

社会福祉法人 ふたほ園

2019年4月号

発行 第248号

さんみ苑だより！！

苑 長 あ い さ つ

三見小中学校の卒業式に出席させていただきました。小学校と中学校では卒業式の様子が少し異なりますが、共通しているのは動作がきびきびしていることと卒業生が在校生に比べて一段と大人びて見えることです。毎朝、学校付近をウォーキングをしていると登校中のこどもに会います。其々が礼儀正しく挨拶をし、交通ルールを守っています。今日は、あの子たちがすまして卒業式の主役を務めていると応援したくなります。頑張れ！三見小中の卒業生。

テ イ サ ー ビ ス (高 齢)



四月始め
ソメイヨシノの花見
二十六日(金)
フラワーアレンジメント

四月の行事予定

いたるか利ま彩ス感春
とにようっ用したのの鳴じ爛
思皆ようた者したての鳴ら漫
い様、たの者の、て、の鳴れ、
ます。職思の、て、の鳴れ、
お員一皆、に、の鳴れ、
迎同い、に、の鳴れ、
え、た、来、迎、の鳴れ、
し、だ、え、の鳴れ、
た新け良、の鳴れ、
た新け良、の鳴れ、

障がい者支援・グループホーム

新たな年度がスタートしました。(この文書を作成している段階では、新たな元号は分かりません。)

今年度のさんみ苑は、年始でもお伝えしたように、さんみ苑に関わるすべての方が『笑顔』で『楽しく』、『幸せ』を感じることができるようサービスづくりを目指していきます。

4月は後半に『春の宴』という行事を予定しています。この行事は、ご家族も参加していただき、一緒にさんみ苑の活動を楽しんでいただく予定です。



高 齢 相 談 支 援

○訪問理美容サービス

対象者：萩市内にお住まいの概ね65歳以上で、寝たきり等により、自宅から美容院や美容院に行くことが困難な方

内 容：心身の障がいなどにより自宅から美容院や美容院に出向くことが困難な方が、自宅で手軽に理美容のサービスを受ける事ができます。年6回（10月以降の年度後半申請分については3回）までの利用券を発行し、訪問にかかる経費を助成します。
※理美容代は実費です。

○リフト付タクシー専門利用券

対象者：萩市内にお住まいの原則要介護3以上の方で、常時車椅子を利用しているなど、一般のタクシーでの移送が困難な方

内 容：年間20,000円分のリフト付タクシー専門利用券を交付します。
※年度後半（10月以降）申請分については、半額の10,000円分となります。

その他：※障がい福祉タクシー券との二重交付は受けられません
※利用目的は、保健・医療機関への通院等に限りませ
※一般のタクシーには利用できません

【お問い合わせ】在宅介護支援センターさんみ苑 （0838）27-5000

厨

房



「春眠暁を覚えず」と言いますが、気温が上がり暖かくなってくる春は、眠りに誘われ、つい寝過ぎてしまう季節です。3月に比べて一気に上がる気温や日照時間の変化が、知らず知らずのうちに体に変化を引き起こし、ひたすら眠りを覚えるのも、そのような気温上昇や日照時間と無関係ではありません。

一方、4月は新年度、新学期など始りの月。希望に胸が膨らむ一方、新たな環境への対応などで気付かぬうちにストレスを感じ、体調を崩すことがあります。実際、体内のバランスを調整する自律神経の「交感神経」と「副交感神経」が入れ替わる時期に当たるため、春は不安定になり易いものです。そんな時期こそ免疫を高める食材を食事に取り入れて、体質改善を心がけたいものですね。

薬用成分を豊富に含む「あしたば」、特有の香りをもつ「うど」や「ふき」、春の陽を浴び、カロテンやビタミンCが豊富な「にら」や「パセリ」がおいしい季節です。

年中手に入る、青魚やヨーグルト、ハーブ類には花粉症の症状の緩和が期待できるそうです。日常的にこれらの食材を取り入れ、穏やかに体質を改善し症状の緩和につなげていくことが大切です。

編 集 後 記

一年とは早いもので相談員としての職に就き、丸一年が経ちました。さまざまな方に支えていただきながら一年を迎えることができ、とても嬉しく思っています^^まだまだ未熟でみなさまにご迷惑をおかけすることがあると思いますが、日々精進して参りたいと思いますのでどうぞよろしくお願い致します。

2月に我が家に新しくきた子犬が、飼い始めたときより3倍近くの大きさになりました。よくご飯を食べますが、必要以上に動こうとしません。家族と誰に似たのかな〜と話をしています。

* 今月もお読みいただきありがとうございます * 在宅介護支援センターさんみ苑 和田

高齢の方や障がいをお持ちの方、介護をされている御家族の方の在宅生活を応援します。生活の中での悩みやお困りごとなど何でも構いません。介護保険に関する問い合わせにも対応いたします。お気軽にご相談ください！ ※個人情報(秘密)は厳守いたします。

住所

〒759-3721
萩市三見3852番地1(蔵本)

電話

2 7 - 5 0 0 0

高齢は杉本、谷井、松井、山根、和田が障がい(入所、通所の相談)は、杉山、濱岡が対応いたします。