

秋祭り報告

うららのお祭りも秋開催になって2年目を迎えました。朝早い時間は寒くて、外での開催に凍えてしまうのでは？と思っていましたが、開始時には逆に暑さにまいてしまうのでは？と思うくらいの晴天の中で開催することが出来ました。

秋祭りの開催は2回目でもまだまだ職員も至らないことが多かったですが、利用者様や家族様の笑顔を見ることができ、本当に職員一同嬉しく思っています。

利用者様、家族様、うららへ足を運んでくださるすべての方々に楽しんで頂きたいと思い、毎年開催させて頂いておりますが、私たちがやりがいや、たくさんの方々の元気を頂いているくらいです。ご参加くださった利用者様、家族様、地域の方々に感謝申し上げます。来年度も、より良いものを目指して頑張ってまいりますので皆様ふるってご参加ください。

行事・レクリエーション委員 佐藤 譲

クリスマス会報告

皆様、こんにちは！
今年もいろんな行事がありましたが、皆様楽しんで頂けたでしょうか？
今年のクリスマス会は兵庫県音楽療法士会の方々が来て下さいました。利用者様と一緒に、ハンドベルで綺麗な音色で演奏したり、歌を唄いながら楽しく体操をしていました。利用者様もハンドベルを取り、一緒に楽しそうに音色を奏でていました。来年もより一層盛り上がるように、職員一同頑張っていきたいと思っております。

皆様がこの記事を読まれている頃はお正月かと思いますが・・・
メリークリスマス◆♪◆*... ◆♪◆* ...*...◆

行事・レクリエーション委員 島内 良輔

M e r r y C h r i s t m a s

～鍼灸inうらら～

うららでは、毎週水曜日に「KE i ROW東灘ステーション」から鍼灸師さんに来ていただき、お昼休み中の30分を利用して疲れた職員を鍼灸や揉みほぐしで癒していただいています。心身ともにリフレッシュして1週間頑張るぞ！

〈担当鍼灸師さんより〉
職員への健康のお手伝いをさせて頂いております。腰痛、神経痛、冷え症などに効果のある鍼灸で血流促進し、寒い冬への養生としても好評いただいています。安全な電気温灸気に加え、刺さない針や揉みほぐし手技の施術で少しでもお身体が楽になって頂ければと思います、心を込めて施術しています。

～文化祭～

うららでは毎年秋になると、1階玄関ホールで文化祭を開催しており、利用者様が作成された作品を展示しています。昨年もたくさんの作品を展示していたので、写真ではありますが記事に載せさせて頂きました。

ところで、この記事をご覧になられてお気づきになられたでしょうか？実は、左上の『平成』の作品と、右下の『令和』の作品は、な、な、なんと同一の作品で、上下を逆さまにすると『平成』にも『令和』にも見えるという摩訶不思議な作品なんです！この作品は「逆転文字」といって、意図してそう見えるように書かれたトリックアートなんです。他にも、技術・センス・閃きがキラリ☆と光る秀逸な作品ばかりです！

今年も秋にはまた文化祭を開催して、うらが誇る巨匠たちの作品を展示しますので、ぜひ芸術の秋を感じにうららへお越し下さい！

食欲の秋派代表 広報委員 柴田 高司

《編集後記》

寒気ことのほか厳しく、冬の足音もそこかしこでたっぷりと聞こえてくる季節となりました。さてさて皆様、冬と言えばやはり「お鍋」ですね♪今回は私や家族の大好物、秋田名物「きりたんぼ鍋」をご紹介します。時はさかのぼり、37年前、...秋田県出身の知人に伝授されてからその味にはまってしまう、以降毎年作っています。材料・作り方はとってもシンプル♡お醤油ベースの味が食欲をそそります。それでは、作り方をご紹介します。

①新米を炊飯し炊き立てを粘度が出るまですり潰し、塩水をつけて棒状に伸ばし串に刺してホットプレートで少し焦げ目がつくまで焼き、斜め切りにする。
②ささがきごぼう、小芋、こんにゃく、にんじん、なめこしめじ、比内地鶏（鶏肉のモモで可）を塩と醤油ベースの出汁で煮込み、最後に春菊をちらして出来上がりです。味もしかり、目で見ても楽しめるご馳走お鍋の出来上がり～☆☆ 日本酒やシャンパンにもびったりです。体の芯まで温まります。どうぞ皆様もお試しくださいませ♪

広報委員 黒田 智代

うららだより

61号

発行日 令和2年1月1日

●発行者 山本 正博
●編集者 広報委員会

医療法人社団康明会 介護老人保健施設うらら
〒651-1603 神戸市北区淡河町淡河 5 7 4
TEL 078-950-5177 FAX 078-950-5188
URL: <http://www.roken-urara.jp>



明けましておめでとうございます

皆様お健やかに良き新年をお迎えのことと存じます。昨年「平成」から「令和」への新しい時代の始まりの年であり、老健施設「うらら」が創立15周年を迎えることができた年でもありました。これまでに賜りました地域の皆様のご支援とご協力に深く感謝し、厚く御礼を申し上げます。

「うらら」は本年も在宅支援・在宅復帰のための地域拠点として、入所やショートステイ、通所リハビリ・訪問リハビリなどのサービスを提供するとともに、認知症高齢者ケアの充実、認知症短期集中リハビリ、医療行為の拡大、また新しい取り組みへのチャレンジなど、地域の皆様の様々なニーズに対応できる多機能の施設として、「令和」の新しい時代に力強く進んで参りたいと考えています。どうか本年もよろしく願います。皆様のご健康とご多幸をお祈りし、新年のご挨拶とさせていただきます。

令和2年正月 施設長 山本正博



秋祭り

記事は、裏表紙をご覧ください。

デイケア 主な行事

秋の大運動会



毎年恒例行事となっている「秋の大運動会」を今年も行いました。今回の競技は、円盤投げ、ピンポン玉落とし、団体競技として玉入れを行いました。皆さん笑顔の中でも真剣に取り組んでおられ、成績が思わしくないときは悔しそうな表情も見られました。表彰式では満面の笑顔が見られ、活気ある楽しい運動会になりました。

デイケア介護士 山本美奈



外出訓練「道の駅 淡河」へ「消しゴム判子ではがき作り」

デイケアでは色々なイベントがありますが、外出訓練は年2回行っています。今回は近くて遠い?!今年8月3日にリニューアルした「道の駅 淡河」と、淡河町の名物「豊助饅頭」にもお邪魔させて頂きました。野菜、肉類と豊富な食材!一番人気は今が旬の生椎茸でした。☆豆知識「道の駅 淡河」は兵庫県で26番目、全国政令指定都市では初の道の駅としてオープンしたのだそうです。

デイケア介護士 喜多克恵



今年もスタッフが手作りした消しゴム判子を使い、今年度の干支「子」を主に好きなスタンプをペタンペタンと押されていました。押した瞬間「わ〜いいのができたわ〜」「きれいね〜!」とみんなそれぞれ個性のある年賀状やカードが出来楽しい時間となりました。

デイケア看護師 郷田さおり



クリスマス会

記事は、裏表紙をご覧ください。

2階 10月誕生日会



令和1年10月5日(土)にザ・グレート・ガラパゴス・バンドの皆様をお招きして10月の誕生日会を開催しました。17名の方々に由る楽器の演奏で大迫力でした。利用者様の様子は、泣き笑いあり、指揮をする利用者様ありで、非常に楽しんでいただけました。大音量で、居室の利用者様も十分に楽しんでおられました。ザ・グレート・ガラパゴス・バンドの皆様ありがとうございました。

2階介護主任 山田京子



3階 すき焼きパーティー



11月27日、28日に3階では利用者様に毎年恒例の行事食として、すき焼きを提供させて頂きました。すぐに召し上がって頂ける状態になったお鍋が栄養科より3階へ届きます。いつもお食事をされる場所とは違う場所でみんなでお鍋を囲んで、いざ!パーティースタートです(ー)/ノンアルコールビール、お茶、スポーツドリンク、お好みの飲み物で「かんぱーい」を合図にすき焼きを食べ始めます。アツアツのすき焼きに皆様お箸がすすみます。「おいしいわ〜」「おかわり」などの嬉しい声が聞こえてきました。笑顔をたっぷりと見せていただき、職員一同とっても元気をいただきました。

3階介護士 沖 真由美