

NPOきらら
社会福祉法人 きらら
デイサービス・ケアプラン
看護小規模多機能ホーム
街かどデイハウス
グループホーム



発行日 2024年12月1日

発行人 松永美保子

お問い合わせ先

☎ 072-688-0842(原大橋)

☎ 072-648-3415(摂津峡)

ゆず風呂

二十四節気のひとつである冬至は1年で最も昼が短く夜が長い日です。今年の冬至は12月21日で、冬至のゆず湯に入ると「邪気を払える」という意味合いがあります。また、ゆずは実ができるまでに長い年月を有する事から「長年の苦労が身を結びます様に」との願いも込められています。毎年、地域の方から頂くゆずで今年もきららでは、ゆず湯やジャム作りを皆様に楽しんで頂いています。ご協力、有難うございます。きらら摂津峡 松永

ご報告

北摂高槻生協祭でのフリーマーケットでは沢山の方々に、作品を手にとって頂きました。今回の売上金は18,350円でした。ご協力を頂き、有難うございました。街かどデイハウス

街かどデイハウス



いろいろ募集中です

- ★麻雀教室 参加者募集 第1水曜日 14:00~16:00
初心者の方・久しぶりにやってみようという方を対象に開催しています。
- ★パソコン教室 火曜日 9:30~15:00
年賀状作成や確定申告の書類作成等もできます。
- ★問い合わせ 担当: 浦・池田・高尾
☎072-688-6155 (月~木 9時~16時)

消防訓練

10月8日に消防訓練を行いました。「避難が出来る・消火活動が出来る・通報を聞く事が出来る」この対応を訓練しました。介護施設の場合はスタッフのいつもと違う行動に動揺してしまう方がいたり、訓練の意図が伝わりにくく不安を与えない様に小まめな声掛けが必要です。厨房から出火した想定で非常口から必死に避難しました。避難後は水消火器で放水訓練もしました。入谷商会様、御協力感谢您。



看護小規模多機能ホームきらら摂津峡 松江

紅葉と芋カフェ

10月31日、地域の方から頂いたさつまいもでハロウィンカフェを開催しました。利用者様と一緒に潰したさつまいもをラップでキュッと纏めて芋巾着を作りクリームカフェにしました。手作りの個性あふれるお面を被って皆様良い笑顔！大きな紙芝居『かさ地蔵』や秋の歌を歌い、秋空の下でカフェを存分に楽しみました。



グループホームきらら摂津峡 安原



ハロウィンパーティ

10月31日、ハロウィンパーティを開催しました。朝からお好みの色やラメが入ったネイルを選び、ご自身で塗られ、他の利用者様に「見てみて〜」「あなたのラメが入って綺麗やね」「何年ぶりやろう」等と言いながら目を輝かせておられました。午後からは皆でハロウィン体操に挑戦！ハードな体操でしたが楽しみながら参加されていました。おやつはスタッフの手作りスイートポテトを。美味しいと高評価でした。



デイサービス 田邊

干し柿作り

11月6日干し柿作りをしました。慣れた手付きで柿の皮を剥いて下さる方、剥いている横で「美味しそうやなあ」と言い小さく切った渋柿を食べて苦い顔をされる方…皆でワイワイとお喋りをしながら作業をしました。一週間経った今、少し柔らかくなった柿を皆様に優しくモミモミして頂いています。そろそろ美味しくなってくる頃でしょうか…猿に狙われないように気を付けなければ(笑) 美味しい柿になります様に…グループホームきららの家 桑田



冬の豆知識 冬は運動する機会が減ったり、そもそも寒さが原因で血行不良になりがちです。血行不良になることで、肩こり、むくみ、自律神経の乱れといった症状を引き起こし、それが原因で睡眠の質が低下します。睡眠の質が下がると、免疫力も低下し、その事がストレスで体調不良に繋がる場合もあります。冬場は定期的な運動、血行促進のマッサージ、入浴(高温過ぎない)など継続が大切です。寒くなっても散歩や体操を続け、元気に過ごしたいですね。