

愛媛県の郷土料理
「みかん寿司」



今月の行事食



愛媛県南部の地域では希少であった米酢の代わりに酸味と香味が強い「みかん」や「かぼす」など柑橘果汁を使ってつくった郷土料理が「みかんずし」です。商品にならないみかんを使った「みかんご飯」がルーツともいわれており、お祝いの席やおもてなしに振る舞われています。愛媛県はみかん以外にも季節ごとにさまざまな柑橘がつけられていて、年間を通して料理に使用されて、みかんピラフやみかんの炊き込みご飯もあるそうです。

特別養護老人ホームくらしき 栄養士 久保 龍志

12月行事食予定

誕生日会

洋風ちらし寿司
ポテトサラダ
洋風茶碗蒸し
きのこスープ
いちご

郷土料理(愛媛県)

鯛のみかん寿司
芋炊き
おけんちゃ
キウイ

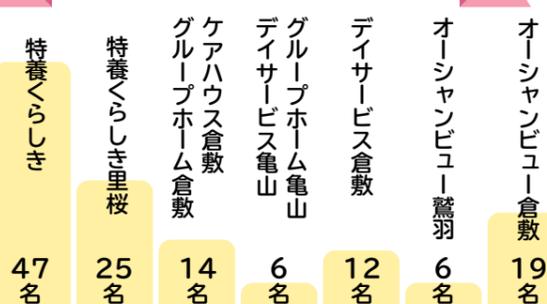
クリスマス

オムライス
エビフライ
マリネ
コンソメスープ
いちごのムース

年越し

年越しそば
いなり寿司
ほうれん草の
ごま酢和え
オレンジ

いつもありがとうございます



11月のボランティア様
合計 129名

R6.1月~11月のボランティア様
累計 673名

<内訳>

クラブ・レクリエーション 写真展示・絵画展示	31名
行事応援スタッフ	0名
演芸 (歌、踊り、演奏、マジック等)	58名
施設菜園 野菜作り	4回
交流会	36名

- | | |
|------------|----------------|
| アンクルンの会様 | 犬飼 順子様 |
| オカリーナたんぽぽ様 | 華扇会様 |
| 橘高 繁福様 | 倉藤 孝之様 |
| 見島 一子様 | コールヴェルデ様 |
| 滝本 洋三様 | トランペット井上様 |
| 難波 文男様 | 西田認定こども園様 |
| 日本のおどり菝流様 | 堀川 光男様 |
| 萬一座様 | 水間 正雄様 |
| 村上 明子様 | 安田 美都子様 (50音順) |

12月行事予定



- | | |
|------------------------|------------------------------|
| 2日 創立記念祭&誕生日会(亀山) | 25日 誕生日会&クリスマス会(オーシャンビュー-鷺羽) |
| 3日 演芸会(オーシャンビュー倉敷) | 26日 誕生日会&クリスマス会(里桜) |
| 20日 誕生日会(オーシャンビュー倉敷) | 27日 誕生日会&クリスマス会(デイサービス倉敷) |
| 誕生日会&クリスマス会&忘年会(ケアハウス) | 餅つき大会(オーシャンビュー-鷺羽・倉敷、里桜) |
| 24日 誕生日会&クリスマス会(特養) | 30日 餅つき大会(ケアハウス) |

亀龍会グループだより



令和6年
12月号 No.128

「ユニットケア」

特別養護老人ホームくらしき
部長 新田 由喜



今年も早いもので一年が終わろうとしています。空気が乾燥し気温が低くなる冬は、ウイルス性の感染症が流行します。今後も新型コロナウイルスは拡大と沈静を繰り返しながら続いていく可能性が高く、高齢者施設では感染状況に応じた対策が必要とされます。平常時から対策を実施するとともに、感染発生時には拡大防止のため、迅速な対応で守らなければなりません。一方で、いつまでも厳格な感染対策を続けていては、ご入居様やご家族の皆様にも多大なご負担をお掛けしてしまいます。介護現場では、どの制限を残し、どう対策を緩めていくのか検討していきたいと思っています。

さて、今年度はユニットケア管理者研修を受講させていただきました。ユニットケアの目的は「その人らしい暮らしの継続」です。ユニットが「暮らしの場」になるように、一人ひとりのご入居様の心身状況、生活習慣、個性等の理解を深め、これまで暮らしてこられたように、その人らしい生活を守り支え、豊かに暮らしていただけるよう支援していきたいと思っています。

本年も多くの人に支えられ、無事に年末を迎えることができました。来年もご入居者の皆様に、より一層、暖かく快適な環境を提供できるよう、努めてまいります。来年もよろしくお願いたします。

<<プロフィール>>

平成23年1月に亀龍会グループに入社。平成23年8月にオーシャンビュー倉敷に異動後、令和4年4月より特養くらしき里桜へ、令和6年3月より特養くらしきへ異動。看護師免許を保有し、グループの感染予防、医療面での責任者として精通。聞き上手ということもあり、ご利用者のみならず、職員からの信頼も厚い。特養くらしきでは部長として現場の最前線で、ご利用者の生活をサポートしている。

特別養護老人ホームくらしき



今月は誕生日会「萬一座様」、演芸会「コール・ヴェルデ様」、交流会「西田認定こども園様」と多くの行事があり、多くの方々に来園していただきました！皆様とお会いでき、こちらもたくさんの元気を頂くことができました♪皆様ありがとうございました！2024年も残りわずか！体調には気を付けて、いい年越しを迎えたいと思います。

ケアハウス倉敷



誕生日会の演芸はアンクルンの会の皆様にお越しいただきました。代表の井垣様をはじめメンバーの皆様の心地よい演奏で癒されました。またアンクルンの体験では誕生日会参加者全員が初めて触るアンクルンの楽器を楽しみながら合奏を行うことができました。

児島地区紅葉ツアーに行きました。山々の景色や由加神社の紅葉を楽しみ、オーシャンビュー鷺羽ではお好み焼きを頂きました。季節を五感で楽しみ、非常に良い時間を過ごせました。皆様終始、笑顔の様子が伺えました。



11月生まれの皆様
お誕生日おめでとうございます！
素敵な日々が続きますように。



12月から3月にかけてインフルエンザの流行シーズンです。
高熱や関節の痛みなどを伴い、人によっては重症化するおそれもあります。
流行を防ぐためには、原因となるウイルスを体内に侵入させないことや周囲にうつさないようにすることが重要です。
インフルエンザの感染を広げないため、一人ひとりが「かからない」「うつさない」対策を実践しましょう。

インフルエンザの感染を防ぐポイント
「手洗い」「マスク着用」「咳（せき）エチケット」

インフルエンザから身を守るためには

- ①正しい手洗い
- ②流行前のワクチン接種
- ③十分な休養とバランスのとれた栄養摂取
- ④適度な湿度を保つ（50%～60%）
- ⑤人混みや繁華街への外出を控える マスクを着用することは1つの防御策です。
- ⑥室内ではこまめに換気をする



亀龍会空手道部ニュース

亀龍会空手道部 水杉 優太



11月には近県空手道選手権大会、岡山県小中学生空手道選手権大会が開催されました。近県空手道選手権大会では、合計650名もの選手が出場し、白熱した大会となりました。亀龍会空手道部・亀龍園空手道教室からも多くの人賞者がおられ、全員の成長を感じられました。
今年も残り数試合となり、12月には日本一を決める国内最大の大会「全日本空手道選手権大会」が開催されます。亀龍会空手道部より5名の選手が出場します。亀龍会を代表し、精一杯頑張ってきます。

【大会結果】

『倉敷杯第62回近県空手道選手権大会』
一般男子団体組手 亀龍会空手道部 準優勝
小学生低学年組手 渡邊騰心 第5位

『岡山県小中学生空手道選手権大会』

小学1年生女子形 米澤花 第3位
小学3年生男子形 安野光 優勝
小学3年生男子形 清水奏佑 準優勝
小学4年生男子形 鷺野叶空 優勝
小学6年生女子形 甲元優羽 優勝
小学6年生女子形 渡邊心絆 第3位

小学3年生男子組手 大森湊斗 優勝
小学3年生男子組手 清水奏佑 第3位
小学5年生男子組手 藤村弦之介 第3位
小学6年生女子組手 渡邊心絆 優勝
小学6年生女子組手 越知結衣菜 第3位
中学1年生男子組手 藤村翔輝 第3位
※全国中学生選抜大会 出場決定

【大会予定】

【12月7日～8日 第52回全日本空手道選手権大会】

団体組手
岡山県代表 中村恭平、金本大奨 和歌山県代表 谷口暁理
個人形
東海地区代表 舟田葵 関東地区代表 大内美里沙

オーシャンビュー倉敷



今月は演芸会に奇楽会倉藤孝之様にお越しいただき、マジックを披露していただきました。次から次へと繰り出される超絶技巧のマジックに、皆きぎ付けになってしまいました！
倉藤様、ありがとうございました！

毎週木曜日の午前中は、栄養士さんの手作りスイーツで喫茶を楽しんでいただいています。

オーシャンビュー鷺羽・テイサービス鷺羽

誕生日会

今月の誕生日会は、オカリーナ・たんぼぼさまにお越しいただきました。
オカリナの音色に合わせてご利用者の皆さまが「ふるさと」や「川の流れるように」など懐かしい楽曲を歌いました。



サロン交流会

ぽかぽかサロン保育園・中山団地ふれあいサロンに参加してきました。大内選手・舟田選手と一緒に皆さん元気に体を動かしておられました。



現在鷺羽では花壇を元気にしよう！と様々な花を植えております。最近では春に向けてチューリップを植えました。水やり当番はご利用者様にもご協力いただいています。



特別養護老人ホームくらしき里桜



誕生日会

11月の誕生日会は、日本の踊り菫流の皆さまにお越しいただきました。艶やかな舞、最後の美鳳様による黒田節には、利用者様も拍手喝采でした。遠路はるばる新見からお越しいただき、ありがとうございました。

交流会

11/21西田認定こども園との交流会が行われました。可愛らしい歌や空手型に、利用者の皆さんも「かわいいなあ」と笑顔でご覧になっていました◎



グループホーム亀山



今月のお誕生会には華扇会様にお越しいただきました。民謡や踊りを披露して下さり、皆さん大変喜ばれ楽しんでいました。

季節の作品を上手に作られ、良い作品に仕上がりました。



皆さんでバレーボールを楽しめました。軽く汗をかくほど熱中し、心地よい運動が出来ました。

デイサービス倉敷



誕生日会

今月は「トランペット井上様」がお祝いに来て下さりました。様々な楽器を一人で演奏する一人吹奏楽団！ご利用者様も一緒にマラカス等を使って演奏して下さいました♪ゲストで職員も参戦して大変盛り上がった会となりました！

カラオケ大会

カラオケ大会では13名の方が日頃練習している曲を披露して下さいました！



大運動会

羽島恒例の冬の大運動会！玉入れ・応援合戦等様々な競技で紅組白組で競い合い、僅差で白組の勝利となりました！



グループホーム倉敷



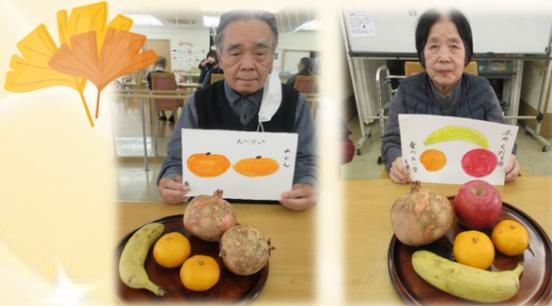
先月の終わりにハロウィンパーティーをしました。職員の仮装と手作りゲームで大変盛り上がりしました。おやつもかぼちゃを使った手作りのおやつを頂き、最高の一日でした。



紅葉ドライブで、総社の国分寺へ行きました。間近で見る五重塔は本当に素晴らしく、わあ〜っという声とともに見とれておられました。

お抹茶の日にたい焼きと、畑で取れたトウモロコシを頂きました。

デイサービス亀山



絵手紙

季節の野菜と果物を絵具を使って表現しました。皆さん、実物をよく見ながら描かれ、とても素敵な作品が完成しました！！とても美味しそうですね♪

ランチ♪お好み焼き・握り寿司♪

今月は皆さんで握り寿司とお好み焼きを楽しく美味しくいただきました！お好み焼きはボリューム満点で、皆さん完食です！！ぜひ次回のランチも楽しみにしててくださいね♪

