

# おもと



年の初めの三が日に、お正月行事を開催しました。おみくじ、福笑い、書初めを行い、飾り付けをしているホールを見て「お正月なのね」と実感して頂く事ができました。宇佐神宮の貼り絵の前では真剣な表情でお祈りをされ、福笑いで作り上げた福笑いを見て笑い声が飛び交ったり、書初めでは思い思い書きたいお正月らしい言葉を書かれたりと、有意義なお正月のひと時を過ごす事ができました。

## 入所 節分

♪鬼は～そと～  
♪福は～うちい～♪

有名な清月堂の虎まきを、美味しく頂きました☆

お寿司が大好き☆  
皆さん真剣に書かれていました  
2025年は「巳年」  
宇佐神宮の貼り絵の前でお参り&おみくじ♪♪

面白い福笑いが完成しました!

二月三日に入所で節分祭を行いました。鬼が二匹登場し、利用者様は「鬼は外」と言いながら豆に見立てた玉入れの玉を当てました。そして、福の神が登場すると「福の神はそばに居て欲しいわ」と手招きをして福を呼び込まれ、節分を楽しみました。おやつの中には、恵方巻きにちなんで清月堂の「虎まき」を食べました。



公式HPはこちら

## 和光園理念

笑顔あふれる、和みの空間へ  
目的 医療ケアと日常生活サービスを  
提供することによって、  
ご利用者様の自立を支援し  
家庭への復帰を目指す施設

## 節分

鬼と仲良く体操♪  
鬼は外♪福は内♪  
節分クイズ!  
節分の豆まきは一日のうちいつまいたらいいの?  
答え=夜  
温かい飲み物でほっと一息

## 居酒屋

通所リハビリ 乾杯!

102歳の笑顔  
技能実習生の民族舞踊  
爆笑のサザエさんダンス♪  
小原氏による演奏♪  
和光園の染太郎?  
演奏に感激!  
今年も健康を願って

一月十六日十八日居酒屋デイが開催されました。今年職員によるサザエさんダンス、ミヤンマーの技能実習生による民族舞踊等で盛り上がりました。十六日にはボランティアの小原氏による昭和歌謡の演奏を楽しみました。

令和七年二月に開催された第三十五回大分県老人保健施設大会で昨年和光園入所の高木介護福祉士が発表した「夫を亡くした妻の尊厳ある施設ケアを追求」が優秀演題賞に選ばれ、表彰されました。

学習療法から得た情報から、長く連れ添った奥様の旦那様への想いや愛が伝わりました。とても尊厳を考えさせられた事例でした。奥様が、今後の「残りの人生を前向きに生きていく」という強い意志が娘様たちとの会話で見える事も出来、今後の活気ある生活へ結びつくヒントを導き出す事ができました。とても学びある経験ができたと思います。今後も各部署連携を図り笑顔の花が満開になる学習支援を行なっていきます。



発表者の2人で記念写真を撮りました。



### 夫を亡くした妻の尊厳ある施設ケアを追求

お父さんに献杯

介護老人保健施設 和光園  
発表者：高木 宏伸(介護福祉士)  
協力者：入所職員・学習療法マスター

くもん学習療法だより

発行  
医療法人 信和会  
介護老人保健施設和光園  
企画・広報委員会

第76号  
令和7年3月

# 私のワークライフバランス(入所編)

家族が増えました。



昨年2月、我が家にアイドル(こむぎ)が来てからみんな夢中になっています。私の趣味は映画鑑賞と食べる事です。今ではこむぎとの過ごす時間が癒しにもなり、休みの日の散歩が楽しみになりました。

OKINAWA



甘えている?♡

るるパークに愛犬ココと

散歩中に咲いていたバラ



今年9歳になるオスのトイプードルです。子供が2人共大きいので可愛い孫みたいです。家から近いせいか休みの日の散歩に良く行くるるパークでの写真がおおく特にココアの時期は毎年行っています。

## 5Sコース

感染対策のポイント **5S!**

感染対策の観点から5S改善活動を行いました。

- ①手指消毒には開封日、使用期限を書いて管理しましょう。
- ②オムツなどの廃棄物は容器の**八分**目まで
- ③感染の恐れのある使用済オムツなどは容器いっぱい入れない。
- ④蓋のあるペダル式容器を使用。
- ⑤手洗い場周囲の整理整頓
- ⑥ペーパーはビニールより外しホルダーに収納
- ⑦手洗い場は清潔で乾燥された状態に保ちましょう。

## 排泄委員会より

### 排尿障害について

排尿障害の代表的な症状に頻尿、尿線の狭小化、尿失禁、尿意切迫感、残尿感があります。これらのうちもつとも多くみられるのが頻尿で、四十歳以上の日本人の約四千万人が夜間に排尿のために起きてしまう夜間頻尿があります。尿失禁においては特に女性に多いです。自立した日常生活を送るうえで、排泄コントロールは不可欠なものです。排泄の支援は、生活全般の支援にもつながります。

排泄でお困りの方は当院にご相談ください。

## 事務室より

### 面会の受付、洗濯物の受け渡しについて

和光園では現在、事前の予約制で面会を行っております。入所者様にとってご家族と過ごす時間は、その後のリハビリや生活に大きな励みになりますので、是非ご本人様へエールを送ってください。

原則、一ご家族当たり週一回、十分間の面会です。人数は二名程度でお願いしております。月曜日・金曜日は、十時～十一時の間を四ご家族で分け個別の面会、日曜日は十時からデイホールを利用して五ご家族同時の面会となっております。※土曜・祝日は実施しておりません。

予約は、希望日の前日までに、キーパーソンの方からの電話もしくは洗濯物受け渡しなど直接来所の際に受け付けておりますので、お気軽にお声かけください。

洗濯物の受け渡しにつきましては、午前八時～十時、午後十五時～十七時でお受けしております。ご理解、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

## 栄養課より

### 春の体調不良を予防するために、自律神経を整えましょう!

春は一日の寒暖差や生活環境の変化などにより自律神経が乱れやすく、体調を崩しやすい季節であるためバランスの良い食生活を心がけましょう。食事をすると消化のために副交感神経が優位になり、リラックスしやすくなるため、食事を摂ること自体が自律神経に良い影響を与えます。食事を抜くと交感神経が優位になり自律神経がみだれやすくなるため三食しっかり食事を摂りましょう。

自律神経の働きを整えるために効果が期待できる栄養素には、人参やうなぎに多いビタミンA、柑橘類やいちごに多いビタミンC、ナッツ類に多いビタミンE、乳製品、小魚に多いカルシウムなどがあります。毎日の食事に上手に取り入れ、季節の変わり目を乗り越えましょう。

### <医療法人 信和会 関連機関>

**和田病院**  
〒879-1131 大分県宇佐市大字出光165-1  
TEL 0978-37-2500 FAX 0978-37-2502

**介護老人保健施設 和光園**  
〒879-1131 大分県宇佐市大字出光195  
TEL 0978-37-3887 FAX 0978-37-0566

**和光園居宅介護支援事業所**  
〒879-1131 大分県宇佐市大字出光165-1  
TEL 0978-37-3880 FAX 0978-37-3882

**和光園訪問介護事業所**  
〒879-1131 大分県宇佐市大字出光189-1  
TEL 0978-37-2218 FAX 0978-37-2218

**住宅型 有料老人ホーム 和楽苑**  
〒879-1131 大分県宇佐市大字出光189-1  
TEL 0978-37-2218 FAX 0978-37-2218

**グループホーム みらい**  
〒879-1131 大分県宇佐市大字出光189-1  
TEL 0978-37-1180 FAX 0978-37-1185

## 編集後記

今年は、年に一度の寒波が数回襲来しました。水道の凍結や路面の積雪で、生活に支障がでたのではないかと恐れられます。こういった背景には、近年、温室効果ガスの排出での気候変動が話題となっています。解決の為に個人の取り組みでは、省エネ、ゴミの分別、リサイクルが主な活動となっています。私たち一人ひとりができる行動を見直し、自然と共存する未来を築いていきましょう。

## 投稿作品集

- リード持ち 散歩に出たが 犬忘れ 松子
- 一日は長くて 一年矢の如し なおこ
- 眼鏡かけ 眼鏡はどこだと 妻に訊き 正
- 老木は 枯れたふりして 新芽出し ユキ子