

きらら通信

2025年2月号

第250

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



謹賀新年

お正月は1年間の幸せをもたらす為にやって来る年神様を家族でお迎えする行事です。年神様は健康をもたらし子孫繁栄や五穀豊穡を授けてくれる神様だそうです。きららでも、年末は大掃除等で新年の準備を行い、玄関にはスタッフ手作りの門松、入り口には正月花を飾りました。利用者様と季節感を味わう目的も含めて初詣に行きました。利用者様、ご家族様にとって素敵な1年であります様に。これからも宜しく願い致します。

看護小規模多機能ホームきらら 摂津峡 管理者 松江



巳年のスタートは私達と一緒に！ 良いお正月をお過ごしになられた事と存じます。巳年は新しい挑戦を始める、生活リズムを見直すのに最適な年だそうです。何かを始めるきっかけの1つに街かどのご利用はいかがでしょう？ 高槻ますます元気体操、健康マシン等の時間を設けています。麻雀、パソコン教室、卓球編み物、手芸。お喋りの場、居場所作り等、過ごし方は様々です。一緒に考え、一緒に笑い合う、そんなお手伝いを私達にさせて下さい。



街かどデイハウス
池田・浦・高尾



—お問い合わせ—

☎ 072-688-6155

月～木 9:00～16:00 まで



発行日 2025年2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)



干支の壁面飾り

利用者の皆様が一生懸命に色合いを考え協力をして作成された今年の貼り絵です。毎朝、玄関でお出迎えしてくれています。この貼り絵を見ていると、作られた皆さんのお気持ちが伝わり、私達も元気が出ます。2025年も健やかに、またお元気に過ごし頂けるように職員一同で頑張ります。



デイサービス 豊永

お屠蘇周り

1月1日お屠蘇周りを行いました。お屠蘇周りとは「一年の邪気を払い無病と長寿を願い、心身ともに改まろう」という思いを込めて呑むお酒の事です。中味はお酒...ではありませんが(カルピスです!)皆様、一口で召し上がられていました。

グループホーム きらら摂津峡 小林



お誕生日会

1月17日はMさんの誕生日でした。感慨深い日ですが、お祝いをしました。ティアラと花のレイをしたMさんを囲み、他の入居様とスタッフのお祝いコメントからスタート、ハッピーバースデーの合唱やケーキも食べ、楽しい誕生会となりました。

グループホーム きららの家 藤村



原のお野菜、有難う『こんなお大根、食べたことないわ〜』

と柚子味噌をのせたふるふき大根に利用者さんも舌鼓!!原の大地で育てられ、しかも抜きたてのお大根は甘くて柔らか。きららの板前さん達が葉っぱから皮まで捨てるところなく、お料理をしてくれました。厳冬を乗り切るビタミンを有難うございます。松永



求人募集

- ・入浴介助のお仕事です。
 - ・1日2時間からの勤務です。(時間は相談OKです)
 - ・資格問いません。
 - ・事前研修有り
 - ・時給、交通費、その他詳細下記までお問い合わせ下さい。
- NPO 法人きらら
電話 072-688-0842

ボランティアさん募集

楽しい事と一緒に！
お問い合わせお待ちしております

リハビリの観点から見た散歩の効用について(表題は理学療法士・おたしんじさんのサイトから)

きららで毎朝行っているお散歩ですが、最近、機能訓練として見直されています。屋外運動は屋内運動に比べて認知能力が著しく向上しやすく、特に注意機能と作業記憶機能が、顕著に向上したとの研究結果も報告されています。その他にも日光を浴びる事で、ビタミンDが生成され骨が強化される。睡眠リズムやストレス緩和に関係するホルモンのセロトニンを刺激し、夜間の安眠や精神の安定にも繋がるとの事です。さらに、季節を肌で感ずる事で脳が刺激を受けます。自然豊かな原地域では鳥のさえずりを聞き、季節の花々を愛で、山や空の移り変わりを感じ、心には感動を、肺には新鮮な空気を一杯取り込めます。1人では自信がないけれど、皆と一緒に歩けるわと頑張って歩きます利用者さん達。今年も、お散歩リハビリで個々の方が目指す目標に挑戦し続けて頂けるように、職員一同、応援させていただきます。



デイサービス管理者 藪