



飛び跳ねる!

新年明けましておめでとうございます。今年も宜しくお願い致します。

昨年はコロナの影響を真正面から受けてしまい、ほっと・氷川台デイサービスセンターにとっても試練の年でした。しかし、「コロナに負けるな!」とおもいで、スタッフが一致団結し、ご利用者様・ご家族様にもご協力を頂き、乗り越えることができました。本当に感謝申し上げます。

今年もコロナはまだまだ収まる気配がありません。抗原検査をはじめ、感染予防対策を継続して実施し、ご利用者様とスタッフの安心安全を守って参ります。

ほっと・氷川台デイサービスセンターでは、毎年お花紙を使ってその年の干支を作成します。昨年の



11月頃から作り始め、今年は可愛いうさぎが出来上がりました。ティッシュペーパーを丸めながら、そのティッシュペーパーをピンクのお花紙で包みながら、ご利用者様がなんとも面白い会話をしていました。「来年はうさぎ年なんだって」「そうなの?」「そうなんだって」「じゃあ、ピョンピョン飛び跳ねながら丸めなきゃ!」「それいいね!」(爆笑)

今年もうさぎ年にちなんで、コロナをピョンピョンかわして、ご利用者様の心を新たに楽しくピョンピョン飛び跳ねさせるようなそんな一年にして参ります。

管理者 水上 茂男

万華鏡



月が変わって十日ほど経つと、なんとなくそわそわしてくる。“万華鏡”の締め切り日が近づいてくるのだ。毎月たった六百字程度の短いコラムを書くだけなのに、わたしの文章を書く力はたいそう衰えたものだど落胆するが、これも年のせいだと気を取り直して机に向かう。ところがいったん書き始めると、頭が少しずつ動き出してきて嬉しくなる。やはり年齢の影響ではなく、切羽詰まらなないと手をつけない「性格」のせいなのか。

ただし、年とともに変化してきたこともある。新聞は社会面とスポーツ記事を読むだけで、一面や二面は斜め読みでスーッと読み飛ばしてきたが、一面からしっかり読んでみると、改めて新聞は面白いしためになる。知らなかったこと、見過ごしていた舞台裏、はたまた世界情勢まで教えていただけるとは、大変ありがたい。ウクライナや中国の内部事情を、「ありゃ」とか「へえ」と言いながら読んでいるうちに、ちょっとだけ世界が広がったような気になってくる。

いい年をしてと笑われそうだが、まだまだ新しい発見があるものだど気がついた。さて、原稿をここまで書き進めてくると、わたしの弱っていた脳が全開になってくる。あと少し、元気でいる間は、わが脳に栄養分を補給することにしようか。“年寄りの冷や水”と言われようと、今日も新聞は一面から……。(依)

ほっと・ハウス・豊玉 だより 1月

ゆったりと檜風呂で入浴!みなさま大満足です!

ほっと・ハウス・豊玉デイサービスセンターの売りの一つは、大小の檜風呂を使用した個浴です。毎週お風呂を上げて、乾かさなければならぬなど維持していくには手間がかかり、また、10年に一度くらいは交換しなくてはなりません。現在の檜風呂は二代目になります。

しかし、檜風呂は、肌に触る感触、ほのぼのと匂い立つ木の香りと普通の風呂とはちょっと違う趣があります。入浴中のみなさまの笑顔を見ていると私たち職員も一度はゆっくり入浴したいと思わせてくれる檜風呂です。



ほっと・ハウス・豊玉デイサービスセンター 管理者 沖山一雄

コロナ後遺症に鼻うがい

コロナになって2週間、もう治ってるよね、と外出したら、咳き込みと腹痛が……。

前々から約束していた遠方から来る友達になるべく話さないようにして、泊まってもらったけど、つぎの日から喉痛、ダルさが襲う。耳鼻科に行って咳止めもらっても、変化なし。いつまで続くの〜この未体験ゾーンの具合の悪さ。

もう後遺症ですよ、と後遺症外来の耳鼻科を訪ねた。そこで内視鏡で「慢性上咽頭炎」と判明。ここは脳に近い一番奥の喉で免疫反応の場所。その炎症が多彩な全身反応を起こすのだから。コロナの後遺症では多いんだとか。

「炎症部分に薬を塗布する治療もあるけど、痛いので薬と鼻うがいでいきましょう」ということになって、鼻うがいに挑戦。薬局で買ってきてビデオを見ながらジュルジュル。

痛くもなんともなくて気持ちいい。でもちょっと人には見せられないよ〜だがしかし、ああ、くすんでる脳まで洗ってくれればいいのになあ、とやると、なんとなく笑えるのです

小川 陽子

認知症予防 氷川台3丁目カフェ — 麻雀からおしゃべりまで —

認知症予防に麻雀、花札などしています、介護家族の方も一息つきにどうぞ

- 日時：毎月第1・第3土曜日、午後1時半から4時のご都合のよいときにどうぞ
 - 場所：ほっと・氷川台デイサービスセンター（氷川台3-19-7井垣ビル）氷川台駅2番出口徒歩5分
 - 参加費：200円（会場費・お茶代） ※中止の場合があります。ご連絡ください。
- 連絡先：寺田和子 090-8772-9157（麻雀ご希望の方は2、3日前にご予約を！）



トピックス

子どもの居場所づくり「氷川台のだるまちゃんち」通信 その9 クリスマス会、楽しかったねえー

お日様は顔を出していたものの冬らしい寒さの中、「ほっと・氷川台デイサービスセンター」をお借りして、だるまちゃんち9回目が行われました。

今日はクリスマス会。12人の子ども達が集まりました。例によって、男子はswitch三昧！女の子とおチビさん達はかくれんぼで大はしゃぎ。

途中、ダルマちゃんからプレゼントが配られました！男の子にはポケモンフィギュア、女の子には、シールとボールペンと可愛い消しゴムのセット！三時のおやつは、手作りのガトーショコラ！みーんなのほっぺが落ちそうでした。

急遽ふるしきから、特別参加して下さった方よりウクレレの演奏がありました。これに合わせての子ども達の歌、歌、歌。

カラオケも楽しみ、とても幸せな一日でした!!!



この情報はASA平和台のご協力を頂いています。

ほっと・すぺーす だより

vol.197



定員24名
ほっと・ハウス・豊玉
デイサービスセンター
住宅型有料老人ホーム
☎ 5946-4310

定員20名
ほっと・ハウス・仲町
都市型ケアハウス
60歳以上の自立者入居施設
☎ 3932-1123

ほっと・氷川台
ケアプランサービス
居宅支援事業所(ケアマネ4名)
☎ 5921-3190



定員14名
ほっと・氷川台
デイサービスセンター
☎ 5922-6577

定員20名
ほっと・ハウス・今神
都市型ケアハウス
60歳以上の自立者入居施設
☎ 6906-7670

ほっと・ライフサービス
福祉用具レンタル・販売・住居改修
☎ 6906-9171

介護用ベッドとは？

寒さも厳しくなってきて外に出ることも減っている方も多くいるのでは。動くことが減少すると、下肢筋力が低下したり足腰が痛くなったりと、身体に変調が出てきたりします。更に、寒さで身体が縮こまり動きも鈍くなったりします。

そんな時に転倒(室内・屋外)による骨折などで、布団や普通のベッドで就寝することが難しくなり、「介護用ベッド」を急いで使いたいとお問合せが増えてきます。

この「介護用ベッド」とは、電動で「高さ調整・背上げ調整」機能があるベッドですこの「介護用ベッド」は、身体への負担を軽減し安全に安心してお休み頂くことが出来ます。「介護用ベッド」が必要になった時は、お気軽にお問合せください。最短1時間で納品・セッティングさせていただきます。



ほっと・ライフサービス
**介護用品
レンタル**

お問い合わせ
03-6906-9171