



どんぐりにころころ



訪問介護ステーション愛光
管理者

後藤 眞一



梅の花が終わり、桜の木が少しずつ色づきはじめ、いよいよ春本番となって参りました。弊社では平成26年には小規模多機能事業所から看護小規模機能に転換をし、また訪問看護ステーション、訪問マッサージ、そして28年2月から新たに訪問介護ステーション愛光をスタートする事ができました。これも一重に皆様のおかげだと思い感謝しております。

人も企業も春の陽気のような温かい心で地域の方、利用者様、家族様と接していきたいと願っております。私が感銘を受けた言葉があります。

それは、雨を感じられる人間もいるし、ただ濡れるだけの奴らもいる。(ボブ・マーリーの名言)

これは、自分の心の持ち方や、魂や、物事の注意深さについて示唆しているのだと思います。

企業の規模が大きくなればなるほど、大ざっぱになりがちに思われますが、皆様の細やかなニーズにお応えできるよう、私自身注意しながら業務に励みたいと思っております。



里山どんぐり

複合型施設

住宅型有料老人ホーム
訪問介護
看護小規模多機能事業所
訪問看護
訪問マッサージ

お問い合わせ

〒799-0064
愛媛県松山市愛光町6番3号
Tel. 089-989-8700
089-911-3708
Fax.089-989-8701



初詣



矢野ひろみさんとハイチーズ



初詣に行きました。丁度お参り中にTVの取材をしていたので一緒に記念撮影をお願いしました。今年もいいことがありますように。



お参りの後はやっぱりお寿司ね



ひなまつり



顔出して記念撮影しました。お内裏様、お雛様。最高の笑顔ではい、チーズ



外出



ショッピングツアー



黄金のファラ王展を見に行きました。エジプトの素晴らしい石像や装飾品の数々を見学し、めったに見られない、貴重な展示品に感動しました。仮装も楽しかったです♪

ショッピングのお手伝いをして頂きました。エミフルではみきゃんに遭遇したり、ゲームしたりして楽しみました。

節分



鬼は一外

朝から一日かけて節分を楽しみました。
至る所に赤鬼が出没して、皆で鬼退治をしました。

小規模全国大会

全国の小規模事業所が集まり今後の方向性を話したり、地域とのあり方を考えさせられました。
往診をお願いしているたんぽぽクリニックより里山どんぐりの紹介もしていただきました。

どんぐりキッチン

<白玉餅>

白玉粉 60g
水 80ml
チアシード 大さじ1

コーラ 90ml
ガムシロップ 2こ

- ① 白玉粉、チアシード、水をボウルに入れて、耳たぶ位の固さににして、小判型にします。
- ② 沸騰したお湯に①を入れて、浮き上がってきたらOKです。
- ③ コーラにガムシロップを入れて火にかけて水分をとばし、黒蜜を作ります。(5分位)



※今回は黒蜜を某TV内で作っていたのを参考にして作ってみました。
黒蜜だけだとコーラの香りがしますが、きな粉と一緒に頂くと黒蜜の香りがしますよ。

今回は最近大流行しているチアシードを使って新レシピを考えました。
水分でふやかして頂くのが主流ですが、今回は乾燥のまま生地混ぜ込みました。
見た目はゴマ風ですが、香りがないのできな粉と黒蜜の邪魔にならず、おいしいです。

どんぐりレシピ研究クラブ

癒しのひととき

コンサートや舞台を観たり、訪れた所の美味しいものを食べるのが楽しみです。

今のマイブームは **嵐** です。

歌って、踊って、素晴らしいパフォーマンスを観るのは一番の至福の時間です。

(やっぱり松潤が一番 **すき**♡)

去年は、仙台と福岡のコンサートへ行きました。

今年も又、元気を貰いに、ずっと笑顔で楽しい時間を過ごせるようにファイト！



住宅型有料老人ホーム 兼 訪問介護 矢原 千鶴

今後の予定

イチゴ狩り
お花見

往診医

あかりクリニック
たんぼぼクリニック
城北診療所
生協病院
清水医院
もりもと在宅クリニック
かとう歯科
樋口歯科
西岡歯科

マッサージ&リハビリ

訪問マッサージ 和み
訪問マッサージ 里山どんぐり
訪問看護ステーション 里山どんぐり
訪問介護ステーション 愛光

年女 (ラッキーガールズ)



I・H 様



O・H 様



看護小規模多機能事業所
スタッフ
竹松みはる

古来より、申年に赤いものを身に着けると健康に過ごせると言い伝えられてきました。
災いがサル。まっかなサルが皆様にこの一年の健康と幸せをもたらしますように。

ワンポイント講座

花粉症に打ち勝つには

花粉症には通年性 (ハウスダストのダニに対するアレルギー) と季節性 (スギなどの花粉や真菌の胞子) があります。

★対策★

外出時…花粉情報をチェック (前日または当日の未明まで雨で、その後天気が急に回復して晴れ、南風が吹いて気温が高くなる日が要注意日となります)

完全防備 (メガネ、マスク、マフラー等) コートはツルツル素材のもので。

帰宅後は洗顔やうがいをして外から花粉を持ち込まない工夫をする。

室内…ドアや窓を閉めて、花粉の侵入を防ぐ。
掃除は細目にする。

就寝時…布団を外に干さず、布団乾燥機を使用する。
就寝前に、入浴・シャワーをして、入眠中に花粉を吸い込まない。



社員紹介

昨年の9月よりこちらで勤務して、もう半年が過ぎようとしています。初めはわからない事だらけで、戸惑いながら仕事する毎日でしたが、先輩職員の指導助言のおかげで、仕事も覚える事ができ、馴染んできたように感じます。

丁寧な仕事をして日々上達していきたいと思っています。クラシック鑑賞が好きですが、時々洋楽、ヘビーメタルも聞きます。アニメやゲームも興味がある事はなんでも手をだしています。友人にはいらん事ばかり覚えてるとよく言われています。特にお気に入りには、

※チャイコフスキーの弦楽セレナーデ
CM「オー | 人事」に使用された曲です。
弦楽器のみでの演奏で、部屋でゆっくりできる時間に聴いて楽しんでいます。穏やかな気分になれます。

※チャイコフスキー交響曲4番、5番
チャイコフスキーの悩みが詰まったような出だしから、全てを克服したかのような終楽章に向かっていく曲です。
疲れたり、落ち込んだ時に聴くと元気が出ます。

※モーツァルト交響曲41番「ジュピター」
音楽の母モーツァルトの交響曲の中でも、特にお気に入りの曲です。
美しい旋律が楽しめ、明るい曲調で、楽しく綺麗な曲なのでふとした時に聴きたくなります。



私の今年の目標は、まず健康の為やせる事です。ここに来て現在10kg痩せましたが、まだまだ標準体重には遠いので、時間をかけて頑張っていきます。今後は公私共に充実した生活を送れるよう頑張っていきますので、暖かい目で見守っていただくと幸いです。



看護小規模多機能事業所

本多 敦

面会者様へのお願い

ウイルス感染予防にて申し訳ありませんが、小さいお子様や発熱・嘔吐・下痢などの感染の可能性のある方の面会はしばらくの間ご遠慮願います。

お誕生日

おめでとうございます

(1・2・3月)

- T・Y 様 86歳
- M・S 様 90歳
- T・F 様 74歳
- I・N 様 88歳
- I・M 様 70歳
- Y・T 様 84歳
- M・S 様 85歳
- H・U 様 97歳



編集コラム

春の訪れと共に草木が芽吹き、毎年のことながら、元気をもらえる気がします。暖くなるこの時期に始めの一歩いかがですか？
新聞の編集に携わってもう数年が経ちました。特集や要望等がございましたら、是非ご一報下さい。



お母ちゃん、春はまだかな～♡

《フリン&みかん 親子です》