

# おもいやり

文字製作： 通所利用 米坂 操 様



## デイケアお花見レクに行ってきました！

5月9日（火）から12日（金）の4日間、桜の花は終盤でしたが良いお天気に恵まれて車窓からさくら見物、産直あぐりへい屋さんではおいしいソフトクリームやシェイクをいただきました。

デイケア 介護福祉士 佐々木安代



今回バスでめぐったのは  
赤川水源地 大野公民館  
北斗市東前あぐりへい屋  
などでした

北斗市野崎陣屋跡  
JR新函館北斗駅

発行日：平成29年 5月31日 第67号

発行者：医療法人聖仁会 介護老人保健施設ジョイウエルス桔梗  
〒041-0801 函館市桔梗町557番地  
TEL 0138-46-8881 FAX 0138-46-8880 広報委員会





**かがやきグループ様 ご来所**

4月12日（水） デイケア

あでやかな着物姿で歌と踊りのステージ  
職員も入りニワトリに扮して踊っているのは  
♪ミネソタの卵売り♪です

デイケア 介護福祉士 佐々木安代



入所

2階

レク



さくらの花びらの塗り絵を切り取り木の絵に貼りつけました  
食堂もさくらの花で春らしくにぎやかな雰囲気になりました

入所2階 介護員 渡部粧子

# リハビリテーション室からの「情報ステーション」

## 第1回 「歳のせい？」

みなさんは「サルコペニア」という言葉を聞いたことがありますか？  
サルコペニアとは**加齢などに伴って、筋力や身体機能が低下する**ことを言います。  
どんなに健康な方でも、筋肉量は40歳ころから徐々に低下し、  
とくに後期高齢者ではそのスピードがとても速くなります。

今まで元気で病気ひとつしたことがないけれど・・・  
「なんだか疲れやすくなったな」「歩くのが遅くなったみたい」  
「階段は手すりにつかまらないと上がれない」  
「ペットボトルのふたがなかなか開けられない」

・・・『まあ、歳も歳だし』と納得していませんか？  
諦めてしまうと寝たきりに一歩近づいてしまいます！



では、どんなことに気を付ければ防ぐことができるでしょう？

次回は「サルコペニアの予防方法」についてお話しします。 言語聴覚士 松島 環

### 【ボランティア募集中】

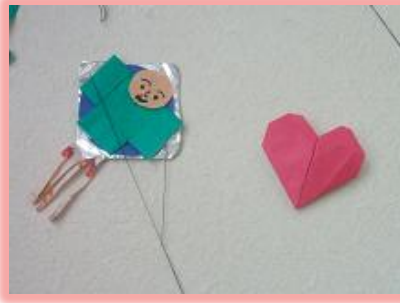
入所、通所されている方々と、一緒にゲームをしたり、作品を作ったり、おしゃべりを楽しんでみませんか？また歌や踊りなど披露して頂ける方がいらっしゃいましたら、是非ご紹介下さい。下記担当までご連絡をお待ち致しております。  
お問い合わせ窓口 支援相談員 信太克則

### ～介護職員募集～

- 介護の資格をお持ちの方
  - 資格は持っているが、長いブランクのある方
  - これから介護の資格を取る予定の方
  - 介護のお仕事に興味のある方
- 上記に該当される方はご連絡をお待ちしております。  
連絡先 46-8881 (担当：こうち)

※掲載の写真はご本人様、ご家族様の了承を頂戴しています。





入所 3階

工作タイム

折り紙で鯉のぼり、あじさいなどを作りました  
鯉のぼりにはちぎった折り紙を貼りつけました  
あじさいは折り紙を重ね合わせた苦心作です



入所3階 介護員 小笠原美樹

### 【編集後記】

木々の緑も深まり、まもなく北海道には短い夏がやって参ります。皆様におかれましては、いかがお過ごしでしょうか。さて、広報誌「おもいやり」は今回発行より編集メンバーが一新されました。今まで以上に、皆様に愛される広報誌作りを考えております。皆様の御意見や御要望等ございましたら、お気軽に事務室広報係までお寄せください。

また、医療法人 聖仁会ホームページ(<http://www.sejinkai-mori.jp/>)でも広報誌「おもいやり」をご覧いただけます。広報係事務 高石桂路

