

春日井	1(月) 2(火) エステ&メイク 3(水) ひなまつり 8(月) 風船バレー 9(火) くるみん理美容	12(金) お誕生日会 15(月) 16(火) 18(木) 桜創作 19(金) 岡本レク 22(月) テーブルゲーム	23(火) ゆうゆう茶会 25(月) 体重測定 26(金) 歌謡コンサート ●毎食前口腔体操 ●水・日DAM体操
南山	7(日) ひな祭り 9(火) リズ美容室 11(木) お茶会 14(日) DAM体操 16(火) リハビリ体操	19(金) 歌謡コンサート 21(日) DAM体操 22(月) 福理美 25(木) カフェ南山 28(日) DAM体操	30(火) お誕生日食事会 ●毎食前口腔体操 ●毎週日曜DAM体操
鳴海	3(水) ひな祭り 4(木) パズル 5(金) カレンダー作り 6(土) 歌謡 8(月) カラオケ 10(水) 牛乳パックジェンカ 11(木) 訪問理美容	13(土) 筆の会 14(日) ホフトデー 16(火) ドッグセラピー 18(木) 絵手紙 19(金) 脳トレ 23(火) 歌謡コンサート 24(水) カラオケ	27(土) パズル 29(月) 脳トレ 30(火) 鳴海喫茶 31(水) お誕生日会 ●毎食前口腔体操 ●カラオケ・エルダー・ゆうゆう喫茶 ●工作あり
各務原	2(火) ひな祭り 3(水) S会13:00 5(金) カラオケ 7(日) めり絵 8(月) 歌謡コンサート 9(火) めり絵 11(木) ころぼん体操 12(金) カラオケ	13(土) テーブル遊び 14(日) カラオケ 16(火) いきいき体操 17(水) 訪問理美容 19(金) カラオケ 20(土) 脳トレ計算 21(日) 脳トレ漢字 22(月) アレンジフラワー 23(火) いきいき体操	25(木) 脳トレ 26(金) カラオケ 28(日) めり絵 16(火) いきいき体操 30(火) いきいき体操 31(水) 脳トレ漢字 ●毎食前口腔体操
三好	2(火) きれいや理美容 3(水) ひな祭り 4(木) ノーブル美容 7(日) 脳トレ 10(水) お誕生日会	13(土) 体重測定 14(日) 健康体操 15(月) 折り紙教室 16(火) 歌謡教室 17(水) 脳トレ	22(月) 書の会 28(日) お茶会 ●毎食前口腔体操
藤が丘	3(水) 脳トレ 5(金) 喫茶 藤 7(日) DAM体操 9(火) 創作レク 12(金) 喫茶 藤 15(月) お茶会	17(水) 脳トレ 19(金) 喫茶 藤 21(日) DAM体操 22(月) 歌謡コンサート・藤の湯 23(火) 理美容・藤の湯 24(水) 理美容・藤の湯	25(木) お誕生日会・藤の湯 27(土) 藤の湯 28(日) 藤の湯 ●毎食前口腔体操
もとしお	1(月) 脳トレ 2(火) S会15:30 3(水) ひな祭り 5(金) めり絵 6(土) 歌入りカラオケ 8(月) もとしおキッチン 10(水) トランプ	13(土) ゲートボール 15(月) カレンダー作り 16(火) ドッグセラピー 18(木) 歌謡コンサート 19(金) めり絵 20(土) ボール遊び 25(木) 脳トレ	26(金) めり絵 27(土) 貼り絵 28(日) もとしおシアター 30(火) カラオケ 31(水) ボール遊び ●毎食前口腔体操 ●毎週土曜カラオケ
小牧	1(月) めり絵 2(火) ボウリング 3(水) ひな祭り 5(金) 玉籠り 8(月) 習字 9(火) 風船バレー 12(金) 歌謡コンサート	14(日) お誕生日会 15(月) 折り紙 16(火) ボウリング 18(木) カラオケ作り 19(金) 落語 21(日) エルダー体操 22(月) 玉籠り	23(火) ドッグセラピー 25(木) 習字 26(金) 風船バレー 28(日) カレンダー作り 30(火) 折り紙 ●毎食前口腔体操 ●毎週土曜カラオケ
柳ヶ瀬	1(月) 歌謡コンサート 2(火) S(金) ごぼう先生体操 8(月) ボンボン体操 9(火) ごぼう先生体操 10(水) くいしんぼう日 12(金) ごぼう先生体操 13(土) 柳ヶ瀬カフェ	15(月) 書の会 16(火) 理美容 17(水) 定湯 19(金) ごぼう先生体操 22(月) ボンボン体操 23(火) ごぼう先生体操 24(水) ウェイオリン&ピアノ演奏会	26(金) 落語 29(月) ボンボン体操 30(火) 工作 31(水) ハンドケア ●毎食前口腔体操
稲沢	3(水) スタッフレク 5(金) 歌謡コンサート 7(日) 稲沢シネマ 9(火) 整膚 10(水) スタッフレク	12(金) お茶会 17(水) スタッフレク 19(金) お誕生日会 21(日) カラオケ 23(火) ドッグセラピー	24(水) スタッフレク 28(日) 手作りおやつ 31(水) スタッフレク ●毎食前口腔体操
岩倉	2(火) 脳トレ 3(水) お茶会 4(木) 歌謡コンサート 8(月) 習字 9(火) 石川さんの体操教室 10(水) 玉入れ 11(木) ~13(土) 壁面作り	14(日) エルダー体操 15(月) ゆうゆうカフェ 16(火) 競馬ゲーム 17(水) 旗揚げゲーム 18(木) めり絵 19(金) 魚つり 20(土) ボウリング	22(月) 落語 24(水) ゆうゆうカフェ 25(木) 石川先生の健康体操 27(土) 29(月) カレンダー作り 30(火) ドッグセラピー 31(水) カレンダー作り ●毎食前口腔体操●随時エルダー体操
鵜沼	1(月) 体操 2(火) 外気浴 3(水) ひなまつり 4(木) 脳トレ 8(月) ごぼう先生体操 9(火) 外気浴 11(木) 脳トレ 12(金) 歌の日	13(土) ラジオ体操 15(月) 今月の体操 16(火) 外気浴 17(水) お誕生日会 18(木) 脳トレ 19(金) カラオケ 20(土) ラジオ体操 23(火) 外気浴	24(水) 雑沓カフェ 25(木) 雑沓カフェ 26(金) カラオケ 27(土) 生け花 28(日) 体操 30(火) ドッグセラピー 31(水) 雑沓カフェ ●毎食前口腔体操●毎週水曜うぬまカフェ

春日井	4(日) お花見 5(月) 6(火) 散歩 8(木) テーブルゲーム(麻雀など) 9(金) お誕生日会 10(土) 散歩	13(火) ジェンガ 15(木) 前田レク 16(金) ゆうゆうカフェ 20(火) 習字 23(金) 歌謡コンサート	24(土) 風船バレー 26(月) 体重測定レク ●毎食前口腔体操 ●毎週水・日DAM体操 ●散歩・天気の良い日
南山	1(木) 開設記念日 4(日) DAM体操 8(木) お茶会 11(日) DAM体操 13(火) リズ美容室	15(木) カフェ南山 16(金) 歌謡コンサート 18(日) 19(月) DAM体操 21(水) 詩吟 25(日) DAM体操	26(月) 福理美 30(金) お誕生日食事会 ●毎食前口腔体操 ●第1・3映画鑑賞
鳴海	2(金) 花見 4(日) 歌謡 4(日) 5(月) 花見 7(水) 脳トレ 9(金) カレンダー作り 11(日) 筆の会 12(月) 訪問理美容	13(火) 落語 26(水) パズル 16(金) カラオケ 18(日) 絵手紙 20(火) ウェイオリン&ピアノ演奏会 22(木) マジック 23(金) 牛乳パックジェンカ	24(土) 脳トレ 26(月) カラオケ 27(火) 歌謡コンサート 28(水) お誕生日会 ●毎食前口腔体操●随時DAM体操 ●カラオケ・エルダー・ゆうゆう喫茶 ●工作あり
各務原	2(火) 脳トレ 2(火) カラオケ 4(日) めり絵 6(水) いきいき体操 7(木) S会13:00 8(月) ころぼん体操 10(水) カラオケ 11(日) テーブル遊び 11(日) カラオケ	12(月) 歌謡コンサート 13(火) リハビリ体操 16(金) カラオケ 16(金) カラオケ 18(日) トランプ 18(日) 訪問理美容 22(木) ころぼん体操 23(金) カラオケ	24(土) アレンジフラワー 25(日) 風船バレー 27(火) いきいき体操 28(水) お茶会 29(木) 脳トレ 30(金) カラオケ ●火急DANシステム ●木ころぼん体操・脳トレ
三好	1(木) ノーブル美容 4(日) 脳トレ 6(火) きれいや理美容 9(金) あさひが丘クリニック 10(土) 体重測定 11(日) 健康体操	13(火) ドッグセラピー 14(水) 整膚 19(月) 折り紙教室 20(火) 歌謡教室 21(水) 書の会 23(金) あさひが丘クリニック	24(土) 体重測定 25(日) お茶会 28(水) DAMレク ●毎食前口腔体操 ●随時入替ラジオ体操 ●ころぼん体操
藤が丘	4(日) DAM体操 7(水) 脳トレ 9(金) 喫茶 藤 12(月) お茶会 13(火) ドッグセラピー 14(水) 創作レク	16(金) 喫茶 藤 18(日) 藤の湯 19(月) ~24(土) 藤の湯 21(水) 脳トレ 22(木) お誕生日会 25(日) DAM体操	26(月) 歌謡コンサート 27(火) 28(水) 理美容 30(金) 喫茶 藤 ●毎食前口腔体操 ●毎週火・全曜健康体操
もとしお	1(木) カラオケ 3(土) 脳トレ 6(火) S会15:30・トランプ 7(水) カラオケ 12(月) ゲートボール 13(火) お花見会 15(木) 歌謡コンサート	16(金) カラオケ 19(月) もとしおキッチン 21(水) トランプ 24(土) プラバン 25(日) もとしおシアター 27(火) カレンダー作り	28(水) トランプ 29(木) カラオケ 30(金) 棒体操 ●毎食前口腔体操 ●毎週水・ころぼん体操 ●毎週木・ころぼん体操
小牧	1(月) 風船バレー 2(火) めり絵 5(金) 玉籠り 6(土) 習字 7(日) カラオケ 9(金) 歌謡コンサート 11(日) お誕生日会	12(月) 折り紙 15(木) カレンダー作り 16(金) 小牧温泉 19(月) 風船バレー 20(火) めり絵 21(水) 小牧カフェ 22(木) ボウリング	23(金) 折り紙 25(日) カレンダー作り 26(月) 小牧温泉 27(火) 風船バレー 29(木) 習字 30(金) カラオケ ●毎食前口腔体操●毎週土曜カラオケ
柳ヶ瀬	1(木) 設立記念日 2(金) ごぼう先生体操 5(月) 歌謡コンサート 6(火) 9(金) ごぼう先生体操 10(土) 柳ヶ瀬カフェ 12(月) 書の会 13(火) ごぼう先生体操	14(水) 足湯 16(金) ごぼう先生体操 19(月) ボンボン体操 20(火) 理美容 21(水) インドア 23(金) ごぼう先生体操 26(月) ボンボン体操	27(火) 工作 28(水) ボンボン体操 30(金) ごぼう先生体操 ●毎食前口腔体操 ●毎日エルダー体操
稲沢	2(金) 歌謡コンサート 4(日) 稲沢シネマ 7(日) スタッフレク 10(土) カラオケ 13(火) 整膚	14(水) スタッフレク 16(金) お誕生日会 18(日) お茶会 21(水) スタッフレク 25(日) 手作りおやつ	28(水) スタッフレク ●毎食前口腔体操 ●毎週日曜エルダー体操
岩倉	1(木) 歌謡コンサート 5(月) 魚釣りゲーム 6(火) 石川さんの体操教室 7(水) 脳トレ 8(木) ボウリング	10(土) お茶会 12(日) ~15(木) 壁面作り 16(金) 習字 20(火) 石川さんの体操教室 21(水) 旗揚げゲーム	22(木) 数字合わせゲーム 23(金) 競馬ゲーム 24(土) 玉入れ 28(水) ~30(金) カレンダー作り ●毎食前口腔体操●随時エルダー体操
鵜沼	1(木) 脳トレ 2(金) カラオケ 5(月) 体操 6(火) 雑沓カフェ 8(木) 脳トレゲーム 10(土) カラオケ 12(月) 体操	13(火) 外気浴 14(水) 雑沓カフェ 15(木) 生け花 16(金) カラオケ 17(土) ハンドケア 19(月) ラジオ体操 20(火) 外気浴 21(水) お誕生日会	22(木) 足湯 27(火) 外気浴 28(水) 雑沓カフェ 29(木) 脳トレ 30(金) カラオケ ●毎食前口腔体操 ●毎週水曜うぬまカフェ

ゆうゆう未来館



未来館ニュース vol.86

令和3年3月



ゆうゆう未来館鵜沼
創立1年 満室御礼申し上げます

人材サポート委員会 高木 清隆

平素は格別のご高配を賜り厚く御礼申し上げます。また、感染症予防にもご協力御礼申し上げます。令和3年度はスタッフのキャリアアップを目的に研修・OJTを厚くし、人材育成、成長を合言葉に全スタッフ前進して行きます。これからも御進言ご指導賜ります様に宜しくお願い致します。

介護サービス委員会 平林 武

(株)ジイトップ18期を迎えることが出来ました。ご利用者様、御家族様ならびに関係者の皆様、常日頃から温かいご支援、感謝申し上げます。誠にありがとうございます。このニュースが発行されている頃には、各施設でワクチン接種が行われていると思います。予防接種をしても、感染するリスクや症状の軽減になることだと思いますが、一刻も早い特効薬が望まれることが安心に繋がると思います。ジイトップ職員が皆、このコロナから何を学ぶかを大切に、今期も大きく人材成長と発展の年にしてまいります。

居宅介護支援事業所 ケアマネージャー 玉置 紀美子

終息がなかなか見えないコロナ禍、誰もが当たり前の生活が難しくなっています。感染防止の理由とした介護サービスの利用制限・短時間化・面会や訪問の自粛等々、また地域の集いの場・通いの場も自粛。このウィズコロナ時代においても尚、ケアマネジメント支援で地域の連携による生活の連続性と感染対策を行って、包括的・継続的支援に繋がっていきたくないと考え取り組んでいます。

スタッフリレー ゆうゆう未来館 稲沢 古市 陽

はい、ゆうゆう未来館稲沢の古市です。施設に配属され、もう7年になります。介護を始める前は、機械や電気の修理をしていました。人とのコミュニケーションをとることができない仕事がないかと思い介護の仕事しようと思った。認知症の方とのコミュニケーションのとり方で、悩むことも色々ありましたが、落ち込んでいると、ご利用者様の中に「どうしたの?」と優しく声をかけて下さる方もいて、「そのような人は、その人の気持ちに寄り添わないとね」と心配して下さる方も見えます。そして、子供の話をすると、「そうね、親になればそんなこともあるよ。頑張らないとね。あまり型にはまらないで力を抜いて」と言って下さったのもご利用者様でした。その時には見えないことも後になれば、良い思い出になることも解ってきました。これからも頑張ってみようと思います。また、どこかで会ったら、生き方の手土産ですが、気楽に声を掛けて下さい。次は、ゆうゆう未来館小牧の石田所長にバトンを渡します。



「あなたのことを忘れない」～東日本大震災10年に思う～

本稿が小生の初掲載。今後宜しくお付き合い下されば幸甚である。3月11日で東日本大震災から10年を迎えた。改めてお亡くなりになられた方々に哀悼の意を表し被災された皆様に心からのお見舞いとエールを送りたい。被災地の中で最も甚大な被害を受けた都市のひとつが岩手県陸前高田市。名古屋市とは友好都市である。小生は震災発生年から毎年現地を訪れて心ある市民の寄付を届け、復興状況を視察してきた。現地の方々は感謝とともに「私たちのことを忘れないで」との言葉を口にされる。東北の人は我慢強く控えめだ。「忘れないで」の一言に精一杯の思いが込められ胸に迫る。戸羽市長は「10年先という目くらむ。9年先を目指して復興計画を進める」と小生に語った。9年目の昨年夏、現地の方と語った際の笑顔に心の雪解けを感じた。歌謡曲「北国の春」の舞台上に春が訪れる。やっと10年、まだ10年。現地の人々のことを忘れずエールを送り続けたい。



名古屋市民議員
田辺 雄一様



正翔会クリニック
理事長
長尾 強志 先生

ドクターアドバイス

新型コロナウイルスが猛威を振るう中、限られた空間で過ごすことを余儀なくさせられ、皆様のストレスも大きくなっていると思います。このような環境のなか、快適に過ごすため、今回は幸せホルモン「セロトニン」の話をしたと思います。セロトニンは別名「幸せホルモン」と呼ばれリラックス、安心感、幸福感などをもたらすとされています。そのなんと90%が腸に存在するとされており、その分泌は太陽光が網膜に入ることによって開始されるとされています。



①太陽の光を浴びること

で、より良い1日を送ることができるのであれば皆さん試してみたいと思いませんか？

- ①については●晴れた朝、軽く散歩●日向ぼっこなど簡単に実践可能だと思います。
- ②腸の調子を整えるってどうすればいいの？たくさん質問を受けますが簡単に実践できる方法としては是非お勧めしたいのが「空腹時間を作る」ことです。空腹時間が長くなると、消化吸収する必要のない腸はゆっくりと休むことができます。またお腹が空くと通常の蠕動運動(腸の動き)の200倍の速さで起こる大蠕動が発生するためお通じも良くなることが多いです。定期的な夕食のみの断食や(あくまで無理はなさらず)、最近では睡眠を挟んだ16時間ダイエットなど様々な方法があるので一度試してみたいはいかがでしょうか？

2021年お正月料理 鳴海

元日の朝昼夜の食事をご紹介します！

朝 おせち

昼 お刺身

夜 ちらし寿司

鳴海の厨房さん

ゆうゆう未来館は、開設と共に迎春花で華やかに新年を迎えて頂いております。一部をご紹介します。

真永グループ 第9回 まごころ介護事例発表会 令和3年2月20日(土)

まごころ介護事例発表会を開催して9回目を迎えます。毎年2月に開催してありますが、昨年の第8回から新型コロナウイルス感染症でイベントを自粛させて頂いておりましたが開催したいというスタッフの熱い思いから本社と13事業所をリモートシステムを利用して昨年に続き開催することが出来ました。このケース発表会は、各事業所のケアチームが連携して行った支援やケアの改善を取り纏めて発表することで、知識や経験が共有できると同時に他のチームの参考となることを意図し、更にはケアへの継続的發展とスタッフの技術向上に繋がっております。



ZOOMを利用して リモートシステムにて 開催

春日井 Aチーム
宮原 信孝・丸山 幸子
のど給大好き(第2弾)

南山 Aチーム
岡崎 絹枝・小林 章子
「がんばったね」

鳴海 Bチーム
川瀬 正恵・湊 俊治
ねえ私何をしたらいいの？

各務原 Aチーム
林 定子・澤井 美樹
「ちょっと、おまはん！手伝わんかー」

岩倉 Aチーム
佐元 春樹・野田 裕二
～何が正しいことなのか～

もとしお Aチーム
屋代 啓子・水野 美紀・村瀬 美恵
頑固ばあさんの本当の笑顔が戻るまでの奮闘記

もとしお 2期生
チャンバユイ・レーミントゥアン
ベトナム2期生の紹介(技能実務研修生)

柳ヶ瀬 Aチーム
矢島 武美・須藤 歩
お嬢様と僕たちの奮闘記

小牧 Aチーム
宮本 一花・小西 由美子
私待～つわ～ いつまでも待～つわ～

稲沢 Aチーム
肥後 万里・有馬 徹
それがわからないんですよね

三好 Aチーム
山本 君代・知念 里美
「痛いところばかりだわ」

鵜沼 Aチーム
戸田 吉泰・梅水 かおり
「ありがとう、ありがとう」

藤が丘 Aチーム
福谷 一・鶴見 麻理
コロナ禍での入居

鳴海 Aチーム
川瀬 正恵・村松 敬介
「ダメな私」を脱却へ

もとしお Bチーム
初山 エバンジェリン・原田 恭宏
笑顔の花を咲かせましょう

柳ヶ瀬 Bチーム
須藤 歩・畑野 恵子
無限大の原点

居宅介護支援事業所 ジイトップ
寺西 真由美・田嶋 麻衣子
医療とサービス事業者をつなぐネットワークからの施設入居へ

高齢者住宅課
八木 恵一
「高齢者向け優良賃貸住宅」にお住まいの方との関わり