

# 寿荘だより

令和7年4月1日発行

第48号



編集・発行 指定管理受託法人 社会福祉法人 八起社

養護老人ホーム名古屋市寿荘

〒468-0051 名古屋市天白区植田2丁目201番地 TEL (052) 802-3991 FAX (052) 806-3356

## 荘長からお知らせ

令和7年度は入所者の皆さんに楽しんでいただけるよう、『笑いヨガ』や『コグニサイズ』など新たな行事を5つ増やすとともに避難訓練等の防災訓練も年5回実施致します。ご期待ください。



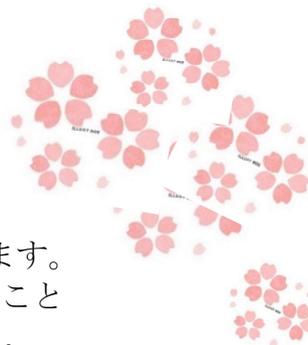
## お世話になりました

### 副部長

長きに渡り、勤務させていただきましたが、この度、定年退職となりました。お世話になりました。

### 支援員

皆さんの前で初めて挨拶した日が昨日のことにように思い出されます。私の冗談にも笑顔で返してくれる方ばかりで、毎日、楽しく過ごすことができました。7年間、お世話になりました（誠和荘 特養へ異動）。



## はじめまして！

### 3階支援員

3階を担当させていただくことになりました〇〇です。よろしくお願ひ致します。



## 担当者のご紹介

### 新 副部長

今まで同様、皆さまのお近くで支援させていただきます。宜しくお願ひ致します。

### 新 統括主任

皆さんが安心して寿荘で生活できるよう、一緒に考えていけたらと思います。宜しくお願ひ致します。

### 1階 チーフ支援員

今年度も1階を担当させていただくことになりました。皆さまにより一層楽しくお過ごしいただけますよう、努めてまいります。引きつづき、宜しくお願ひ致します。

### 2階 チーフ支援員

今年度も2階のチーフをさせていただきます。皆さんが笑顔で過ごせるよう、頑張っております。

### 3階 チーフ支援員

今年度も3階を担当させていただきます。皆さまとともに楽しい1年を過ごせたらと思いますので、よろしくお願ひ致します。



## 行事報告（1月～3月）



### 初詣（1月16日）

針名神社へ初詣。寒い日でしたが、木々が並ぶ参道を歩いているうちに、清々しい気持ちになりました。手を合わせ、長寿、健康など無病息災等を祈願。今年も元気でいられますように！

### 第2回 輪投げ大会（1月21日）



ハツラツと投げる姿が印象に残りました。いつまでも参加できるよう、日ごろから手足を軽く動かす運動を心がけましょう。

総勢29名が参加され、持ち歌を披露。今回は演歌が多かったですね。次回のご参加、お待ちしております。♪

### 第2回カラオケ大会（2月18日）

#### 笑いヨガ（2月6日）

皆さんに身体を動かしていただく新しい試みとして、講師の先生をお招きし、今回は笑いヨガを行いました。『楽しいから笑うのではない。笑うから楽しいのに』とホワイトボードに書かれておりましたが、笑うことで体内に酸素が行き渡り、全身の細胞が活性化され、血行不良の解消、認知症予防が期待できるとのことでした。今後も皆さんの健康につながるようなイベントを考えていきます。お気軽にご参加ください。



### 愛知工業大学 吹奏楽部 演奏会（2月20日）



5年ぶりに愛工大の学生さんが来荘。クラリネットやバイオリン、フルート、トランペット、トロンボーン、チューバなど、色々な楽器を持参され、舞台上で演奏。クラシックから歌謡曲まで披露していただき、迫力ある生演奏を前に非常に盛りあがりしました。

### スタンプラリー（2月27日）

サイコロ投げ、紙ヒコーキ、ボーリング、輪投げ、お菓子釣りの5ポイントを設け、クリアできたら、スタンプを台紙に押印。全てまわり終えた後、台紙と引き換えに、栄養士が生地から焼いたパンをプレゼント。最後に記念写真を仲良く撮って、締めくくりました。



## 避難訓練を実施

夜間宿直帯の火災を想定し、宿直職員4名で避難誘導する訓練を実施。熱感知器を発報後、荘内の非常ベル、サイレン、自動放送が鳴動。大きな音が鳴るなか、焦る気持ちを抑え、落ち着いて、初期消火及び避難誘導を行いました。皆様のご協力により、10分弱で安否確認まで終わることができました。また、防火扉をはじめ各種消防設備がどのように動くのかを確認することができ、有意義な訓練となりました。

避難訓練を終えたあと、水消火器を使用した訓練を実施。入所者の皆さまにも消火器に触れていただき、重さ加減や使用方法等を覚えていただきました。今後も何度か訓練を予定しております。動きに慣れていただくよう、ご協力をお願い致します。



通報訓練



避難する入所者たち



初期消火訓練



## 寒中お見舞いが届きました



先生と生徒たち10名ほどが来荘されました



こども園の皆さんによる作品は玄関に展示



植田中学校の生徒さんが来荘。寒中お見舞いの絵手紙を持ってきてくれました。いただいた絵手紙は1階 浴室前、2階 食堂前、3階 支援室横に3月頃まで展示。入所者に見ていただいております。また、植田が丘こども園 ゆり組の皆さんからも心のこもった作品が届いております。今後も作品が届き次第、荘内に展示させていただきます。

## 顔のみえるアート展てんぱく (1/31~2/3)

天白区社会福祉協議会主催 顔のみえるアート展てんぱくを寿荘 別棟で開催しました。

開催期間中、作品展示のほか、喫茶コーナーが設けられ、コーヒーや紅茶、手作りクッキーなどをいただきながら、作品を楽しむことができました。



会場の様子

## 杖マスター 相談員による杖講座 『第1回杖の選びかた』

杖は歩行補助やリハビリを目的に使用します。種類として1本杖、多点杖、長さ調節機能つき、折りたたみ可能、握力が弱ってしまった方にロフトランドクラッチがあります(右図)。身体状況に応じた杖を選び、転倒防止に努めましょう。



## 柔道整復師 支援員による健康コラム

春は意外と身体に色々な負担がかかりやすい時期です。例えば「花粉症」。くしゃみ・鼻水などの症状が思い浮かびますが、花粉症から首や肩の凝りが起きている可能性も。こうならないように、首をゆっくり大きく回す、肩をグーッと2~3秒持ちあげてからストンと落とすなどの体操をこまめに行うことで、凝りが解消されることがあります。是非、やってみてください。

