

入学

桜の花が咲き始め、温かい日差しが降り注ぐようになりました。4月は新年度が始まる月、各学校では入学を迎え、初々



しい新入生の姿が見られます。世界各国では秋に入学を行うことが多いようですが、日本では春に行うことが一般的です。今後、国際化が進むなか、もしかしたら日本の4月入学制度が変わっていくかもしれないですね。入学式を迎えることで、子供達の成長を感じておられる親御さまもいらつしやるのではないのでしょうか。



オオデマリ

～和佐の里の植物たち～

リハビリ

「季節の変わり目には自律神経を整えましょう」

「春になったのになんだか体の調子が良くない」と感じている方もいるのではないのでしょうか？

季節の変わり目は体調を崩しやすく、体や心の不調が現れます。昼と夜の気温差やストレスなどによって生じる自律神経の乱れが原因といわれています。自律神経には、活動時に作用する「交感神経」とリラックスしているときに働く「副交感神経」の2種類があります。これらがうまくバランスを取ることで、私たちの体の働きを調節してくれています。

自律神経のバランスを整えるためには、

- ① 食事は3食バランスよく食べてください。
 - ② 適度に体を動かしてください。(運動することで分泌されるセロトニンは自律神経のバランスを整えてくれます。)
 - ③ 入浴時は湯船にも浸かるようにしてください。
 - ④ 睡眠はしっかりとってください。
 - ⑤ 衣服で温度調整をしてください。
 - ⑥ 花粉対策をしっかりしてください。
- 自律神経のバランスを崩さないように、毎日の生活を少し見直してみてもいいでしょうか。

(水本)



高齢者のみなさまへ

和佐の里では愛と真心をもって、介護予防・認知症予防のために

運動療法・園芸療法・学習療法・音楽療法を行っています。

何でもご相談ください。



社会医療法人財団 介護老人保健施設
和佐の里
 お客様の尊厳を守り、自立と家庭復帰を支援します。
<http://www.reimeikai.com>

和佐の里 最新ニュース

♪入所

お散歩レク



入所棟で天気の良い日に中庭をお散歩しました!! 参加された利用者さまは中庭に咲いているモクレンやパンジーの花を觀賞されました♪ 暖かい日差しと心地のいい風に吹かれ、春の訪れを実感するとともに、その心地よさからうたた寝される利用者さまもおられました! 利用者さまの楽しまれていた所を見ることができ、職員一同嬉しく思っています。今後も利用者さまに喜んでいただけるようなレクリエーションが実施できるようにしていきたいと思っております!! (北岡)



ひな祭り

3月10日(木)にひな祭りを行いました!! 今回は一部ですがその様子をお届けします♪ 参加された利用者さまはお手製の顔出しパネルとともに、ひな人形の前で記念撮影!! 記念撮影はおおいに盛り上がり、楽しいひとときを過ごしました! 利用者さまの楽しまれていた所を見ることができ職員一同嬉しく思っています。今後も利用者さまが喜んでいただけるようなイベントが実施できるようにしていきたいと思っております!! (北岡)



♪サテライト千寿

リハビリ機器の紹介

千寿では、新たなリハビリ機器を導入しています。自転車型の機器を3種、手の運動機器を1種取り揃えています。平行棒も手すりも直線ではなくループ形を取り入れ、脳卒中の後遺症により片手が不自由な方の歩く練習を行います。 (藤田)



お知らせステーション

新入職員紹介



皆さま、どうぞよろしくお願ひします。



部署：施設サービス課 つばき棟
職種：介護員
氏名：玉置 凌
(たまき りょう)
誕生日：9月12日
趣味：ドライブ・テニス
抱負・一言：和歌山福祉事業団から来ました玉置です。障害者支援を主にしていたので介護経験は初心者なので皆さんの足を引っ張らないよう頑張っていきます。よろしくお願ひします。

和佐の里

一般棟に2人部屋が出来ました

令和4年3月に和佐の里からサテライト千寿へ入所事業が一部移行にともない、和佐の里一般棟の居室タイプが変更しました。従来からある個室、4人部屋に加え、2人部屋が新しく出来ました。以前まで4人部屋としてご利用いただいていた居室を2人でご利用いただくようになります。

(津村)

写真 写真



リハビリ室が新しくなりました

令和4年3月1日(火)、介護老人保健施設和佐の里サテライト千寿開設により、和佐の里のリハビリ室がとても広々と使えるようになりました。また、レックプレスなどの筋力トレーニングの機械も新しくなりました。自転車エルゴメーターなど、庭を眺めながらできるトレーニングもあるため、利用者さまにも好評です。(長井)

和佐の里サテライト千寿

事務所の日曜体制・対応について

平素は、和佐の里サテライト千寿をご利用いただきありがとうございます。ごさいます。

この度、3月1日

(火)より開設しました介護老人保健施設和佐の里サテライト千寿ですが日曜日には事務員不在です。そのため、御用がある方は玄関を入り、カーテンの前まで進み、呼び出しボタンを押してください。入所棟スタッフが対応させていただきます。

なお、対応時間は朝の8時半から夕方5時半までとさせていただきます。

お問い合わせ先



〒649-1324

和歌山県日高郡日高川町土生 1205-1



0738-52-5207



園芸療法活動

3月といえばひな祭り。お一人ずつおひなさんとお内裏さまを作っていたいただきました。用意されたお花の紙を着物のどこに貼ろうか、顔はどう描こうか、と迷いながらも一生懸命に考えながら作り上げていました。皆さま、出来上がりはとても満足そうにされていました。そのなかにも自分の作品に自信がない方がおられました。でも、他の利用者さんに褒められると安心されたかのように嬉しそうにされていたことが印象的でした。

(尾崎)



ひな祭り



デイケア1日見学者募集

和佐の里のデイケアを見学してみませんか？
お気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ：☎0738(53)1101

担当：園畑

ボランティア募集

デイケアや入所者のお話し相手、または食事
介助をしてくださる方、お待ちしております。

お問い合わせ：☎0738(53)1101

担当：塩崎

4月の行事

和佐の里では、毎月行事があつて、今月も楽しみじやの〜。



今月は

- 通所 未定
- 入所 イベントレク……10(木)

編集後記



暖かい日差しとなり、庭へ出てみると、花壇のヒヤシンスの花に紫の蕾がありました。春を感じたひと時でした。これから、春本番となっていきますが、皆さま体調管理には十分ご注意ください。

(武内)