

ライフケア大手門 ぐるーぷほーむ通信

令和8年
2月号

ライフケア大手門 グループホームの理念

私たちは、ご入居者とそのご家族が、毎日を安心して生活出来るよう介護を通して支援します。

そのためにご入居者の背景を尊重して、ご家族と一緒に継続した支援を行います。

また、私達スタッフは互いに声を掛け合い、協力体制をとりながら、共に成長し合える関係づくりに努めています。



令和8年を迎え、あっという間にひと月が経ちましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。インフルエンザも多くの時季ですが、当ホームではこまめな換気やアルコール消毒など、感染予防を行っています。幸いにもご入居者・職員ともにインフルエンザに感染した方はおりません。皆様も体調管理にはお気をつけてお過ごしくださいませ。

昨年12月18日はさくら会議において、クリスマス会がありました。地域の方も含め多くの方にご参加いただきありがとうございました。「bingo」「輪投げ」今年の万博にちなんで「ミャクミャクダンス」のイベントを行い、皆様笑顔で盛り上がりもみせ楽しんでいただけたように思います。イベントの準備もご入居者と一緒に行い、万博のイメージキャラクター、ミャクミャクをイメージした輪っかを手縫いで作りました。職員が玉止めが出来なくて苦労していると「ちょっと貸してみんしゃい」と言って代わりにしてください「男でもこれくらいは出来んとだめよ」と笑いながら作りました。わっかは輪投げで使い、記念品としてご入居者にプレゼントしました。ダンスの練習も「もっと激しく踊らないと」「よかったです」と、言葉を頂きながら楽しく練習ができました。本番では間違えてしまいましたが…。当日にはミャクミャクのかぶり物をして、顔を青の塗料で塗っての登場となりましたが、皆様には盛大な拍手と笑いで出迎えてくださいありがとうございました。今年も楽しんで頂けるようなイベントを考えていきたいと思いますので、よろしくお願ひいたします。

新年を迎えた元日の朝にはお屠蘇を提供させていただきました。「お屠蘇が飲めるのね嬉しいわ」「明けましておめでとうございます」「今年も元気に過ごすよ」等挨拶をされていました。昼食にはおせち料理とお雑煮を食べて、午後から書き初めや福笑いといったお正月らしいことをしました。書き初めでは「たこあげ」「羽子板」「三社参り」等色々書かれていきました。1月11日鏡開きには、芋餅作りをしました。さつまいもの皮むきや芋を潰して丸めたりと一緒に笑いながら作っていました。

ホームの日々としては毎朝ラジオ体操や座ったままできる体操、午後からはホワイトボードを使った脳トレや的当て等日々楽しんで頂けるように工夫しております。今後も楽しく笑って過ごせるように外出やイベントを実施していきたいと思いますのでよろしくお願ひいたします。

令和8年2月 I・K

おねがい

近頃、記名の無い衣類が多く、持ち主のもとへ返却できずに困ることが多くあります。新規購入される場合や贈り物など、必ずわかりやすくご記名していただくようお願いいたします。記名が薄くなった場合は、極力スタッフがマーカーでわかるようにしておりますが、居室内の環境整備と部物品管理につきましては、ご面会の際などに、ご協力のほどよろしくお願ひいたします。

お誕生日おめでとうございます



クリスマス 飾り付け



令和7年度 第5回さくら会議～クリスマス会～

会場設営やレジュメの作成、掃除や消毒、受付、開会の言葉、おもてなしなど、ご入居者の皆様と一緒に取り組んでいます。



クリスマスのおごちそう



お正月



かがみびらき



桜花会グループホーム交換研修

相互に訪問して、学びを深めています。今回は、ライフケアしかたより2名の職員さんを受け入れました。



日頃の様子



手芸箱作り



ニューサポコラム 第29回♪

春に向けて「動ける体」を準備しよう！

2月の寒さで体が縮こまると、歩幅が狭くなり転倒のリスクが高まります。暖かな春に元気に歩き出すため、今のうちに体を整えておきましょう。

① 「足首」を動かして転倒予防 足首が硬くなると、つま先が上がらず段差でつまずきやすくなります。

足首パタパタ： 椅子に座り、つま先を「上げる・下げる」を10回。足先の血流が良くなり、歩行が安定します。

② 「ちょい足し運動」で筋力維持 外出が減る時期、座りっぱなしは足腰の衰えに直結します。

ながら足踏み： 家事の待ち時間にその場で足踏み。下半身のポンプ機能で、むくみもスッキリします。

③ 朝の「布団のなか運動」 朝は体がガチガチです。急に動くと腰や膝を痛める原因に。

目覚めのグーパー： 起き上がる前に、布団の中で手足をグーパーしたり、伸びをしたりしましょう。1分ほどで体温が上がり、安全に動き出せます。

～株式会社 ニューサポート様より～

