

ぬくもり新聞



発行：令和2年10月号  
かわち小規模多機能施設  
「ぬくもり」  
グループホームかわち  
「ぬくもりの家」  
〒729-6333  
三次市下川立町488-2  
電話：0824-65-4077  
FAX：0824-67-3113



# グループホーム

## ぬくもりランチ



今日のランチは皆で餃子作りをしました。

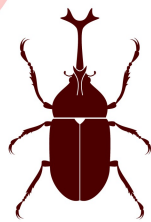
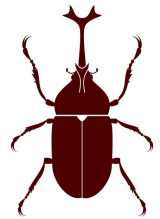
野菜をみじん切りしたり、味付け、生地作りをしました。



皆で、声をかけ合いながら作業をするとあっという間に餃子が出来ました。

皆さん「美味しいね」ととても喜んでおられました。

## 個別外出



夏のある日、個別外出をしました。

山でカブトムシを見つけにいき、カブトムシを捕まえました。

利用者様も幼少期に戻ったように楽しんでおられました。

捕まえたカブトムシは、また山へ返しました。

## 体操

天気の良い日に外で体操を皆でしました。

心地よい風も吹き、体操の後はベンチに座って皆でお茶を飲みました。

会話も弾み楽しめて1日が気持ちよく始まりました。





# グループホーム

## 夏まつり

9月26日に夏祭りを行いました。

昼食は皆さん一人一人、ソーメン・焼き鳥  
たこ焼き・おにぎりの中から食べたい物を好  
きなだけ選んで頂きました。利用者様から、  
「お腹いっぱい」「おかわり」等声があがっ  
ておられました。

射的では「自分は出来んわ」と言われながら  
も自分の番がくると思いつきボールを投げ  
られ大きな賞をとられていました。最後に、  
おやつを食べながらミニシアター「美空ひば  
りコンサート」を鑑賞しました。聞き入って  
おられる方、おやつに夢中な方とさまざま

でしたが、皆さん楽しんでおられ  
る様子が伺えました。

来年も楽しい行事を考えたいと  
思います。





# 小規模多機能



9月3・4日の2日間で夏まつりを開催しました。祭りの空気を感じて頂く為に会場、食事を工夫して作りしました。  
 のど自慢大会、ビンゴゲームも盛り上がり利用者様も楽しまれました。

夏祭り

コロナで祭りや行事が中止になる中、ぬくもりでは楽しい事を職員皆で考え、利用者様の笑顔がたくさん見れるよう頑張っていきたいと思えます。





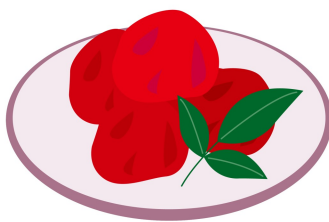
# 小規模多機能

## 梅干し作り選手権進捗状況



梅干し選手権の進捗状況を報告します。4チームの梅干しは、干してしその塩揉みで梅干しを漬けています。1チームは塩付けの時に瓶が割れていたので、汁が流れ出てしまい梅干しが腐ってしまいました。チームで話し合い、梅干し作りを断念し、ぬか床作りに変更しました。毎日ぬか床を混ぜています。出来たぬか漬けを美味しく

食べています。10月に皆さんで梅干しの試食会をしたいと思っています。





## 鮎で一杯

ある日の日曜日、鮎の炭火焼きをしました。

頭からしっぽまで綺麗に食べられていた利用者様もおられました。「美味いね」といわれとても喜んでおられました。来年も美味しい鮎が食べられるように



## 環境整備

地域の方がぬくもり玄関前の環境整備をしてくださっています。ありがとうございます。



## サツマイモ掘り

サツマイモ掘りを皆さんでしました。一生懸命、楽しそうに掘っておられました。「大きな芋じゃね、どうやって食べる？」と会話も弾みました。

石焼き芋にして皆さんで食べました。





## 研修会

8月は交通安全についての研修でした。運転自己診断をしました。結果を見て反省する点がありました。通勤時、送迎時の運転を気を付けて努めていきたいと思えます。

9月の研修は「血压について。」  
 血压測定で分かることは、高血圧の状態が長く続くと、心臓や血管に負担がかかり脳卒中や心筋梗塞、心不全といった重篤な病気を引き起こすおそれがあります。  
 血压測定は、身体の状態を表す大切指標です。椅子に座りリラックスした状態で測定しましょう。



## 認知症サポート・養育講座

9月4日に川地小学校5年生、9月28日は川地中学校2年生の生徒さんに、三次市の職員さんと共に、ぬくもりから職員2名が講師として参加しました。小学校では、認知症についての講義と紙芝居で理解を深めてもらいました。中学校では、講義の内容もより専門的ではありましたが、生徒さんからは、想像以上の意見もでて、とても有意義な時間となりました。



## 稲刈り見学

小学5年生の皆さんが稲刈りをするので見学に来て下さいと、お誘いを頂きました。小規模、グループの利用者様と一緒に見学しに行きました。利用者様は暖かい目で児童の皆さんを見ておられました。昔稲刈りをされていた利用者様と一緒に田んぼに入って稲刈りをし、活き活きされていました。





感染予防のため自粛しており行事は未定です。

秋のぬくもり豆知識

「食欲の秋」の由来は、食欲が増えるから

「秋は美味しい食べ物が多いので食欲の秋ですね！」：なんて言っている人は間違いです！

寒い冬になる前に人間は体温・体力を保つために、冬の準備として秋の段階から食欲が増します。人間や動物の本能なんです。

暑い夏でバテた体の不調を戻すために、涼しくなった秋には自然と食欲が増すようになっていきます。

「冬は太る」というのも、冬は動かないからではなく、秋に食べた分が脂肪となり、ふっくらとしてしまうのが原因です。



ぬくもりランチ

10月中旬に開催する予定となつていますが、送迎を避けたくして、3月まで密を避けたいです。中止となります。



『ぬくもり』

トレーニングルーム利用状況

6月1日より利用再開可能となりましたが利用の際には体調には注意して頂きます様宜しくお願い致します。

ハツラツ教室・サロンにつきましたは再開時期未定となっております。



ぬくもりランチ

利用者様の誕生日にオムライスを作りました。

卵の上には可愛い絵をかきました。

皆さん「食べるのが体ないね、可愛いね」と言われて嬉しい。

美味しくいただきました。



編集後記

暑い日が続いていますが、我が家の息子は元気いっぱいです。学校が終わってから、宿題を終わらせ外が暑いのにカブトムシの観察をしたり・・・自転車で乗れるようになり楽しくて毎日乗っています。3日で自転車で乗れるようになったことにビックリしています。自転車に乗ってサイクリングに行ける日を楽しみにしている日々です。

編集長