

# 笑顔いっぱい！

# 安室 デイサービス！

# ささゆり

令和3年5月  
第113号  
年4回発行



ゲーム遊び



工作



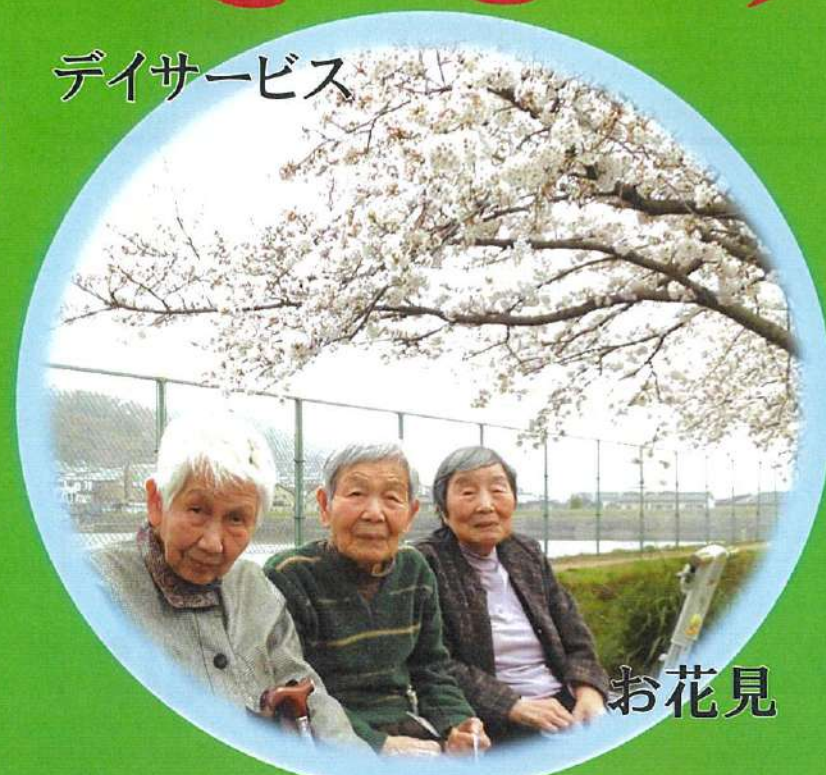
お花見 外出



新型コロナウイルスの脅威に晒されながら私たちは重症化リスクのある高齢者を支援しています。換気や消毒、マスクを着用しながら感染リスクを減らす努力をしています。以前のような生活ができる日々が来ることを願っています。

デイサービス サンライフ安室 責任者 鈴木

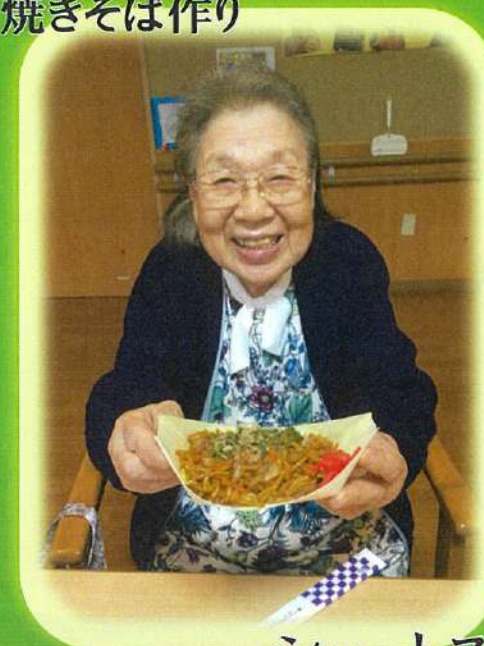
## デイサービス



お花見

With all our hearts

## 焼きそば作り



ショートステイ

## 室内でいちご狩り

## パーティー



特別養護

老人ホーム

コロナ禍で、外食の行事は行うことは出来ませんが、フィジカルディスタンスを保ちながらお花見や公園に外出、施設内の行事など、利用者様が楽しく過ごして頂けるよう、一人ひとり、心身ともに健康で頂けるよう行事をこれからも考えていきたいです。

## Pick Up

- ・サンライフ御立「新入職員紹介」
- ・デイサービス サンライフ田寺「ズンバ体操」
- ・ささゆり会「事業報告」「寄付・ボランティア」

春のうつ状態の予防について紹介したいと思います。意欲や行動の低下、眠れない、疲れやすいなどの症状が長く続く場合にはうつ病へと進行している場合があります。

一般的には、女性、若年者に多いといわれていますが、中年でも頻度が高くなっています。春は日照時間が短い冬と日照時間が長い夏の移行期間に当たるため、体内時計が「時差ボケ」のような状態になり、眠気を感じやすくなったり、体のだるさを感じたり、疲れが取れなかったりする症状が現れやすくなります。ストレスを感じると腸内環境が乱れやすくなるため、食物繊維や発酵食品を取り入れて、腸内環境を整えることを意識しましょう。

ビタミンB群を含む食品(玄米 豚肉 うなぎ 納豆 カツオ アーモンドなど)  
カルシウムを多く含む食品(乳製品 小魚 小松菜など)  
マグネシウムを多く含む食品(アーモンド ひじき 豆腐など)

著者 健康管理能力検定  
監修 日本成人病予防協会 より抜粋

さて、ささゆり第百十三号いかがでしたでしょうか。今回は、デイサービスサンライフ田寺「ズンバ体操」とサンライフ御立「新入職員紹介」についてご紹介させていただきました。寒暖差の激しい季節になりました。皆様、お体お気をつけてお過ごし下さい。皆様、お意見・ご感想がございましたら、お気軽にお寄せください。よろしくお願いいたします。

編集後記

広報委員会より

## ささゆり会 事業報告

- 法人本部  
三月 第七回理事会  
三月 第三回臨時評議員会
- サンライフ御立  
一月 運営会議  
二月 運営会議  
三月 入社式
- サンライフ土山  
三月 消防設備の点検
- サンライフひろみね  
二月 消防訓練(夜間想定)
- サンライフ田寺  
三月 電気設備の点検
- サンライフ安室  
三月 消防訓練
- サンライフ西庄  
一月 運営推進会議  
三月 消防訓練・防犯訓練
- サンライフ御立西  
三月 消防訓練
- サンライフ岡田  
一月 運営推進会議
- 三月 運営推進会議

## ささゆり会 寄付・ボランティア

サンライフ西庄  
榎木由美子

令和三年一月〜令和三年三月  
(順不同・敬称略)



総合福祉施設 社会福祉法人 ささゆり会

サンライフ御立  
〒670-0072  
姫路市御立東5丁目1番1号  
TEL/079-291-6666 FAX/079-291-6667  
施設長 笹山 博司

サンライフ魚崎  
〒658-0083  
神戸市東灘区魚崎中町4丁目10番50号  
TEL/078-435-6688 FAX/078-435-6689  
施設長 佐藤 光子

# 新しい風

日本にコロナ禍が蔓延してから早1年以上が経過します。この間、分かって分からない事の一つが、日本の繁華街とは飲食店がひしめくところで、多くの市民が飲み食いを楽しんでいるエリア。この飲食店が感染拡大の禍になっているとして営業自粛が要請され、その代わりに多くの資金(税金)が投入されています。政府は、この政策が日本経済を下支えしている、思っているのでしょうか。

一方、社会福祉法人等が経営するデイサービス事業、訪問介護事業、ショートステイ事業など、特に、在宅介護事業は軒並み経営不振に陥るか倒産しています。これらの事業の後ろには多くの要介護高齢者がいます。この時期十分な支援が受けられず要介護状態は一層進行していると思われます。高齢者を守るにはワクチン接種だけではないですよ、といたい。



理事長 塚口 伍喜夫

## 新 入 職 員 紹 介

関 紗也奈 サンライフ岡田

学生の頃スポーツをしていたので体力に自信があります。介護職は体力がいるので若さとパワフルさで頑張ります。利用者の皆様に不快な気持ちにならない言葉遣いで立派な介護福祉士としてささゆり会に貢献したいです。



足立 裕一 サンライフ御立

自分自身の介助で利用者様に喜んで頂いた時にやりがいを感じます。常に利用者様に家族のように寄り添い、利用者様第一で行動できる介護士になりたいです。



## 入 社 式

入社式  
一、用金の計  
一、新入職員経  
一、理事長祝辞  
一、科長祝辞  
一、科長祝辞  
一、総長祝辞



今年もコロナ禍の最低限の人数で入社式を行いました。マスクを着けて安心と安全を第一にとり行われました。最後に、集合写真のときはマスクを取り、新入職員を歓迎しました。

### 一年を振り返って…

初めは出来ないことばかりで悔しい思いをたくさんしましたが、先輩職員の方が根気強く指導してくださり、出来ることが増え楽しく仕事をすることができています。

まだまだできないことが多く、思うようにいかない毎日ですが、他職員の良い点を吸収したり、積極的に質問して、たくさんの知識と技術を身につけたいです。そして目標とされるような職員になれるように頑張ります。

特別養護老人ホーム サンライフ西庄 井上 陽



ベトナムから来ました。1月からサンライフ御立で働いています。



ゲン ティ モン さん

## デイサービス サンライフ田寺 「ズンバ体操」



令和3年4月より新しいサービスとして「ズンバ体操」を機能訓練の一環として取り組んでいます。特徴として、ラテンや流行りの音楽に合わせて身体を動かすダンスフィットネスで、効果として「心肺機能の向上」「全身の筋バランスを整える」「カロリー消費」です。

機械を使用した運動に比べて自然と身体が動き、楽しみながら取り組むことができおりご利用の皆様からは大変好評を得ています。ぜひ、体験してみてください。お待ちしております。



## 兵庫 累計感染者2万人超

兵庫県内の新型コロナウイルスの累計患者が31日、2万人を超えた。昨年3月に県内で感染が初確認されてから、12月末までの10か月で1万人に達したが、その後3か月でさらに1万人が増加。感染が急増した秋冬の「第三波」に続いて再び「第4波」の影響が表れた格好だ。

2万人を突破したのは、首都圏や大阪などに続いて全国で8都道府県目。秋冬の第3波が累計患者を押し上げた。昨年11月から3か月で月間最多を更新し、今年1月は6466人に上った。

いったん収束傾向となった2月は、前月比4分の1以下の1502人に減ったが、翌3月は第4波が近づいて2091人増加。第3波の入り口となった昨年11月並みの多さとなった。

3月31日時点で、直近1週間の新規感染者は1日平均132.7人となり、1か月前の5.7倍に拡大した。県の担当者は「患者の増加が急激で注意が必要。大台を突破したことを機に改めて危機感を持って欲しい」と呼びかけた。

(井川明宏、古根川敦也)  
2021.4.1 神戸新聞より抜粋

### 施設のお知らせ

新型コロナウイルスの全国的な発生により施設でも対策を行っています。皆様の御協力のおかげで、サンライフ御立では感染者は出ていませんが、これからも気を抜かず対策も徹底していきたいです。本来なら、御立祭りを開催し地域の方と親睦を深め、楽しい時間を過ごす予定のはずでしたが、残念ですが今年の御立祭りは中止とさせていただきます。これからも、利用者様やご家族様にご不便、ご迷惑お掛けします。一日でも早く平穏な日々が戻りますよう、よろしくお願い致します。

## 魚崎トピックス

### ～ 桜見物 ～

3月中旬過ぎ頃から神戸でも桜が咲き始め、3月末には満開となりました。新型コロナウイルス感染予防をしながらの2年目の桜見物。今年は各部署、入居者様と近くの公園まで散歩に出掛け、桜を見て頂くことができました。桜はやはり実際に見て頂くことが一番良いのだと桜を見つめる入居者様の姿を見て改めて感じました。

新型コロナウイルス感染者が増加傾向にある中、コロナウイルスワクチンがようやく接種できる動きとなってきました。変わりゆく四季を実際に感じて頂き、心身共にリフレッシュして頂ける機会を少しでも多く設けていけたらと思っています。

