族様を招いてのお祝いは叶いませんでしたが、他入居者様や職員と盛大にお祝いをし、お祝いの献立やケーキを召し上がりました！そして現在101歳になられている入居者様もおります。年齢を感じさせないような元気なお姿に、私たちはいつもパワーをもらっています！！ありがとうございます。

これからますます寒くなっていますが、皆様方の生活がより良い生活になりますように、職員一同頑張ってお参ります！（ニゴリヌマ）



いもほり 頑張りました！！ショートステイ

「今日はいいい天気だね。外に行きたいね。」との利用者さんからの一言で始まったいもほり。「これはさつまいも？おっきいね～」とさつまいもを持ち皆さん笑顔でツルを引っ張っていました。

秋晴れのなか、今年のさくらの里のさつまいもはみんなおっきくて美味しそうなお芋がたくさん取れましたよ。給食で美味しいさつまいも料理がでるのか楽しみです。（マナエ）



秋の味覚と言えばサンマ! デイサービス

サンマの不漁で今年は価格が高騰し食卓にサンマが出ない秋となっております。

しかし! 「秋と言えばサンマ」! 今年もご利用者の皆様には秋を感じていただきたく、素晴らしいお天気の中、炭火で焼いたサンマを召し上がっていただきました。この秋、まだサンマを食べていない方が殆んどで、皆様から美味しかったとご好評いただきました。

少し前は、「今日もサンマ」と思うくらいサンマばかりだったと笑い話をしながら皆様残されず完食されておりました。今後も、楽しみや非日常を感じて喜んでいただけるような企画を考えて行きたいと思います。(ミウラ)



さくらの里大樹!
すっきり紅葉付きました♪

秋のスポーツ交流会を開催しました!! 特養

10月下旬に南ユニットと北ユニット対抗戦でスポーツ交流会を開催しました! 競技は3種目で新聞紙による引っ張り相撲、輪投げ、風船バレーを行いました。

最後の競技として職員による車椅子障害物リレーは、職員同士白熱した戦いを繰り広げました。上手に障害物を越える職員もいれば、なかなか走る方向が定まらない職員もいて利用者様の笑いが絶えませんでした。

風船バレーでは体を前のめりにして必死に風船を追いかけて白熱した戦いが繰り広げられました。

普段はなかなか見る事のない利用者様の表情をたくさん見ることができとてもいい交流会になりました。来年もまた開催しましょうね。(ミカ)



看護師の健康講座

今回の健康講座は、冬に猛威を振るうインフルエンザについて説明します。インフルエンザは、11月下旬～12月上旬ごろに流行し、1月～3月にかけてピークが見られます。潜伏期間は1日から3日です。主な症状は38度以上の発熱、セキ、悪寒、のどの痛み、関節痛、全体倦怠感、頭痛がみられます。飛沫感染、接触感染、空気感染で感染します。インフルエンザになっても重症化にならないようにワクチン接種が必要です。外出先から帰宅したら十分な手洗いを行い適度な湿度（50～60%）で室内を保ちましょう。今年はコロナウイルス対策も必要です。三密を避けマスクをつけて手洗い、うがいを忘れずに今年の冬を乗り切りましょう。（チアキ）



職員紹介



名前 齋藤 容子（サイトウ ヨウコ）
部署 さくらの里若柳 ショートステイ
職名 看護師
趣味 読書・ツーリング
特技 料理



★一言メッセージ★

在職13年目になります。

ケアハウスからショートステイに異動し3年、毎日変わる利用者様と関わりながら充実した毎日を過ごしています。

初心を忘れず、これからも頑張りますのでよろしくお願い致します。



名前 佐々木 由香（ササキ ユカ）
部署 特別養護老人ホームさくらの里若柳
職名 看護師
趣味 音楽鑑賞
特技 食において美味しいものを見つけること
（特にパン！）

★一言メッセージ★

利用者様が安全・安心に生活していただけるようにと、スタッフの皆様と連携を取りお仕事させていただいております。『常に感謝の気持ちを忘れず、相手の立場に立って物事を考えられるように』をモットーにしています。

☆編集後記☆

朝晩めっきり寒くなりました。初雪の便りも間もなくですね。寒さに負けずに十分な睡眠、栄養を取って元気に過ごしましょうね。（ユイ）

