## 今月の行事食

#### 《桜ちらし寿司》



酢飯の上にたくさんの具材を乗せた綺麗な色をしているお寿 司で、見た目がとても華やかで縁起の良い具材をたくさん使っていることからひな祭りで食べるようになったといわれています。具材には縁起の良いえび(長生き)、華やかな彩りの錦糸卵などが使われています。

コロナ禍だからこそ行事食を通して楽しんでいただけたらと 思います。お肉、お魚、色の濃いお野菜など旬のものを取り 入れながらたくさん食べて元気に乗り切りましょう!

ケアハウス倉敷 管理栄養士 森田

### 3月 行事食予定

3日 ひな祭り 桜ちらし寿司 鰆の照り焼き たけのこの木の芽和え すまし汁 ひながし 寿司の日 握り寿司 かぶの帆立あんかけ 菜の花のおかか和え 赤出汁 桃ゼリー

誕生日会 豆ごはん 天ぷら盛り合わせ 春の煮物霞あん 春キャベツの菜種和え すまし汁 オレンジとチェリー 刺身の日 五目おこわ 刺身 炊き合わせ 白菜の梅肉和え すまし汁 いちごとキウイ

## 3月 行事予定

3日 ひな祭り会(OV 鷲羽・DS 倉敷・特養) 21 日 食事会(GH 倉敷)

11日 誕生日会 (DS 倉敷) 22日 誕生日会 (ケアハウス)

15日 誕生日会(里桜) 23日 誕生日会(OV 鷲羽)

16 日 誕生日会(亀山) 25 日 誕生日会(OV 倉敷)

17日 誕生日会(特養)

ボランティア活動ですが、2月の行事が中止となりましたのでご紹介のみとさせていただきます。 橘高 繁福様 犬飼 順子様(写真展示) 難波 文男様

## 音音会加一方层别



令和4年 3月号 No.95





いまだ出口の見えない日々が続いておりますが、お元気にお過ごしでしょうか。

現在全国で感染拡大の第 6 波に入り、岡山県だけでなく全国各地で過去最多となる感染者が出るなどこれまで経験のない規模の感染拡大となっています。

グループ内においては感染対策に全力を尽くしています。皆様の安心・安全を第一優先とし行っておりますが、たくさんの制限があり大変不自由をお掛けしていることを心苦しく思っております。それでもご協力して下さるご入居者様やご家族様、関係者の皆様に本当に感謝しております。私たち職員は皆様のために今できる支援に全力を注ぎ、小さな喜びや楽しみを見つけ大きな幸せに繋げる努力をしてまいります。

暗いニュースばかりではなく、明るいニュースもありました。冬季五輪が開催され日本のメダル獲得数が過去最多となる 18 個でした。同じ過去最多でも嬉しさが全く違いますね。また、ワクチン 3 回目の接種や飲み薬の開発が進みコロナ診療も新しい局面を迎えつつあり、明るい未来も見えてきました。

今は我慢の時ですが、心から笑顔になれる日は必ず訪れます。みんなで力を合わせて乗り越えていきましょう。

《プロフィール》

平成25年に入社し、オーシャンビュー倉敷へ配属となる。介護の現場を経験した後、デイサービス亀山で生活相談員として活躍し、その後特養くらしき、ケアハウス倉敷の相談員となる。令和2年10月からケアハウス倉敷の施設長となり能力を発揮している。現在は亀龍会空手道部の主将も務め、全日本優勝に向けてチームを引っ張っている。

発行: (有) 倉敷メディケート「亀龍会グループだより」事務局 平田 086-486-1100

# 特別意識等人加一山くらしき 活動できない日々が続いていますが、利用者の皆様、笑顔で過ごされ ています。引き続き感染対策を行いながら楽しく過ごしていただける よう職員一同つとめてまいりたいと思います。



コロナの影響で日本全体が大変な状況となっていますが、みなさま元気に生活されていま す。まだまだ先の見通しは立っていない状況ですが、ケアハウス一丸となって乗り越えて いきたいと思います!























## 地域密着型特別養護者人ホームくらしき里桜







2月1日に創立1周年を迎えました。まん延防止等重点措置発令の為創立祭を行うことが出来ませんで したが、お昼ご飯にはおし寿司や刺身などのごちそうを利用者の皆様に食べていただきました。制限の ある生活が続いていますがレクリエーションなどを行い、今後も楽しい時間を過ごしていただきたいと 思います。

#### 変異ウイルス・オミクロンが猛威を振るうなか、 私たちはどんなことに気をつけたらいいのか

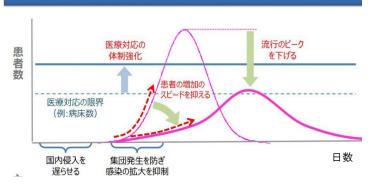
#### ワクチン接種には

①感染予防効果②発症予防効果③重症化予防効果 の3つの効果があります。

③の重症化予防効果についてはワクチン接種者の 方が非ワクチン接種者に比べて重症化が格段に少 ないことが分かっています。

人から人への流行を抑えるには他人との接触 を控える等基本的な対策が大切です。ですが 社会生活も営まないといけない為、人に会う 場合はマスクの着用と手洗いうがいも大切で す。また、細かい飛沫は空気中に漂い続ける 為換気もこまめに行いましょう。当たり前の ことに思えるかもしれませんが、当たり前の ことをきちんとやることが大事になります。

#### 新型コロナウイルス対策の目的(基本的な考え方)



特別養護老人ホーム倉敷 課長 藤原 幸子

#### 空手道部ニュース

感染症の急増もあり、稽古も十分に出来ていない状況です。それでも今年は空手道部創部 20 周年を迎え、今年こそは悲願の全日本実業団の優勝を目指して選手1人1人が自主練習に励ん でいます。この逆境を乗り越えれば、新たなる強さや精神的な成長が出来ると信じています。 みなさん本当に大変な時ではありますが、お互いに励まし合い支え合ってこの逆境を乗り越 え、楽しい未来を期待しましょう!

亀龍会空手道部主将 水杉 優太