さくらの里

令和8年10月1日発行 第218号

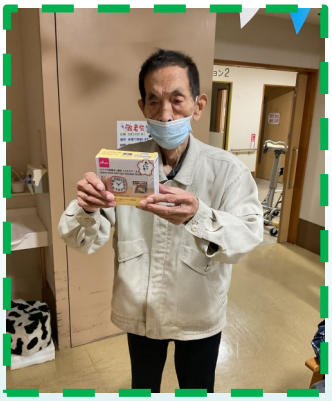













9月の一大イベントは敬老会です。２階では喜寿、米寿の利用者さん３名に施設長からお祝いの言葉と賞状が贈られました。受け取られた利用者さんからは、次の目標に向かって頑張ろうという意気込みが感じられました。表彰式のあとは恒例のビンゴ大会を行いました。数字が読まれると即座に手持ちのカードを確認し、数字の有無に利用者さんは一喜一憂されていました。３階では、米寿の利用者さん４名をお祝いいたしました。昭和のクイズ大会を開催し、おやつの時間には、和菓子やノンアルコールビール、ジュースをいただきながら敬老会を満喫し、楽しさ満載の一日となりました。

通所リハビリの敬老会では、百寿１名、白寿１名、米寿６名、喜寿５名の大勢の方をお祝いいたしました。レクリエーションではご長寿クイズを行い、懐かしい問題や面白い問題に記憶と知恵を振り絞りながら大変盛り上がりました。



行事食紹介

9月24日は施設で敬老会を開催し、カニちらしやねりきりなどお祝いのお食事を提供いたしました。
皆さん「ちらしおいしいね。」と笑顔で召し上がっていました。



9月24日(木)

～敬老会メニュー～

・かにちらし

・筑前煮

・生姜酢和え

・菊の練りきり



居宅介護支援事業所だより



～いつ逃げる？　避難のタイミングはレベルで判断！～

令和8年より気象の警報などが大きく変わりました。各地で災害が発生しており、テレビやスマホで警戒レベルという言葉をよく耳にします。この警戒レベルは、私たちが『いつ、どんな行動をとればいいのか』を変わりやすく示しています。下記の表を参考に、有事の際は、まずは身の安全を守る行動を取るようにお願いいたします。

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）
南東北三春居宅介護支援事業所
（三春南東北リハビリテーション・ケアセンター内）
相談窓口：TEL 0247-61-2512（直通）
営業日：月曜日～土曜日、8時30分～17時

5段階の警戒レベルと防災気象情報

気象状況	気象庁等の情報		市町村の対応	住民がとるべき行動	警戒レベル
災害の切迫・発生	キキクル	河川氾濫、大雨、土砂災害、高潮			
	災害切迫	レベル５特別警報（警戒レベル５相当情報）	緊急安全確保 ※必ず発令される情報ではない	命の危険　直ちに安全確保！ ・すでに安全な避難ができず、命が危険な状況。いまいる場所よりも安全な場所へ直ちに ・移動等する。	5
2時間～0時間程度前	危険	レベル４危険警報（警戒レベル４相当情報）	避難指示 第４次防災体制（災害対策本部設置）	危険な場所から全員避難 ・台風などにより暴風が予想される場合は、暴風が吹き始める前に避難を完了しておく。	4
数時間～3時間程度前	警戒	レベル３警報（警戒レベル３相当情報）	高齢者等避難 第３次防災体制（避難指示の発令を判断できる体制）	危険な場所から高齢者等は避難 ・高齢者等以外の人も必要に応じ、普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、自主的に避難する。	3
半日～数時間前	注意	レベル２注意報（警戒レベル２）	第２次防災体制（高齢者等避難の発令を判断できる体制） 第１次防災体制（連絡要員を配置）	自らの避難行動を確認 ・ハザードマップ等により、自宅等の災害リスクを再確認するとともに、避難情報の把握手段を再確認するなど。	2
数日～約１日前		早期注意情報（警戒レベル１）	・心構えを一段高める ・職員の連絡体制を確認	災害への心構えを高める	1

市町村は、防災気象情報などを参考に避難情報を発令

＜警戒レベル４までに必ず避難！＞

「避難情報に関するガイドライン」（内閣府）に基づき気象庁において作成

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
是非そ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







2階では、「9月」をテーマしてお月見の壁面を作成しました。お花紙で黄色の花を作る作業は利用者さんに協力して頂き、出来上がったものを職員が円状に飾り付けました。利用者さんは細かい作業がとても丁寧で、職員は頭が上がりません。月や雲、ウサギや団子、お酒等を飾り付けるとお月見の雰囲気が出てきました。天気が悪い時は、ここに来ればいつでもお月見ができそうですね。

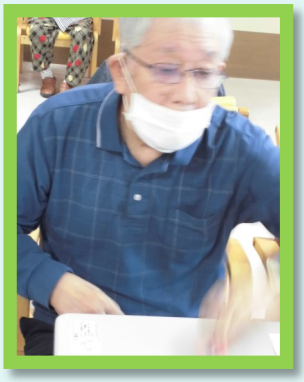
3階フロア






３階のレクリエーションでは、ゴルフボールを使ったゲームを行いました。ルールは横たわっている紙コップの中にゴルフボールを転がし、紙コップを何個立てられるかを競うゲームです。手で転がすためコントロールは必須。更に入っただけでは目的達成ではなく、コップを立てるには力加減も重要です。ボールもコップも予測不可能な動きをしますが、一発で立った時の感覚は気持ちいい～。

通所リハビリ





通所リハビリでは、「お手玉とばし」というゲームを行いました。長テーブルに点数を書いた紙を敷いて、お手玉を投げたり滑らせたりして高得点を狙うゲームです。確実に点数を稼ぐかハイリスクハイリターンを選ぶかは利用者さん次第です。チーム戦ともなると更に戦略を考えながらの攻防が繰り広げられます。点差が開くとギャンブル魂に火が付き、一発逆転を狙うムーブが最高でした！

インフルエンザに要注意!!

インフルエンザ予防のお願い



～ かからない・うつさないために、できることからはじめましょう ～

手洗い



石けんを使って
こまめに手を洗い
ましょう。

うがい



外出後や
のどの乾燥を感じたら、
うがいをしましょう。

マスク



人が多い場所や
咳・くしゃみが出るときは
マスクを着用しましょう。

十分な睡眠・休養



睡眠をしっかりとり、
体の免疫力を
高めましょう。

バランスの良い食事



いろいろな食材を
とり、栄養バランスの
良い食事を心がけましょう。

予防接種



インフルエンザの
予防接種を受けることで
発症や重症化を
防ぐ効果があります。

インフルエンザを予防して元気に過ごしましょう

介護福祉士・介護スタッフ・看護職　募集中！

- 業務内容：食事・排泄・入浴・リハビリ介助　等
- 勤務時間：8:30～17:00
- 未経験者でも就労可能です　※パートもご相談下さい

随時見学を受付しております！お気軽にお問い合わせ下さい。





交通アクセス

車で
- 郡山東I.C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