



木々の芽も膨らみ、吹く風からも春を感じるようになりまして。利用者の皆様、ご家族の皆様におかれましては、ますますご健勝にてお過ごしのことと存じます。

昨年の今頃は利用者さんが来てくださるだろうかと不安な思いをしていたことを思い出します。少しずつ利用者さんの数も増え、ささの家も賑やかになりました。利用者さんにとって居心地の良い「ささの家」でありたいとスタッフ一同頑張っています。

### あかりをつけましょぼんぼりに・・・

ささの家の玄関に、可愛い18組のお内裏様とお雛様が勢ぞろい。一度に春がやってきました。利用者の皆さんも目を細めて眺めておられます。



### 定期的に百歳体操を取り入れています

なかなか定着しなかった百歳体操を、レクリエーションに取り入れ定期的に行うことにしました。皆さん無理をせず、自分にできる範囲で一生懸命取り組まれています。テレビを見ながら真剣です。これから暖かくなり、益々皆さん元気になっていただきたいと思っています。スタッフも負けてはいられません。がんばるぞ～

**ささの家運営方針**  
・どんな“今”でも自分らしく  
・地域と共に展開する  
・関わるすべての人のために

### うがい、手洗い、水分補給、換気、休息

インフルエンザ対策として、うがい、手洗い、水分補給、換気、休息を毎日行っています。食後は、40～50分くらい部屋を暗くして皆さんにゆっくりと過ごしていただいています。「夜寝られんかったら困る」と言いながらも気持ちよさそうにうとうとされています。短時間ですが昼寝の後には皆さんとっても元気になられています。

### 今日のレクは何かな～?

3人のスタッフが毎日当番を決めてレクリエーションを行っています。最初に、歌詞カードを使って歌(童謡、懐メロなど)を3曲ほど歌います。皆さん大きな声でリズムよく歌われます。その後、ゴムや新聞棒などを使って体操をしたり、クイズやゲームをしたりして頭や体を使ってとっても楽しそうです。最後は、口腔体操をします。皆さんに楽しんでもらうために、スタッフもいろいろと頭をひねって考えています。

### 第2回運営委員会を行います

12日(火)に、第2回ささの家運営推進委員会を行います。内容については次号で報告させていただきます。

### お礼・お知らせ・お願い



☆ささの家の見学を希望される方は、いつでもおいでください。毎月医師による健康相談があり、毎日看護師も勤務しているので、医療ケアが充実しています。ご利用者の方も、スタッフもお待ちしています。

☆今月の関医師による健康相談は、14日(木)午後2時30分からです。相談を希望される方・ご家族の方は、利用日に関係なくささの家においでください。お待ちしております。

☆3月には、フルーツやオカリナの演奏をしていただく計画を立てています。楽しみにしています。