

# 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



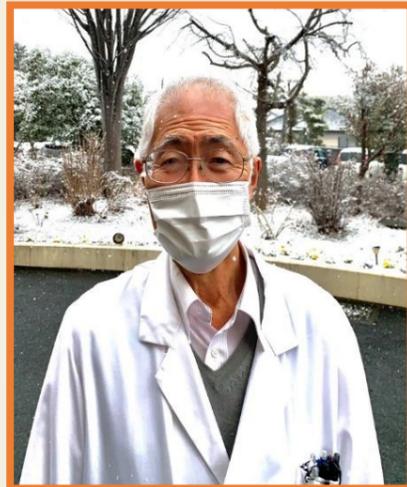
## 施設長よりご挨拶

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	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯
	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
昼	スクランブルエッグ	卵の野菜炒め	高野豆腐の煮物	豆腐チャンプルー	豆の和え物	大根のコンソメ煮	大根のコンソメ煮	えびと玉葱の卵とし
	中華サラダ	菜の花のツナ和え	胡豆の酢の物	大根の和え物	豆腐の和え物	キャベツサラダ	キャベツサラダ	ほうれん草の生煮和え
10時	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト
	ミルクティ	紅茶	ミックスジュース	アップルティー	紅茶	コーヒ	コーヒ	ココア
夜	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯
	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
おやつ	コンソメスープ	煮まし汁	キーマカレー	中華スープ	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁
	ホークチャップ	ホキの味噌漬焼き	マカロニサラダ	豆腐の味噌漬焼き	鶏のチャンチャン焼き	鶏のチャンチャン焼き	鶏のチャンチャン焼き	鶏のチャンチャン焼き
朝	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯
	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
昼	豆腐ハンバーグ	豚肉のオイマヨ炒め	白身魚の梅醤油焼	カツラの鶏り煮	豚肉と大根の煮物	五目野菜のオイマヨ炒め	五目野菜のオイマヨ炒め	鶏のムニエルポテト
	さつま芋のレモン煮	なすの煮浸し	春雨ソテー	カリフラワーの煮り炒め	金平ごぼう	ピーマンソテー	ピーマンソテー	白身の炒め煮
10時	アップルティー	紅茶	コーヒ	アップルティー	コーヒ	ココア	ココア	ココア
	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯
夜	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁
	豆腐の野菜あんかけ	鶏肉の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ
おやつ	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯
	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
朝	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯
	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
昼	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁
	豆腐の野菜あんかけ	鶏肉の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ
10時	アップルティー	紅茶	コーヒ	アップルティー	コーヒ	ココア	ココア	ココア
	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯
夜	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁
	豆腐の野菜あんかけ	鶏肉の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ
おやつ	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯
	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
朝	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯
	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
昼	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁
	豆腐の野菜あんかけ	鶏肉の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ
10時	アップルティー	紅茶	コーヒ	アップルティー	コーヒ	ココア	ココア	ココア
	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯
夜	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁
	豆腐の野菜あんかけ	鶏肉の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ
おやつ	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯
	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
朝	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯
	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
昼	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁
	豆腐の野菜あんかけ	鶏肉の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ
10時	アップルティー	紅茶	コーヒ	アップルティー	コーヒ	ココア	ココア	ココア
	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯
夜	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁	煮まし汁
	豆腐の野菜あんかけ	鶏肉の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ	豆腐の野菜あんかけ
おやつ	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯	粥飯
	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁



# 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）