

# せんぽと一期一会

せんぽと一期一会 第59号

発行日：2023年3月1日

発行：特別養護老人ホーム

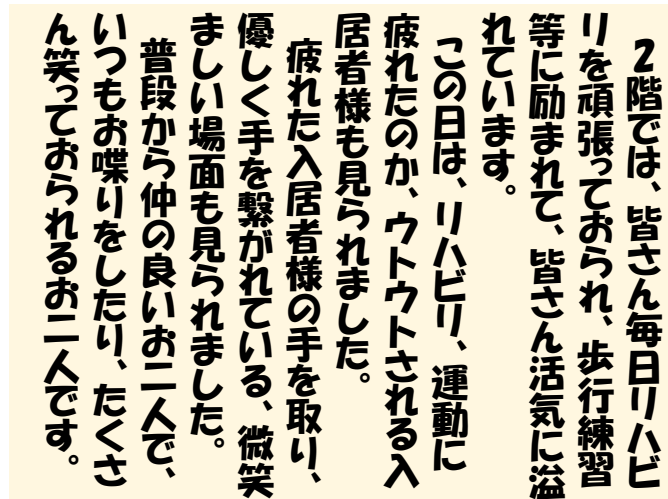
せんぽ瓜破東



1階フロア

今月で67歳を迎えられた入居者が居ります。誕生日の日に、家族様が面会に来られた時の記念撮影です。マスクで表情がわかりませんが、マスクの下は笑顔の写真です！プレゼントは大好きなぬいぐるみをもらい終始喜ばれていました。

いつまでもお元気で過ごしてくださいね。お誕生日おめでとうございます！素敵な一年になりますように。



2階フロア

2階では、皆さん毎日リハビリを頑張っておられ、歩行練習等に励まれて、皆さん活気に溢れています。

この日は、リハビリ、運動に疲れたのか、ウトウトされる入居者様も見られました。疲れた入居者様の手を取り、優しく手を繋がれている、微笑ましい場面も見られました。

普段から仲の良いお二人で、いつもお喋りをしたり、たくさん笑っておられるお二人です。



3階フロア

入居者様の中には、1日に数回自己にて歩行練習をされています。

毎日、フロア内の廊下を2から3往復され、その際に仲の良い入居者様に話しかけたりと楽しそうに歩かれています。

このように入居者様の体調や自主性を尊重し安全に配慮した生活リハビリを行っていき入居者様に楽しく健康に過ごして頂けるように努めていきたいと思えます。

## 4階フロア



入居者様は、出来る事は出来る限りご自身で、日々努力されています。

私たち職員は、お手伝いしてあげたいという気持ちを抑え、入居者様の出来る事を奪ってしまわないよう心掛けながら、そして「また、歩けるようになりたい」という入居者様の気持ちを尊重して、日々の支援にあたらせて頂いています。

日々の積み重ねが、必ず実を結びます。

## 職員紹介

久保 愛海

せんぼどの日々は勉強になる事ばかりで充実した時間を送らせてもらっています。

この施設で学んでいる事、得た知識を入居者様方に還元していけるよう、頑張っています。ちょっとまか動いてほしいというられない性格ですが、皆さんに安心してもらえる存在になれるよう努力していきたいと思っています。どうぞよろしくお願いします。



## 春の栄養コラム

管理栄養士 中村 友子

この記事を書いている2月下旬、まだ寒い日が続きますが暦の上では春がやってきています。「春の皿には苦味を盛れ」ということわざをご存知でしょうか。春に旬を迎える、つくしや落、筍などの山菜は美味しいけれど、苦みやえぐみがありますよね。実はこの苦みの正体は私たちの体を健康に若々しく保つために必要なミネラルやポリフェノールなんだそうです。寒い時期に体に溜め込んだ余計なものを出すのを助け、温かくなるにつれて活動的になる私たちの体をサポートしてくれそうです。当施設でも毎年春には筍や木の芽を使った松花堂弁当を「お花見弁当」として入居者様に提供しています。先人の知恵を美味しく活用し、入居者様にいつまでも健康に過ごしていただきたいと思います。

地域密着型特別養護老人ホーム  
特別養護老人ホーム

# せんぼ瓜破東

〒547-0022 大阪市平野区瓜破東8丁目8番6号

電話：06-6700-5000 FAX：06-6700-5100