

12月に入り本格的な冬を迎えました。今年は例年よりも暖かい秋だったので寒さに慣れていない方も多いと思います。当施設では、食事で温まっていただきたいと思い、牛肉のしぐれうどんやおでんなどをご提供しております。うどんは出汁に具材の旨味加わり深い味わいとなっており、おでんはしっかりと煮込み食べやすい固さ・味となっております。



西の京だより

VOL.19



朝夕の凍てつくような北風が肌身にしみるこの頃ですが、風邪をひかずに元気にお過ごしでしょうか？
いつの間にか12月となり、新年度の用意が…とか焦り始めるの時期ではないでしょうか？無理はせずゆっくり準備していきましょう！
今年も残りわずかとなりました。悔いのない一年にしましょう！



入所通信



足浴をしました！！
「気持ち良い」と好評でした。



笑顔でポーズ！！



素敵な時間になりました。またしたいですね

5階
足浴をしました！

4階
おやつ



久しぶりに食べたらおいしいわ



美味しいな



たまに食べるとおいしいな

11月茶話会にて普段は栄養課の作られたおやつを召し上がっておられますが、今日は皆さんにスナック菓子『サッポロポテト』を召し上げて頂きました。

「久しぶりに食たわ〜」と皆さん喜んでおられました



リハビリ課 学生さん実習

当施設では実習生を受け入れています。今回は、リハビリテーション課の実習生の紹介です。長い実習で約2ヶ月、短い実習で約1週間。利用者さんにも協力してもらい、未来の立派なセラピストになれるように頑張ります(^_^)。
今後とも、よろしくお願いいたします。



今年も一年、ありがとうございました！皆様、良いお年を！ 西の京広報委員会

デイケア空き状況

	月	火	水	木	金	土
一日利用 (昼食あり、入浴なし)	×	×	×	×	×	×
一日利用 (昼食、入浴あり)	×	×	×	×	×	×
短時間利用(午前/午後) (昼食、入浴なし)	×/未	×/未	×/未	×/未	×/未	×/〇

2024年12月1日現在 〇…空きあり △…あと少し ×…ご相談ください 未…準備中

無料体験・見学受付中

社会福祉法人 保健福祉の会 介護老人保健施設 西の京

〒604-8454京都市中京区西ノ京小堀池町16 代表TEL 075-821-3388 デイケアTEL/FAX075-821-3384

玉入れ

11月は、**玉入れ**を行いました。丸椅子の上にのせた籠にめがけてお手玉を投げ入れます。皆さん運動会を思い出しながら一生懸命参加されていました。スポーツの秋楽しみました！



おにぎり体操

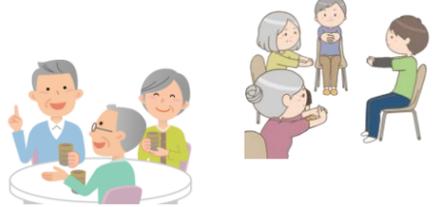
京都のわらべ歌「ちょっとばあさん」に合わせた手遊びです。グーチョキパーを出しながら歌うちょっと忙しいじゃんけん体操です。デイでは以前から行っている為覚えておられる方も多く家でされている方もいらっしゃるのではないのでしょうか？
続けて出すことで頭の体操になり、手の運動にもなります。デイに来られている方は、この歌を歌うと自然と手が動いている程覚えておられますのでご自宅でもやってみてください。

「ちょっと(チョキ) ばあさん(パー) おにぎり(グー) ちょうだい(チョキ)
かみに(パー) つつんで(グー) おにぎり(グー) ちょうだい(チョキ)」



西の京ふれあいサロン

去る、11月19日(火)、第15回目の西の京ふれあいサロンを開催いたしました。今回は、入所担当の理学療法士、作業療法士が来て体操を行った後、次にアコーディオンの演奏に合わせて**歌を数曲歌い**、コーヒーを飲みながら**茶話会**を行いました。普段、顔を見ない職員が参加し、いつもと違った雰囲気でしたが、皆さん楽しんで1時間過ごされました。ふれあいサロン充実しています！



次回は、12月17日(火)に開催します！興味のある方はぜひご参加ください！

事例研究発表会

去る、11月21日、2024年度保健福祉の会事例研究発表会を開催いたしました。今回は、西の京・都和のはなより7事例、発表者各自、日頃の研究成果を発表しました。それぞれが内容の濃い、とてもよい事例検討会になったと思います。自部署の取り組みを再認識、他部署の取り組みを参考に今後の業務に活かしていきたいと思っています。



「介護保険制度を良くしたい！」

ケアを受ける人も、ケアする人も大事にされるために、今年もJR円町駅前で署名行動を行いました。近隣の事業所も参加し、総勢30名。これからも運動を頑張ります！ご協力をお願いします。



平和学習について

先日、京都民医連ソーシャルワーカーの会で平和学習会を行いました。その中で京都府舞鶴にある引揚記念館を訪問しました。舞鶴引揚記念館では引揚事業やシベリアで抑留について学ぶことができました。

引揚事業とは

第二次世界大戦の終結後、660万人以上といわれる日本人が海外に残されていました。この人たちの速やかな帰国を実現するため、国の事業として、軍港だった舞鶴をはじめ、浦賀、呉、下関、博多、佐世保、鹿児島、横浜、仙崎、門司を引揚港に指定。このうち舞鶴は、昭和25年以降は、国内唯一の引揚港として昭和33年9月7日最終船まで、実に13年間にわたり、約66万人の引揚の受け入れを行ったそうです。

シベリア抑留について

シベリアをはじめとするソ連領内の各地へ連行された日本人はマイナス30度を下回る厳しい環境で強制労働を強いられました。衛生環境や食料事情も悪く、飢えや病気によって約6万人が命を落としたそうです。

引揚記念館ではシベリアで抑留された方々の現地での過酷な生活、また抑留された方の家族をはじめとする引揚に関する活動について学ぶことができました。引揚に関する資料や写真、シベリアからの手紙等が展示されていました。

ホームページからも引揚記念館紹介と平和学習について動画でみることもできます。

URL:<https://m-hikiage-museum.jp/>

また海が近く近隣には海鮮市場のとれとれセンターもあります。観光を楽しむこともできました。お近くにいかれることがあれば訪れてみることをお勧めします。

介護老人保健施設西の京 支援相談員 福井