

# はばたけ

発行所  
〒795-0013  
愛媛県大洲市西大洲甲911番地1  
社会福祉法人 大洲幸楽園  
救護施設 大洲幸楽園  
Tel 0893(24)3075 Fax 0893(24)3357  
Eメール kyugoshisetu@ozukohrakuen.or.jp  
http://www.ozukohrakuen.or.jp/

## 今年「壬寅(みずのえとら)」



## 謹賀新年



上手にお餅をつく事ができました!(^^)!

12月23日(木)、食堂で餅つき大会を行いました。今年は大洲乳児保育所の園児にも参加していただき一緒に餅をついたりする機会もありました。初めて餅つきを見たという園児もいて、とてもいい経験になりました。また、お餅はおやつの時間にいただきました。

## 餅つき大会

「命に寄り添う魅力と重み」

理事長 小野原 孝

新年あけましておめでとうございます。皆様にかかれましては、穏やかに令和四年をお迎えにられましたこと、心よりお慶び申し上げます。

昨年は、前年から続く新型コロナ禍の中で、緊張感も薄れつつあったのも事実。しかし、昨年暮れから再び得体のしれない変異株、オミクロン株による感染の急拡大により、自粛生活を余儀なくされそうな心配です。大洲幸楽園職員の皆さんには、ここ二年間で培った感染防止策の経験を継続して、感染者ゼロのまま収束することを願っています。

福祉施設のイメージとして一般的に「善意」「優しさ」「愛」等で見られがちですが、介護現場の日常においては、そんなきれいごとの言葉では語れない現実があります。ただ、介護に携わるすべての人の根っこには、「善意」「優しさ」「愛」が輝いていることでしょうか。人を思うという心がない限り成立しない介護の現場…。利用者皆さんの命に寄り添い、暮らしを守る誇りを胸に、新年をスタートしてください。

利用者の皆さんに笑顔の多い一年となることを願って、年頭のご挨拶と致します。



国道56号線沿（マリエール登り口付近）に花壇があります。是非見に来てください。

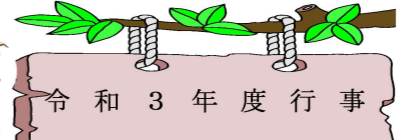
オレンジロードとは南予56号「ボランティア・サポート・プログラム」の愛称です。大洲幸楽園は地域の人と共に快適な道作りに協力しています。

大洲幸楽園は毎月1回、国道56号線沿（北只シヨツパーズ前）を中心に清掃と花壇の整備を行っています。

パンジーとチューリップの球根を花壇と一緒に植えました。

4月頃が見頃になりますのでぜひ見に来てください。

## オレンジロード



## 令和3年度行事

- ・いちご狩り
- ・豆まき

主な行事は、年間事業計画を基に作成しています。行事の日程は変更になることがあります。



- ・花鑑賞ドライブ
  - ・ひな祭り
- 【大洲幸楽園内】

- 4日（火） 初詣
  - 7日（金） 七草粥
- 【行事食】



境内もきれいになりました！！

## 清掃作業

12月28日に大洲領総鎮守 八幡神社で清掃作業を行いました。お参りに来られる方々のために落ち葉や枯葉を箒で集めました。

1月4日に利用者と共に初詣に行ってください。

今年も良い年でありますように。

## 健康だより

寒い季節になると、手先や足先の冷えが気になりませんか。冷えによる肩こりや腰痛、便秘や肌荒れ、抵抗力の低下などといった症状が多数存在し、まさに「冷えは万病の元」と言えます。

冷え性を改善する生活習慣として、栄養バランスのとれた食事を基本に、冷えが気になる時は体を温める食材を取る事が大切です。しょうがや、肉類、赤身の魚、ごぼうやニンジンなどがあります。

入浴は、38〜40℃くらいのぬるめの湯にゆつくりとつかります。血行促進とリラックス効果が得られます。そして、十分に睡眠をとって心身を休ませましょう。歩く習慣やストレッチなど、日常に適度な運動を取り入れることも重要です。

まだまだ寒い日が続きますが、冷え性対策をしっかり行なって日々健康に過ごしましょう。

## 編集後記

あけましておめでとうございます。今年からは年明けから天気も良くとても気持ちの良い新年を迎えることができました。

コロナも次第に増えてきていますが利用者、職員一同負けないように頑張っていきたいと思っております。宜しくお願いいたします。



かんたんって言うけど難しいぞ



どこまで飛ばせるかな



綺麗な花が咲きますように



みんなで記念撮影

10月19日大洲市障がい者スポーツの集いが行われました。今年にはコロナ対策として参加5施設が各施設で競技を実施し、記録を比較する形をとりました。ゴルフ競争・かんたん？玉入れ・信号ゲーム等様々な競技が行われ、大洲幸楽園は8部門中6部門で1位を獲得し、市よりメロンを頂き美味しく食べました。また全員参加できるような幸楽園の運動会もあわせて実施しました。久しぶりの運動となり、利用者の皆さまも職員も怪我なく楽しい時間を過ごす事が出来ました。

### 大洲市障がい者スポーツの集い



11月17日大洲市主催のお花はん植栽会に参加しました。今回は五郎の菜の花の種まきです。当日は秋の大洲らしく霧が出ており、少し肌寒かったです。広いお花畑で種をまいていると、あつという間に汗ばんでくる気持ちの良い天気でした。来年の春に綺麗な菜の花が咲き、みんなを楽しませてくれるよう祈りながら、一生懸命種をまきました。

### お花はん植栽会

12月7日、総合防災訓練を実施しました。職員間の通報訓練を行った後、大洲消防署立ち合いのもと夜間想定の入所者避難訓練を実施しました。実施した職員は、安全に配慮しながら入所者を誘導し、入所者も緊張感を持って避難していました。その後は消防署員指導の下、AEDを使用した応急手当講習と、消火器を使用した初期消火訓練を行いました。また12月17日には、地震を想定したシェイクアウト訓練を行いました。非常ベルがなっている間は頭を守り、体を低くして動かないようにして、安全確保を行った後、避難誘導を行いました。

### 総合防災訓練



体制を低くして安全を確保



狙いを定めて消化します



## クリスマス会風景会



園児の皆さんに来園していただきました！



園児がマジックをしてくれました(^\_^)/



東京音頭踊りました☆彡



みんなでよさこい踊り(^\_^)v

## クリスマス会

12月21日に食堂でクリスマス会を開催しました。クリスマス会は納涼大会に続く大洲幸楽園の一大イベントです。各課が試行錯誤しながら出し物を発表します。まず、看護課と総務課の出し物で「よさこい踊り」を披露しました。次に支援課による「東京音頭」に続き幸楽園のゆかいな仲間たちによる「一休さん」を披露しとても盛り上がりました。最後に大洲乳児保育所の園児による歌や踊り、マジックを披露していただきました。今回のクリスマス会も利用者が喜んでいただけると感じています。



## 初詣

八幡神社に1月4日、利用者と共に初詣に行きました。神社の前で一生懸命お参りをされていました。皆さんいろいろなお願いをされたと思いますが、職員の願いは「みんなが元気に笑顔で一年過ごせますように」の一つです！今年も良い年になるようみんなで思い出を作ってくださいませ。

