



# さくらの里



令和5年7月1日発行 第179号



2階では父の日にちなみ、日曜大工をしよう！というテーマで、カラーボックスを組み立て、色々な模様のシールで飾りつけました。意外と若者好みな現代的仕上がりとなり、作った利用者様たちよりも職員が喜んでいました。

3階では父の日の行事にビアガーデンを行いました。本物のアルコールは提供できませんが、ノンアルコールビールやソフトドリンクの飲み放題に大変喜んでいらっしゃいました。他にもパターゴルフや的当て、トランプ等のゲームも行い、皆さんとても楽しそうでした。

通所リハビリでは父の日にちなみ6/12～6/17期間に、男性の皆さんに感謝を込めメッセージカードを添えてプレゼントを贈りました。とても喜んで頂けました。



# 行事食

6月7日（水）あじさいメニューとして、酸味のある梅やお酢を使った南蛮漬けを提供し、おやつの中にはあじさいをイメージしたゼリーを提供しました。



## あじさいメニュー

- ・梅しらすご飯・清汁
- ・鮭の南蛮漬け・高野豆腐の炒り煮
- ・フルーツ



## あじさいゼリー



## 居宅介護支援事業所だより



### 【令和5年8月1日から介護保険負担割合証が更新されます】

介護保険負担割合証が7月で終了し、8月から更新されます。新しい割合証は、各市町村から交付され、7月中に利用者様のご自宅に届きます。

介護保険負担割合証は利用料金に直接関わる大切なものです。交付されたタイミングで必ずケアマネージャーや利用しているサービス事業者に提示しましょう。

※介護保険サービスを利用した場合、介護保険負担割合証に記載された負担の割合に応じて費用の一部を負担する事となります。  
(利用者負担は1割～3割です)



介護のことなら何でもご相談ください。(相談無料・秘密厳守)  
三春南東北リハビリテーション・ケアセンター内 南東北三春居宅介護支援事業所  
相談窓口：TEL0247-61-2512(直通) 営業日：月曜日～土曜日、8時30分～17時



## 今月の出来事

### 【お知らせ】

紙面でご紹介しきれなかった行事などを当施設のホームページに「フォトギャラリー」として掲載しました。是非どちらもご覧になってください

三春老健フォトギャラリー



### 2階フロア



6月はウインドモビール（風で動く飾り）を工作しました。折り紙を細く切って貼り合わせ、風を受けるように曲げていきます。飾りつけをし、最後に糸を付けて回るかテスト。微調整をして完成です。窓際に付けたら本体ごと風に流されて吹き流しのようになってしまったので、今はエアコンの吹き出し口の近くで回っています。音もなく回る姿が気になるようで、皆さんジーっと見ております。

### 3階フロア



6月は皆さんでお花の種を植えました。カーネーションや百日草、なでしこ等様々な種類の種をプランターに蒔きました。皆さん農業経験もあり手際が良く、職員が教えらるばかりです。蒔き終わったプランターにたくさんの水を与えて、フロア内でもとびきりお日様が当たる場所へ。利用者さんも職員も毎日プランターを見て芽が出たか確認しています。早くきれいな花が咲かないかと皆さん心待ちにしています。

### 通所リハビリ



6月のレクリエーションは、お手玉上げと風船相撲を行いました。お手玉上げは、箱の上にお手玉をのせるゲームです。初めは箱にお手玉をのせ、2回目からは逆さまにしたゴミ箱の上を狙い、点数が高くなるよう設定しました。ゴミ箱の上に乗せるのはなかなか難しいようで、皆さん苦戦していました。

風船相撲は二人で対戦しました。ひもを付けた風船を棒につるして、団扇で仰ぎ風船を相手の方に移動させるゲームです。団扇の風で風船が上下左右に動くためなかなか相手側に進まず、皆さん一生懸命に激しく団扇を振っていました。

# 職員が勧める「施設で使いやすい衣類」とは？ ～夏季編～

令和5年2月号に、「施設で使いやすい衣類」の冬季編を掲載しました。  
今回は暑い時の衣類について書きたいと思います。

## ①素材や形で選ぶ

基本的には、夏服+朝は1枚羽織るという形が理想です。

朝と日中で感じる温度も違うので、着る脱ぐで体温調節できるのが最良となります。夏季については「チョッキ」や「ベスト」「ひざ掛け」は、エアコンが苦手な方や寒がりの方には使いやすい衣類。大判のバスタオルなども、ひざ掛け代わりにやタオルケット代わりに活躍します。

逆に暑がりの方は、ポロシャツやブラウス、袖なしの下着が良いと思います。上着もスポンもピチッとしたサイズより、風が通るような少し余裕のあるサイズが快適かと思います。真夏なら甚平を着ている方もいらっしゃいます。

素材についてですが、高齢者は汗をかきにくい体質の方も多く、汗による体温調整が出来ない場合があります。最新の速乾素材などは、合わない方もいますので注意が必要です。また、肌触りの良いものが好まれると思います。

## ②洗濯しやすさで選ぶ

夏場の洗濯物は乾きやすくて良いですね。下着なら「綿製品」はお手頃価格、洗濯機で洗えるし漂白も出来る、使いやすい素材です。夏用の上着なら洗濯しやすい化学繊維の服もおすすめです。

## ③小物と色

特に靴下ですが、最近は足首までの短い靴下や薄手の靴下など、種類も豊富です。蒸れる時期でもありますので、「涼しさ」や「清潔さ」という点でも、靴下の長さや薄さは使い分けが良いかと思います。

また、色ですが、黒などは白に比べて温度が高くなる傾向にあるようです。明るい色を選ぶのもポイントです。

少しでも施設での生活が快適になるよう、季節や利用者様に合った衣類を選んで頂けると良いと思います。



書き手：  
広報誌担当職員M



交通アクセス  
車で  
●郡山東1Cから約2km(約3分) ●総合南東北病院から約8km(約10分)  
●舞木駅から約2km(5分) ●郡山駅から約8km(約15分)

一般財団法人脳神経疾患研究所  
介護老人保健施設 三春南東北リハビリテーション・ケアセンター

〒963-7733 田村郡三春町大字山田字クルミヤツ3-3  
代表TEL0247-61-2511 Fax0247-61-2522

<http://www.kaigo-miharu.com/>

【ダイヤルイン番号】(通所リハビリと相談室は8:30~17:00)

通所リハビリ:0247-61-5200 相談室:0247-61-5201

2階ステーション:0247-61-5203 3階ステーション:0247-61-5204

南東北三春居宅介護支援事業所:0247-61-2512