



# 四季の里だより



介護老人保健施設『四季の里』  
新座市北野2-14-8  
TEL 048(482)8008  
<https://www.shikinosato.jp/>

## 新年のご挨拶

新年あけましておめでとうございます。  
新施設長の柿原 稔と申します。前職は消化器外科医でした。この度ご縁がありまして、コロナ禍真っ只中の令和3年6月1日に四季の里の施設長として着任しました。令和4年1月現在、国内もいまだ終息の様相をみせておりません。海外の状況と同様に予断を許さない状況です。  
年頭に当たり、「コロナを施設に持ち込まない。」事を肝に銘じ、職員一同団結してご利用者様の安全を守っていく所存でありますのでよろしくお願い申し上げます。

施設長 柿原 稔



## 新年によせて

四季の里だよりが皆様のお手元に届く頃には、年明けムードも落ち着いた頃だと思います。年末年始は久しぶりにご家族と過ごされたり、ご友人と再会された方もいたのではないのでしょうか。新型コロナウイルス感染症が発生してから、施設でも皆様に沢山の我慢をお願いしてきました。そんな中でも昨年を振り返りいろいろ意見がありましたが、やって良かったと感じたのは、フロア毎で毎月行事として催しを行い、入所者様に楽しい時間を提供出来た事です。オミクロン株の動向もあり油断は出来ませんが、withコロナに向けて前進した感じですが、新しい年は少しずつ笑顔で過ごす時間が増えて、その様子をこの紙面を通して沢山お伝え出来たらと思います。

## 2月のお知らせ

- ★2月4日(金)はデイケア・イベント食
    - ・大巻き ・菜の花のからし和え
    - ・いなり寿司 ・豆乳みそ汁
    - ・天ぷら(タラ、さつま芋、ピーマン)
  - ★2月22日(火)は世界の国民食 ～中国～
    - ・チャーハン ・北京ダック風チキン
    - ・涼拌黄瓜(リャンバンネアングァ)(きゅうりの和えもの)
    - ・杏仁豆腐～いちごソース～
    - ・酸辣湯(サンラータン)風スープ
    - ・餃子
- ♪お楽しみに♪
- ★2月行事のお知らせ  
2月に予定している「節分豆まき」は、新型コロナウイルス感染症予防の為、各フロアで行います。

## 12月行事の報告

12月は冬至の前日の日にゆず湯に入りました。ゆず湯に入ると血行が良くなり身体を温め風邪予防などに効果があるといわれています。これから一年のうちで一番寒い時期になります。今はいろいろな入浴剤で香りや効能が楽しめますのでゆっくり温まって元気に冬を乗り越えましょう。



【12月行事のクリスマス会は各フロアで行われました】

2階では12月15日(水)にサンタクロースの扮装をした職員によるリコーダーとピアノの合奏を披露しました。曲は「ジングルベル」、「きよしこの夜」、「赤鼻のトナカイ」です。9月に続いて2度目の演奏で、職員もさほど緊張せずじやないと思います。入所者様は音楽に合わせて口ずさみ、クリスマスの雰囲気を楽しんで頂きました。

3階では12月23日(木)に職員による「ふるさと」の合唱と「雪やこんこ」の輪唱、「きよしこの夜」と「ジングルベル」をハンドベルで演奏しました。入所者様にもサンタクロースの帽子を被って頂き、恥ずかしそうにしながらも笑顔で写真撮影を行いました。全員参加の楽しいクリスマス会になりました。

4階では12月13日(月)にクリスマスの音楽が流れる中、サンタクロースの衣装を着た職員がおやつを配り、ツリーの前で写真を撮りました。例年なら、クリスマスケーキやジュース等で華やかなクリスマスパーティーを行う事ができましたが、新型コロナウイルス感染症の発生後は、このような行事は規模を縮小し、ソーシャルディスタンスをとり、気持ちだけのささやかな会しか行う事ができません。それでも毎年こうして笑顔で迎える事が出来て何よりです。来年は華やかに出来るといいですね！

### 【12月行事食メニュー】



チキンライス  
エビフライ・ハンバーグ  
ポロタン  
レタスとコーンのサラダ  
オニオンスープ  
カラフルゼリー



2F



3F



4F

## 地震に備えて

最近、『大きいな...』と感じる地震が増えてきた様に感じます。東日本大震災から10年が経ち、地震に対する恐怖心が薄れ、揺れにも慣れてきている自分に気がしました。改めて、地震に対する備えや避難先、避難経路の確認、外出先での対応等を再度確認しようと思いました。まずは、出来る事からやっていきましょう！

## デイケア通信

### ～お楽しみ会～

12月20日(月)にお楽しみ会を行いました。まずはクリスマスリース作成です。職員が折り紙で作った土台に飾り付けをしていきました。利用者様ごとに色の配置や張り付ける場所に個性が出て、久々の製作活動を行いとても喜んで頂きました。次に先月も行った職員による『ふるさと』『四季の歌』の手話を見て頂き、その後は『きよしこの夜』のハミングを一緒に行いました。職員もサンタクロースの帽子を被り、利用者様にもクリスマス気分を味わって頂けたかと思います。12月は希望者の散髪に行きました。



## ご相談ください

介護老人保健施設「四季の里」は、看護や介護を必要とする方が、できるだけ早く自立した生活ができるようお手伝いをする施設です。比較的病状の安定している方に、看護や介護をはじめリハビリテーション、日常生活動作訓練など1日も早い家庭復帰を目指す各種サービスを提供します。

- ★入所
- ★短期入所
- ★通所リハビリテーション
- ★訪問リハビリテーション

日常生活の中でご不安をお持ちの方、お困りのことがありましたらご相談ください。

TEL 048-482-8008 四季の里