

# やよい台 仁 だより

Yayoidai JIN NEWS

令和6年

1月号

- もくじ
- ・施設長よりご挨拶
  - ・通所リハビリ課
  - ・同心協力
  - ・訪問看護ステーション
  - ・リハビリ課
  - ・やよい台仁の献立
  - ・読者のみなさまへ



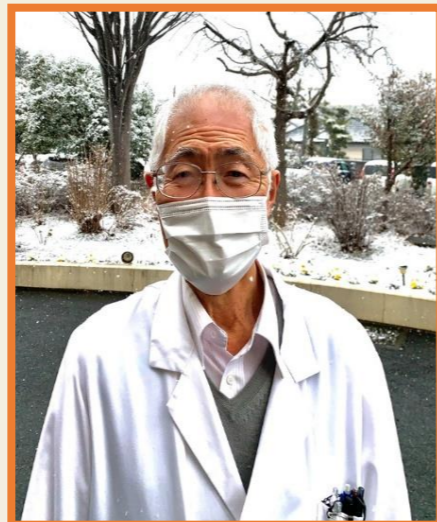
## 施設長よりご挨拶

新年あけましておめでとうございます。  
旧年中は格別のご厚情を賜り、誠にありがとうございました。

昨年は、新型コロナウイルスが五類になり、世の中がコロナとの生活に慣れ始めた年でもありました。しかし、ご利用者様をお預かりする介護施設として、気を抜くことなく感染予防を心掛けた運営をしてまいります。

昨年12月4日から、制限がある中ではありますが、直接面会を再開させていただき、ご利用者様とご家族様が触れ合う機会をようやくご用意する事ができました。久しぶりに窓越しではなく直接の面会ができたことは、本当に喜ばしいことです。面会後の皆様のあたたかい笑顔が、全てを物語っているように感じました。これからも来所時の検温や手指消毒など、ご不便をおかけすることがございますが、引き続きのご理解とご協力の程、よろしくお願い申し上げます。

本年も、やよい台仁、とよろー訪問看護ステーション、とよろークリニックで連携して、ご利用される皆様にとって、最適な医療介護の提供ができるよう心掛けてまいりますので、変わらぬお引き立ての程よろしくお願い申し上げます。皆様のご健勝とご発展をお祈り申し上げます。



施設長 長原正博

## 通所リハビリ課

新しい年が始まり、今年もご利用者様に満足いただけるサービスを心掛けてまいります。

フロアに展示しているモチーフも新しく辰年にちなんで龍の創作物に変更しました。毎月ご利用者様と一緒に手作りで作成しています。



## 同心協力（連載コラム）

世界は広い。  
知らないことはたくさんある。  
そのすべてを手にするには誰にもできない。  
貪欲に追い求めたところで、おそらく、どれほどのこともあるまい。  
都会を知らずに生涯を終えるひとがおり、近代文明と称するものとはおよそ縁のない生き方をする民族がいたとして、彼らを不幸だといえるだろうか。  
仮に、日本人に生まれたことを嘆き、両親を恨み、社会を悪者に仕立ててみたところで、何も生まれてきはしない。いずれ人は限られた時間と空間の中で生きるのだ。  
悩みや苦しみや不条理が日々、それこそ次々に襲い掛かってくる。全力で向き合い乗り越えなければ明日はない。生きるってそういうことだ。  
しかしどう頑張っても、ひとの苦痛を心底から理解することは不可能であるのと同様に、自分がひとから完全に理解されることはない。  
人生はだから、本来・・・むなしいものなのだ。  
古くからたくさんの方がそう言ってきた。多分、間違っていないだろう。  
夢は持ち続ければいつかきっと叶う。喜びは探し出せ、いくらでも落ちている。持てるものがあれば世に還元して生きよ。おのれの能力を出し惜しむな。仕事は楽しくやろう。受け身になるな。やらされるのは苦痛だが、自らやれば達成感が味わえる。がむしゃらに生きてみよう。人生がむなしいかどうかは、死を迎え、おのれの来し方を振り返った時に、初めて答えが出る。そういうものだと思う。

著：佐久友朗





# ともろー訪問看護ステーション弥生台

今回は杖の特徴について紹介させていただきます。

杖の種類	メリット	デメリット
T字杖	<ul style="list-style-type: none"> <li>腕の振りに合わせて使用できる</li> <li>折り畳み式もあり持ち運びに便利</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>身体を支える力があまり強くない</li> <li>自立しないので杖置きが必要になる</li> </ul>
多脚杖 (4点杖)	<ul style="list-style-type: none"> <li>身体を支える力が強く、体重をかけるのに適している</li> <li>自立している為、立ち上がる際にも使いやすい</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>坂道や不整地（凸凹な道）では杖が傾いてしまう</li> <li>階段や段差の幅に合わない場合がある</li> <li>歩行速度が速い方は使いにくい</li> </ul>
可動式杖 (多軸杖)	<ul style="list-style-type: none"> <li>歩行の動きに合わせて杖の軸が動いてくれる</li> <li>坂道でも杖の持ち手が直立する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>身体を支える力があまり強くない</li> </ul>
2本杖	<ul style="list-style-type: none"> <li>腕の振りに合わせて使用することが出来るため、リズムがとりやすい</li> <li>両手で使用するため身体が伸ばしやすい</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>両手が塞がってしまう</li> <li>杖が長めで2本分の場所をとる</li> </ul>

他にもロスフトランド杖やサイドケインといったものもあります。杖では歩行が不安定という場合には歩行器という選択肢もあります。介護保険でのレンタルも可能なので1度使ってみてから購入を考えてもいいかと思えます。参考にしてみてください！！



# やよい台仁の献立

		1月献立表						やよい台仁
		14日 (日)	15日 (月)	16日 (火)	17日 (水)	18日 (木)	19日 (金)	20日 (土)
朝	粥 味噌汁 スクランブルエッグ 中華サラダ ショアブトバー ミルクティ	粥 味噌汁 肉の野菜炒め 菜の花のツナ和え 牛乳	粥 味噌汁 高野豆腐の煮物 胡豆の酢の物 牛乳	粥 味噌汁 豆腐チャンプルー 大根の和え物 ヨーグルト	粥 味噌汁 マカロニソテー 青菜の和え物 牛乳	粥 味噌汁 大根のコンソメ煮 キャベツサラダ ショアいちご	粥 味噌汁 えびと玉葱の卵とし ほうれん草の生煮和え 牛乳	ココア
10時								
昼	粥 コンソメスープ ポークチャップ キャベツのドレッシング和え 漬物	粥 煮まし汁 ホキの味噌漬焼き 人参サラダ みかん	***** キーマカレー マカロニサラダ いちごゼリー	粥 中華スープ 回鍋肉 チンゲン菜の中華風和え物 漬物	粥 煮まし汁 鶏のチャンチャン焼き なすの甘辛炒め パイナップル	粥 コンソメスープ 鶏肉の粗挽きマスタード焼 ブロッコリーのシーザーサラダ フルーツカクテル	粥 煮まし汁 鶏肉の粗挽きマスタード焼 ブロッコリーのシーザーサラダ フルーツカクテル	粥 味噌汁 鶏の唐揚げ がんもどきの煮物 漬物
おやつ	玄米茶 レモンケーキ	煎茶 黒糖まんじゅう	麦茶 ミルク饅頭	煎茶 チョコバナナ 2Fお楽しみおやつ	煎茶 エクレア	煎茶 塩まんじゅう	ほうじ茶 だいりやき	
夕	粥 味噌汁 豆腐ハンバーグ さつま芋のレモン煮 小松菜のごま和え	粥 味噌汁 豚肉のオイマヨ炒め なすの煮浸し 白菜の漬物	粥 味噌汁 白身魚の梅醤油焼 春雨ソテー 煮豆(金時豆)	粥 煮まし汁 サワラの照り煮 カリフラワーの青り炒め かに唐揚げ	粥 味噌汁 豚肉と大根の煮物 金平ごぼう ひじきサラダ	粥 味噌汁 五目野菜のオイマヨ炒め ピーマンソテー 小松菜の和え物	粥 味噌汁 鶏のムニエルポテトソース 白菜の炒め煮 春雨の辛子和え	
朝	粥 味噌汁 肉団子の煮物 かぼちゃサラダ ヨーグルト アップルティー	粥 味噌汁 竹輪の炒り煮 漬物 牛乳	粥 味噌汁 ビーフソテー ポテトサラダ ショアプレーン コーヒー	粥 味噌汁 豚肉の野菜あんかけ 青菜の和え物 牛乳	粥 味噌汁 ツナと野菜の炒め物 豆サラダ ヨーグルト ココア	粥 味噌汁 じゃがいもの煮ころがし ほうれん草のドレ和え 牛乳	粥 味噌汁 マカロニソテー キャベツのドレ和え 牛乳	紅茶
10時								
昼	粥 煮まし汁 サワラの野菜あんかけ 三色酢の物 みかん	粥 煮まし汁 鶏肉の野菜煮し 菜の花の辛子和え フルーツカクテル	粥 味噌汁 五目卵焼 なすのそぼろ炒め ヨーグルト(フルーツソース)	粥 味噌汁 サバの塩焼 ほうれん草のごま和え 漬物	***** とろろそば なすと豚肉の味噌炒め 漬物	粥 味噌汁 豚血 もやし和え物 漬物	粥 味噌汁 ほうじ茶 なすのしぎ焼き みかん	
おやつ	ほうじ茶 チーズ蒸しケーキ	麦茶 雪型せんべい	煎茶 チョコドーナツ	ほうじ茶 あんパン	煎茶 ロールケーキ(ト)	ほうじ茶 いちごクレープ	玄米茶 パウンドケーキ(ト)	
夕	粥 味噌汁 肉じゃが ショアブトバーの炒め物 引揚げ豆	粥 煮し汁 魚のパン粉焼 れんこんの煮物 チンゲン菜の和え物	粥 味噌汁 コンソメスープ 鶏肉のガーリック焼 もやしとニラの炒め物 ドレッシング和え	粥 味噌汁 鶏肉のバーベキュー炒め ひじきの炒り煮 漬物	粥 煮まし汁 サバの味噌煮 煎炒 刺身用のマリネ	粥 味噌汁 鶏肉の七味焼 さつま芋の甘煮 大根のなめだけ和え	粥 煮まし汁 豚肉の胡麻炒め いんげんの生煮和え うぐいす豆	
朝	粥 味噌汁 豆腐の野菜あんかけ 漬物 ショアいちご ココア	粥 味噌汁 ジャーマンポテト マカロニサラダ ヨーグルト	粥 味噌汁 海苔ホルルの煮物 玉葱サラダ 牛乳	粥 味噌汁 菜豆の煮物 菜の花の生煮和え ヨーグルト	粥 味噌汁 鶏肉の野菜炒め 豆サラダ ヨーグルト ココア	粥 味噌汁 じゃがいもの煮ころがし ほうれん草のドレ和え 牛乳	粥 味噌汁 マカロニソテー キャベツのドレ和え 牛乳	紅茶
10時								
昼	粥 煮まし汁 鶏肉の梅ソース 菜の花のごま味噌和え 漬物 パイナップル	粥 味噌汁 鶏肉のチリソース からし醤油和え 漬物	粥 味噌汁 鶏肉のネギ塩焼き ほうれん草のナムル フルーツゼリー	粥 コンソメスープ 白身魚のクリームソースかけ 枝豆サラダ フルーツカクテル	***** とろろそば なすと豚肉の味噌炒め 漬物	粥 味噌汁 鶏肉の七味焼 さつま芋の甘煮 大根のなめだけ和え	粥 煮まし汁 豚肉の胡麻炒め いんげんの生煮和え うぐいす豆	
おやつ	紅茶 ☆お誕生日ケーキ☆ 巻のフロマージュケーキ	麦茶 どら焼き	ほうじ茶 きなこ饅頭	ほうじ茶 ドーナツ	煎茶 ロールケーキ(ト)	ほうじ茶 いちごクレープ	玄米茶 パウンドケーキ(ト)	
夕	粥 中華スープ 白身魚の中華あんかけ 人参しりしり パンキンサラダ	粥 コンソメスープ カレイの卵とじ ブロッコリーの炒め物 もやしと菜の花のドレ和え	粥 味噌汁 肉豆腐 カリフラワーのスープ 春雨の辛子和え	粥 味噌汁 牛肉とごぼうの卵とし 蓮根の炒め物 小松菜のおかか和え	粥 煮まし汁 サバの味噌煮 煎炒 刺身用のマリネ	粥 味噌汁 鶏肉の七味焼 さつま芋の甘煮 大根のなめだけ和え	粥 煮まし汁 豚肉の胡麻炒め いんげんの生煮和え うぐいす豆	

※食材仕入れの都合上、献立を変更する場合があります。ご了承ください。



# リハビリ課

## クリスマス週間ダンス ♪ エピカニクス 🎅

クリスマス週間の集団リハビリで「エピカニクス♪」のダンスを毎年の恒例として行っています。サンタの帽子やエビ・カニの手もつけてもらいました！恥ずかしくてお断りする方もいるかと思いましたが、皆様ノリノリで引き受け、思いっきり踊って下さいました！皆様と職員ひとつになって、思い切り楽しめた時間でした！今年もリハビリを通して、皆様と楽しく目標に向かって進んで行きたいと思えます。今年度もよろしくお願いいいたします。



# 読者のみなさまへ

新年あけましておめでとうございます。  
私がやよい台仁だよりの担当になったのが令和3年5月号からでした。延べ32号を発行してまいりました。通常業務をしながら記事になる事を探し続けましたが、皆様にやよい台仁のことを知ってほしいという気持ちで作成してきました。もしよろしければ、やよい台仁だよりの感想やこんな記事を読みたい等がございましたら、担当の相談員やケアマネジャーなどにお伝えいただければと思います。本年もよろしくお願ひ申し上げます。（事務課 山本）