

社会福祉法人 ふたば園

2022 年 12 月号

発行 第 292 号

さんみ苑だよい！！

施設長あいさつ

令和 4 年も最後の月となりました。皆さん、年々、1 年が過ぎるのが早く感じるようになっていませんか？ 子供の頃は、とても長く感じていた 1 年が、今では、あっという間に過ぎていきます。これは、ジャンーの法則と言って、『人生のある時期に感じる時間の長さは年齢の逆数に比例する』と定義づけられているようです。また、この感覚は、新たなことを始めたり、ストレスを感じる挑戦をすることで、長くなるようです。来年は、1 年を充実させるため、新たな挑戦を試してみるのもいいですね。

デイサービス（高齢）

新型コロナウイルスがなかなか落ち着かない日々が続いています。さんみ苑も感染対策として、換気を行っています。季節柄利用者の方の服が 1～2 枚増えていて、みなさん寒さ対策バッチリで、楽しく過ごされています。

今月の手芸はクリスマスツリー作りです🎄
12 月 16 日(金)は手芸教室があります。
クリスマスリース作りをしますので、
奮ってご参加ください。



障がい者支援・グループホーム

2022 年も残すところあと 1 カ月となりました。「あと 1 カ月しかない」と考えるか、「まだ 1 カ月ある」と考えるか、気の持ちようで時間の進み方は違うものなので、「まだ 1 カ月ある」と心にゆとりを持ちながら、年末まで有意義な時間を過ごし、新しい年を迎えたいと思います。

さて、障がい者支援部門では 10 月末に『ハロウィンパーティー』と題した行事を行いました。職員がさまざまな仮装をして、利用者のみなさんにお菓子をプレゼントしました。

今月はクリスマス会を行うので、利用者のみなさんと楽しいクリスマスが過ごせる様な行事にしたいと思います。



高 齢 者 相 談 支 援

寒い時期に入り、体調不良や緊急時の対応など不安を抱えている方もいるかと思います。
そんなときに活用できるサービスを紹介します。

○荻・阿武 健康ダイヤル 24(☎0120-506-322) ※365日 24時間 通話料無料
医師や看護師など専門のスタッフが電話相談を受け付けています。これは救急なのか、通常の
受診でよいのかなど判断がつかない場合に相談して対応をアドバイスしていただけます。
意識がない場合、激しい頭痛があるなど明らかに重症と思われる場合は 119 へ電話してください。

○緊急通報システム お問い合わせ:在宅介護支援センターさんみ苑(27-5000)
緊急時に電話やペンダントを押すことで消防署・協力員に自動的に通報するシステム
です。

対 象:荻市内にお住いの 65 歳以上一人暮らし、またはこれに準じた世帯の方
利用料:無償貸与(電話料金は自己負担です) ※固定電話が必要です



厨 房

早いもので今年も 12 月になりました。

大晦日に「年越しそば」を食べる風習は江戸時代ごろから始まったようです。所説ある
ようですが、①長寿や繁栄を願う②厄払い③金運上昇など食べて幸福があるように
願いが込められています。

そばにはポリフェノールの一種のルチンが多く含まれており高血圧や、
動脈硬化の予防に効果が期待出来ます。

一年の終わりに今年を振り返りながら健やかな新年が迎えらる
ように願いながら食べてみてはいかがでしょうか？



編 集 後 記

皆様こんにちは 一段と冷え込み冬がやってくるなと感じます。今年も残すところあと
1 か月ですね。12 月は冬至がありますよね。冬至とは 1 年のうちで最も昼が短く
夜が長い日です。そんな冬至の日にゆず湯に入る方もいるのではないかと思います。
ゆず湯に入る理由は身を清めるため、無病息災を祈るためなどがあります。ゆず湯に
入りながら体を温め、健康に 1 年を終えることが出来ると良いなと思います。

* 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高橋

高齢の方や障がいをお持ちの方、介護をされているご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、松井、山根、高橋が
障がい(入所、通所の相談)は、山下、
倉兼、河部が対応いたします。