

# [アイセン] 冬号

# Aisen

\*Winter\* 令和3年 2.1/No.78

社会福祉法人 正栄会 理事長/上片平 栄昭



特別養護老人ホーム  
**介護老人福祉施設 愛泉園** 愛泉園短期入所生活介護事業所(ショートステイ)  
 鹿児島市福祉有償運送 正栄会  
 〒891-1103 鹿児島県鹿児島市川田町1090 TEL (099) 298-8153 FAX (099) 298-8726

**愛泉園デイサービスセンター**  
 通所介護事業所/愛のサロン  
 まごころ訪問給食サービス/愛の宅配弁当  
 〒891-1102 鹿児島県鹿児島市東俣町127-1 TEL (099) 298-8331 FAX (099) 298-7677

**訪問介護ステーション 愛の泉** ほほえみ愛隊「まごの手-ション」  
 〒891-1102 鹿児島県鹿児島市東俣町127-1 TEL (099) 298-8336 FAX (099) 298-7677

**愛泉園在宅介護支援センター-居宅介護支援事業所**  
**正栄会総合相談支援センター**  
 〒891-1102 鹿児島県鹿児島市東俣町127-1 TEL (099) 298-8332 FAX (099) 298-7677

認知症対応型共同生活介護事業所  
**グループホーム ふるさとの家 郡山** 認知症対応型通所介護  
 デイサービス ふるさとの家 郡山  
 〒891-1102 鹿児島県鹿児島市東俣町3853 TEL (099) 298-8118 FAX (099) 298-8122

障害者(児)通所施設アリス  
**生活介護♥アミュザントアリス I・II**  
**児童発達支援センター♥ミニオンヌ アリス**  
**放課後等デイサービス♥プレゼントアリス**  
**重症児放課後等デイサービス♥ジャンティエユアリス**  
**計画相談支援・障害児相談支援♥エマーブルアリス**  
 〒891-1103 鹿児島県鹿児島市川田町191-1 TEL (099) 298-8184 FAX (099) 298-8177

各施設の見学はいつでもお気軽にお越しください。  
 ホームページアドレス <http://syoueikai.or.jp> 正栄会 検索

特別養護老人ホーム  
**介護老人福祉施設 愛泉園**  
 愛泉園短期入所生活介護事業所(ショートステイ)  
**TEL.099-298-8153**



▲収穫の様子

## 芋ほり

愛泉園の中庭に植えたサツマイモが大きく育ちました。皆様慣れた手つきでツタを取り、土を掘って収穫をしました。「大きなのができたね」と満面の笑顔でした。



▲車いすからも収穫できました

はいチーズ

## クリスマス会

12月25日にクリスマス会を開催しました。クリスマス特製のオードブルをの前に「こんなにいっぱいね～、ご馳走だね～」と笑顔いっぱいでお召し上がっていました。昼食後には写真撮影を行いました。



▼夫婦で仲良く

▶サンタと一緒に



## もちつき

令和2年最後の行事でもちつきを行いました。「もちつき、ぺった～ん、ぺった～ん」と歌に合わせて皆様一生懸命、お餅をつかれました。ついたお餅はきれいに丸めて鏡餅を作り、新年を迎える気持ちでいっぱいになりました。

▼みんなで丸めて



▲皆さんで楽しく餅つきできました

ぺった～ん ぺった～ん

## トピックス1 Topics1

これからも頑張ります

ありがとうございます



## 永年勤続表彰

勤続20年・10年の7名のスタッフへ表彰を行いました。表彰を受けた職員を代表して常務理事から謝辞があり、職員一同気持ちを新たにすることが出来ました。これからも正栄会を盛り上げていきましょう。

## トピックス2 Topics2

ありがとうございます

## 桜島大根を頂きました!

東俣町の田淵様より、桜島大根を頂き、各施設で美味しくいただきました。ありがとうございました。



大きく立派な桜島大根



## 愛泉園デイサービスセンター

### 通所介護事業所

TEL.099-298-8331

#### 正月飾り

2021年も良い1年となりますように願いを込めて、正月飾りを作製しました。細かな作業もありましたが、皆様素晴らしい作品が出来上がり、早速ご自宅に飾られている方もいらっしゃいました。

▲集中して  
おります



▲上手にできました!!  
▲1つ1つデザインの異なる作品となりました

#### 初詣

新年を迎え、毎年恒例の初詣に花尾神社へ行きました。階段もしっかりとした足取りで上られ、お詣りをする事ができました。歴史ある花尾神社からパワーをいただき、今年も素晴らしいスタートとなりました。



▲いい写真が撮れました。



利用者の方と一緒に作った

壁飾り

▼11月



11月 秋を感じる西郷どん

▼12月



12月 Merry Christmas to all !!

▼1月



1月 Happy New Year

※壁紙の大きさは、縦230cm・横250cmです。

## グループホーム ふるさとの家 郡山

TEL.099-298-8118

### 自家製蕎麦で 年越しそばを作りました

畑で栽培した蕎麦を「トン」や「ミ」で振るい、石臼でひいて、きれいな蕎麦粉が出来上がりました。蕎麦の栽培は簡単ですが、粉にするまでが大変でした。美味しく年越し蕎麦をいただきました。美味しかった〜



▲結構、力仕事です

▲トンの使い方は任せて

### 2000本の玉ねぎ植え付け

種から2000本の苗を作り、玉ねぎを植えました。入居者・デイ利用者の皆様で植えるには量が多く、ミニオンヌアリスの子供たちのお手伝いもあって、にぎやかな農作業でした。大きく育て!!



▲2000本の苗



▲さすが植え方は上手です



▲子供たちも頑張りました



▲一之宮神社

▲護国神社



▼日本一の大虎:八房神社

#### 幸先詣

先に幸せをもらうため、入居者・デイ利用者の皆様で、護国神社・八房神社・川田神社・一之宮神社へ分散してお詣りに行きました。皆様の願い事をそっと聞いてみると「家族が幸せでありますように」とお願いされていました。さすがです。

### 認知症対応型通所介護 デイサービス ふるさとの家 郡山

在宅生活の延長として、利用者が有する能力をいつまでも発揮できるように支援していきます。

お問い合わせは「ふるさとの家 郡山」  
tel.099-298-8118まで

## 計画相談支援・障害児相談支援 エマーブルアリス

TEL.099-298-8184

障害者(児)が障害福祉サービス、障害児通所支援(児童発達支援・放課後等デイサービス)をご利用される前にサービス等利用計画(障害児支援利用計画)を作成し、一定期間ごとにモニタリングを行う等の支援(計画相談支援)を行ないます。ご利用者負担は無料です。秘密は厳守いたしますので、お気軽にご相談ください。

※「エマーブルアリス」とは、フランス語で「親切なアリス」という意味です。

## 愛泉園居宅介護 支援事業所

介護保険のご相談窓口

TEL.099-298-8332

ご存知ですか?

ユニバーサル  
デザインフード

年齢や障がいのあるなしに関わらず、普段の食事から介護食まで出来るだけ多くの人が利用できるように考えられた「みんなにやさしい」食品のことです。4つの区分に分類されています。  
①容易にかめる ②歯ぐきでつぶせる ③舌でつぶせる ④かまなくて良い  
また、とろみ調整食品もあります。‘かむ力’‘飲み込む力’に合わせて商品を選ぶと良いと思います。

※食べにくい、飲み込みにくいなどいつもと違うと感じたら気軽にご相談ください。



### 生活介護 アミュザントアリス

TEL.099-298-8184

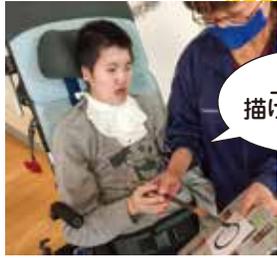
※【アミュザントアリス】とは  
フランス語で「楽しいアリス」という意味です。

#### 年賀状制作<アミュザントI>

2021年の多幸を祈りつつ干支の牛をモチーフに墨を使って「牛だるま」を描きました。皆様の個性あふれる「牛だるま」の完成です。素敵な一年になりますように。



▲もう少しで完成!!



上手に描けるかな!



#### サンタクロースがやって来た!! <アミュザントI>

12月25日にクリスマス会を行いました。サンタクロースと一緒にひもを引っ張ってプレゼントをゲット!手に取ると嬉しそうな笑顔があふれていました!!

何が  
出るかな?



▲プレゼントゲット!!

#### 餅つき<アミュザントII>

2021年の健康や幸せを願いながらお餅をつきました。炊き立ての香りとともに、もち米がお餅になっていく過程を楽しみました。また、「ぺったん、ぺったん」と掛け声に合わせて力いっぱい杵を振り、モチモチの美味しいお餅が完成しました。

◀力を合わせてペタンペタン!



もうお餅になったかな??



#### クリスマス制作 <アミュザントII>

毛糸で作ったボンボンや冬をイメージしたパーツで飾り付けをし、素敵なクリスマスリースが出来上がりました。グルーガン等、普段使い慣れていない道具も器用に使いこなし、皆様の個性が輝く作品となりました。



◀集中しています!

完成☆



### 児童発達支援 ミニオンヌアリス

TEL.099-298-8184

※【ミニオンヌアリス】とはフランス語で「かわいいアリス」という意味です。

#### メリークリスマス!

サンタクロースと一緒に「クリスマスパネルシアター」遊びを行いました。行事に興味を持ちお友達や保育士とのやりとりを楽しめるよう、言葉かけや雰囲気づくりを工夫した事で、子ども達の表情の変化やプレゼントに手を伸ばす姿など自発的な動きを引き出す事が出来ました。



プレゼント欲しいなあ!

#### ステンドグラスを作ったよ!



もう一息だ!!



◀完成しました!

様々な感覚を楽しむ事を目的にクリスマスツリーのステンドグラスを作りました。透明フィルムに油性ペンで色付けし、裏からアルミホイルを貼り付けシールを飾りました。太陽の光とアルミホイルでキラキラと光るとても綺麗なステンドグラスの完成に、目を輝かせる子ども達の姿が印象的でした。

### 放課後等デイサービス プレゼントアリス

TEL.099-298-8184

※【プレゼントアリス】とはフランス語で「愉快な、心地いいアリス」という意味です。

▶手作りクリスマスツリー



皆で作ると楽しいな

#### クリスマスツリー制作

クリスマスを心待ちにしている子どもたち、素材に合わせて道具を使い分けながら思い思いの作品を作っていました。「星の飾り取って!」「ペン貸して!」と児童同士で物の貸借りも上手に出来ていました。活動の終わりには制作した感想を発表してもらい「カップをかぶせるのが難しかったけど頑張りました。」「リボンを付けるのが楽しかったです。」といった意見を伝え合う事が出来ました。



### 重症児放課後等デイサービス ジャンティーユアリス

TEL.099-298-8184

※【ジャンティーユアリス】とはフランス語で「思いやりのある、優しいアリス」という意味です。

▶サンタさんとハイタッチ

#### クリスマスクッキング

皆が大好きなカップケーキを作りました。生クリームをたっぷり絞って、フルーツをトッピング!仕上げにチョコレートをかけるとおいしいケーキの完成!!サンタクロースからもプレゼントを貰い笑顔いっぱいのクリスマスになりました。

カップケーキ完成!!



▲クリームをいっぱい  
のせて!!

# まごころ 訪問給食サービス

TEL.099-298-8331



## 免疫力を高めるためにはどうしたらいいの？

免疫力とは「病気を免れる力」のことで体内に侵入してくるウイルスや病原菌から体を守ってくれます。この免疫力を高めるために日頃の生活習慣を見直してみましよう。

### ●免疫力を高める栄養素

ヨーグルトなどの発酵食品やオリゴ糖、食物繊維の豊富なきのこ類など腸内の善玉菌を増やす働きのある食材を積極的に摂りいれ腸内環境を整えることが重要なポイントになります。また、豆腐、肉、魚、乳製品などの良質なタンパク質や緑黄色野菜や果物などに含まれるビタミン類も必要な栄養素になります。

### ●免疫力を高める習慣

栄養バランスの良い食事と規則正しい生活を心がけることが大切ですが、その他にもストレッチや筋トレといった適度な運動や、入浴などによって血流を良くし体温を上げることも大切になります。

# 訪問介護ステーション 愛の泉

TEL.099-298-8336



## 生活の知恵袋⑰

### 生乾きのニオイ

冬は晴れた日でも洗濯物が厚手になり乾きにくい、そんな洗濯物は生乾きとなりニオイがついてしまいます。その原因は「雑菌」なんです。生乾きの臭いは、なかなか取れないので臭い取りに苦戦している方も多いかと思います。ニオイをスッキリ取りましよう！

### 準備する物

- ・重曹 ・ぬるま湯

- 1 バケツなどに1Lのぬるま湯に対して小さじ5杯程の重曹を入れる
- 2 20～30分程浸け置きする
- 3 洗濯（終わったらすぐに干しましょう）
- 4 しっかりと乾燥

# 総合相談支援センター

TEL.099-298-8332



## 冬場の転倒予防について

冬になると、思わぬ所で転んでしまい怪我をすることがあります。寒い時期は外出や体を動かす機会が減り、筋肉が硬くなり体が動かしにくくなります。厚着で動き辛く、靴下で滑りやすかったり、電気コード、じゅうたんなどの小さな段差に躓いて転んでしまう事もあります。予防のためにはできる範囲内で運動を続け筋肉を鍛えることが大切です。地域で行っている健康体操やラジオ体操などがお勧めですが、地域で集まる機会も減っている今、自宅で簡単にできる運動をご紹介します。

### 椅子に座って行うもの

- 片方ずつ膝を伸ばし太ももを鍛える。
- つま先を上げてすねに力を入れる。
- おなかに力を入れて片方ずつ膝を上げる。

### 立って行うもの

- つま先立ちになり、ふくらはぎに力を入れる。
- 片足立ちでバランスをとる。
- 膝をゆっくり浅く曲げ伸ばし（痛みがあれば禁）



★その他、自分が通るところに物を置かない、コード類を整頓するなど環境にも注意しましょう。

# クロスワード & パズル

正解者の中から抽選で3名の方に「タッチセンサーズワンライト」をプレゼント!

黄色枠の言葉を組み合わせて  
キーワードを導き出してください

### 応募方法

郵便はがきに答え(キーワード)と住所・氏名・年齢・電話番号、今号の感想をお書き添えの上、下記の応募先まで郵送ください。  
令和3年3月15日(月)当日消印有効

### 応募先

〒891-1103鹿児島市川田町1090  
愛泉園「アイセン」クロスワード係  
※当選者の発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。

▶明るさと角度調節自由自在。省電力&タッチセンサー式で無段階で調光が可能です

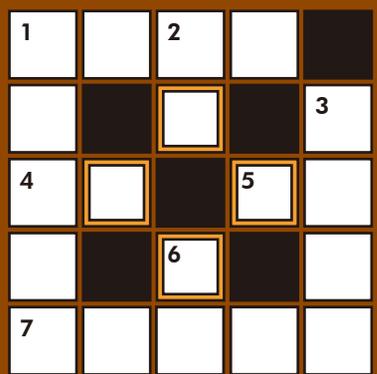
乾電池・USB対応

### ◆【タテのカギ】

- ①山内健司、濱家隆一の人気お笑いコンビ。吉本興業所属
- ②「山毛櫛」→読んで
- ③生物体を構成する最小単位の構造。英語では「cell」
- ④蒲生八幡神社の御神木は○○の木

### ◆【ヨコのカギ】

- ①上から読んで下から読んで同じ言葉になる文句
- ④「曾木の滝」「郡山八幡神社」「忠元公園」がある市町村は○○市
- ⑤○○ンティ○○ン。○○キ。○○ものねだり。共通して入る言葉は?
- ⑦小麦粉・砂糖・ラードなどで作られる沖縄の伝統菓子



### 【キーワード】



黄色枠の言葉を組み合わせると一つの言葉になります

## ホームページ・Instagramのご案内

ホームページでは各事業所ごとの広報誌や情報を随時アップしております。アリス・ふるさとの家ではInstagramでも「今」を紹介しております。

Instagram  
障害者児  
通所施設アリス  
Instagram



Instagram  
ふるさとの家郡山  
Instagram



社会福祉法人 正栄会  
ホームページ



## 編集後記

コロナウイルス感染予防のための自粛生活により静かな年明けを迎えたように思われましたが、やはり年末年始の気の緩みが感染拡大に繋がり、拡大エリアにはついに緊急事態宣言が発令された状況のなか、正栄会の各施設、事業所それぞれ元気に楽しく活動が行われ、クリスマスやお正月を過ごすことができました。これもひとえに皆様方のご協力の賜物と感謝申し上げます。今後も無事にこの難関を乗り越えられよう感染予防を徹底して行っていきたく思います。最後になりましたが、今年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

Publisher 上片平 真美子