

# 栄心会施設 行事風景

ホームページに掲載中です(^\_^)

【ハートみらい】



《おやつレク》



【ライフ美術館】



《餅つき》

【ハートホーム矢吹】



《クリスマス会》

【サンライズ】



《芋煮会模擬店》



《クリスマス会》

【グリーンハート】



《おみくじ喫茶》



【マイハート希望】



《クリスマス会》

【デイサービス】



《買い物ツアー》



《おやつレク》



《蕎麦打ち》



【ライフハート安積】



《ネイルサロン》



《イベント食》

★各施設様々な行事を行っています！

職員一同、利用者様が楽しめる行事を企画しております。  
随時、行事風景はホームページに掲載しておりますので、  
ぜひ、ご覧ください。

## 《医療介護連携室からのお知らせ》

さかえ内科

検索

◎ホームページに介護施設空き情報・透析ベッド空き情報を掲載しております。

ご利用者様の生活の様子から職員募集情報まで、常に更新を心掛けていますので、是非ご覧ください。

現在、新規透析患者様受入れ可能です。詳細はお問い合わせください。

【お問合せ先】 さかえ医療介護連携室 TEL：024-942-7070

編集：広報担当 芳賀 喬 (事業本部)  
住所：〒963-8806 郡山市字下館野1-1  
さかえグリーンハート美術館通り内

TEL：024-942-7070  
FAX：024-956-5778

# さかえ通信

vol.41



## CONTENTS

P2 さかえハートみらい  
P3 さかえグリーンハート川口  
P4 さかえグリーンハート美術館通り  
P5 さかえライフハート美術館通り  
P6 さかえライフハート安積  
P7 さかえハートホーム矢吹

P 8 さかえサンライズハート  
P 9 さかえマイハート希望  
P10 さかえデイサービスセンター  
P11 さかえ居宅介護支援事業所  
さかえ内科クリニック  
P12 栄心会施設行事風景

発行：医療法人 栄心会 さかえ内科クリニック  
住所：〒963-8803 郡山市横塚2-15-6

TEL：024-941-2202  
FAX：024-941-2201



# さかえハートみらい

## ～クリスマスバイキング～

12月10日(月)に通所リハビリで、大イベントの『クリスマスバイキング』を開催しました。サンタとトナカイも加わり楽しい食事となりました。

クリスマスメニューで普段とは違った料理をたくさん召し上がり、一足早いお腹いっぱいクリスマスを過ごすことが出来ました。



## ～クリスマス会～



12月21日(金)各ユニットで『クリスマス会』が行われました。職員によるハンドベル演奏を聴き、皆様きれいな音色に魅了されました。サンタからクリスマスプレゼントをいただき、一足早いクリスマスを楽しみ過ごせました。

## ～餅つき大会～

正月気分もようやく抜け普段の生活に戻つつある中、さかえハートみらいでは、地域の方々にも協力して頂き「餅つき大会」を行いました。千本杵を使い餅つき唄の掛け声に合わせて、皆で楽しくつくことが出来ました。参加された地域の方やお客様の餅つきの手際の良さには圧倒されるばかりでした。



## ～書初め～

新年最初のレクリエーションとして「書き初め」を行いました。初めのうちは「字は下手だから」「手が震えるから」と気が進まない方も多かったのですが、お手本を見ながら、職員に手を添ってもらいながら、書き進めるうちに「もう一枚」「次は〇〇と書いてみるか」と筆が進んだようです。四季折々、伝統の行事も大切にしながら利用者様と楽しい時間を過ごしていきたいと思っております。



事業種目：介護老人保健施設・通所リハビリテーション  
住所：〒963-0551 郡山市喜久田町字遠北41

TEL：024-927-0222  
FAX：024-927-0227

# さかえ居宅介護支援事業所

## 郡山市の地域包括支援センターの愛称が『高齢者あんしんセンター』に決定

さかえ居宅介護支援事業所 末永 歩 (介護支援専門員)

地域包括支援センターは、2005(平成17)年6月の介護保険法改正に伴い創設され公的な相談機関です。介護・保健・福祉の面から総合的な相談、支援を行えるように、「主任介護支援専門員」「保健師」「社会福祉士」の専門職が配置されています。郡山市では、市内を17つの生活圏域に分け、圏域ごとに地域包括支援センターが設置されています。郡山市の地域包括支援センターを、高齢者支援の窓口として、より多くの方に知ってもらうため、親しみやすく、分かりやすい愛称を募集し、2018(平成30)年10月より『高齢者あんしんセンター』に決まりました。住み慣れた地域での生活を続けるうえで、困っている事や不安な事がございましたら、お気軽にお近くの高齢者あんしんセンターに相談してみたいでしょうか。



事業種目：居宅介護支援事業所 (ケアプラン作成)  
住所：〒963-8803 郡山市横塚2-18-8

TEL：024-941-2030  
FAX：024-943-2037

かかりつけ医として皆様の近くに

# さかえ内科クリニック

## 毎日摂りたい大切な栄養素！



さかえハートみらい  
村越 亜希 (管理栄養士)

新たな年を迎え、皆様いかがお過ごしでしょうか。まだまだ寒さが続いています。毎日の食生活に心を配るだけで、体の不調を改善することができます。適材適所に素材を使い、まんべんなく食べる工夫を行っていきましょう。

<b>免疫細胞を活性化：</b> 良質なたんぱく質は免疫細胞の必須栄養素	<b>風邪をひきにくくする：</b> 皮膚・粘膜を強くしてウイルスの侵入をブロック
<ul style="list-style-type: none"> <li>●ヨーグルト</li> <li>●バナナ</li> <li>●トマト</li> <li>●アーモンド</li> <li>●キャベツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●大豆</li> <li>●しょうが</li> <li>●ブロッコリー</li> <li>●キャベツ</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>●わかめ</li> <li>●紅茶</li> <li>●れんこん</li> <li>●セロリ</li> <li>●にんにく</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●長ねぎ</li> <li>●トマト</li> <li>●じゃが芋</li> <li>●人参</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>●納豆</li> <li>●卵</li> <li>●豚肉</li> <li>●魚</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ほうれん草</li> <li>●にら</li> <li>●みかん</li> <li>●練りからし</li> </ul>

<b>整腸作用を強化：</b> 腸内環境を整え、腸玉菌をサポート	<b>肌荒れを防ぐ：</b> 食物に含まれるビタミンは美肌に欠かせない	<b>花粉症の緩和：</b> 皮膚の粘膜強化と腸内環境を整える
<ul style="list-style-type: none"> <li>●乳製品</li> <li>●納豆</li> <li>●梅干し</li> <li>●寒天</li> <li>●こんにゃく</li> <li>●ひじき</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●りんご</li> <li>●バナナ</li> <li>●じゃが芋</li> <li>●人参</li> <li>●しょうが</li> <li>●アーモンド</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●大豆</li> <li>●しょうが</li> <li>●長ねぎ</li> <li>●トマト</li> <li>●キャベツ</li> <li>●じゃが芋</li> <li>●人参</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>●キウイフルーツ</li> <li>●りんご</li> <li>●みかん</li> <li>●レモン</li> <li>●オリーブ油</li> <li>●チーズ</li> <li>●削りかつお</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●トマト</li> <li>●玉ねぎ</li> <li>●青じそ</li> <li>●ハーブ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ヨーグルト</li> <li>●ごま</li> <li>●甜茶(てんちゃ)</li> <li>●緑茶</li> </ul>

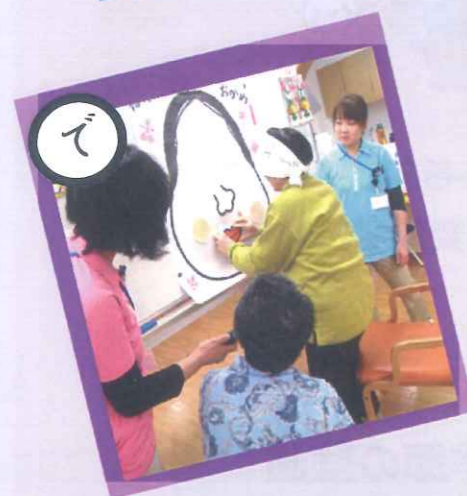
診療科目：内科・循環器内科・脳神経内科・消化器内科  
呼吸器科・アレルギー科・リハビリテーション科・人工透析内科  
住所：〒963-8803 郡山市横塚2-15-6

TEL：024-941-2202  
FAX：024-941-2201



# さかえデイサービスセンター

お正月あそび



デイサービスセンターでは、新年にあたり、いろいろなお正月遊びをいたしました。書初めでは皆さんの真剣な表情を、福笑いでは明るい笑顔を見ることができました。今年もご利用者の素敵な表情を見せて頂けるように職員一同頑張っていきます。



事業種目：デイサービス（通所介護）  
住所：〒963-8803 郡山市横塚2-18-7

TEL：024-943-1077  
FAX：024-943-1078

# さかえグリーンハート川口



クリスマス会  
ツリーと共に  
職員の演奏会を  
行いました



買い物ツアー  
近隣のショッピング  
センターへ♪  
カフェも立ち寄り  
ご満悦！

事業種目：介護付き有料老人ホーム（特定施設入居者生活介護）  
住所：〒333-0801 埼玉県川口市東川口5-9-16  
TEL：0120-30-9155  
FAX：048-271-9451



# さかえグリーンハート美術館通り

## クリスマス会



クリスマスソングを歌った後の玉入れリレーでは、白熱した勝負が繰り広げられました。ケーキとドーナツにご満悦の様子でした。

## おみくじ喫茶 大吉



大吉を引いて利用者様も大変喜ばれていました。また、無病息災を祈って獅子舞に邪気を食べてもらいました。「獅子が噛みつくと神が付く」とも言うようですね。今年も良い年でありますように。

## 団子刺し



無病息災と五穀豊穡の願いを込めて飾りつけを楽しめました。

## マグロ解体ショー



大きな大きなマグロの解体を目の前に皆さま興味津々のご様子でした。昼食はお刺身と握り寿司としてマグロを堪能されました。

## 行事食

### 天皇誕生



12月23日(日)  
・揚げ物二種 (鶏ささみ・かぼちゃ)  
・土佐酢和え  
・五目卵焼き  
・きのこごはん  
・清汁(みつば・花麩)

### 成人の日



1月14日(月)  
・エビカツと かぼちゃコロッケ  
・炊き合わせ  
・春菊としめじのごま和え  
・赤飯  
・花麩とみつばの清汁

# さかえマイハート希望

## クリスマス会



クリスマス ケーキバイキング

## お正月



ご祈祷と獅子舞

## 餅つき



マイハート希望で初めての餅つき 皆様も大変喜んでおられました。

## 季節のお食事



・おせち盛り合わせ  
・お雑煮  
・お赤飯

## 季節の壁画



季節に合わせた壁画(切り絵)を制作しています。



# さかえサンライズハート

## クリスマス会

12月16日(日)クリスマス会を行いました。  
昨年に引き続き今年も「みちのく桜の会」様  
に来て頂き、演目も盛りだくさんで...  
(時には、職員も参加)...沢山の笑顔が見  
られ楽しく時を過ごす事が出来ました。



## おもちつき

12月30日(日)サンライズ初の餅つきを行いました。  
昔、餅つきをした事が懐かしく思い出されていました。  
立派な鏡もちが出来ました。



# さかえライフハート美術館通り

## クリスマス会

12月12日に尚志幼稚園の園児との交流会(クリスマス会)を行  
ないました。園児たちの『白虎隊』の剣舞を楽しそうにご覧になり、ま  
た、スタッフの皆と一緒に『シングルベル』や『きよこの夜』をニコニコ  
しながら歌っていました。美味しいクリスマスのお昼を頂いた後、ス  
タッフが行なったロシアンルーレットや風船割りなども利用者様に楽  
しんでいただきました。



## 餅つき



12月28日(金)に、来年もまた一年幸せに暮らせるようお願いを込め  
て、ご利用者様ともちつきを行いました。臼を囲むように座っていただ  
き、スタッフと一緒に順番に杵や千本杵でご利用者様にもちつきをして  
いただきました。その後、楽しそうに鏡もちを作られ、お昼に、お雑煮やきな  
こもち、あんこもちなどのお正月メニューを召しあがっていただきました。

## 初詣

新年を迎え、一年の無事を願って、1月中旬から下旬にかけて、グ  
ループに分かれて高屋敷稲荷神社に参拝してまいりました。利用者  
様もお賽銭を入れ、真剣な表情で手を合わせ、おみくじを引いて、  
『無病息災』などをお願いしてまいりました。今年も皆様のご健康とご  
長寿をお祈りいたします！！





# さかえライフハート安積

## 紅葉狩り



紅葉を見に開成山公園に行ってきました。少し寒かったです、とても綺麗な紅葉を見てリフレッシュ出来ました。おやつに、ココスさんで美味しいスイーツを食べました。久しぶりの外出で楽しんで来ました。

## ネイルサロン体験



出張ネイルサロン体験では、好きな色とデザインを選び、プロのネイリストさんに、施術して頂きました。お洒落が大好きなご利用者様方なので喜んで頂きました。とても素敵です♡♡



## クリスマス会



12月のクリスマス会では、「ベルエポック」さんがバンド演奏に来て下さいました。演奏を聞いて一緒に歌ったり、くじ引きでプレゼントをGETしたり☆☆☆賑やかで楽しいクリスマス会でした。

# さかえハートホーム矢吹



12月20日『クリスマス会』を開催しました。職員による錯覚ダンスを鑑賞され「足上げて～♪がんばれー！」と声援をかけてくれるなど活気あふれる会となりました。この日は、クリスマスメニューやケーキを召上られました。



1月初旬・・・  
矢吹神社へ

初詣に出かけられました。「今年一年皆仲良く健康で元気に暮らせますよに・・・とお願いされてきたそうです。



1月15日毎年小正月の恒例行事としてだんごさし行事を行いました。ミズキの枝に飾りせんべいやだんごをさし今年一年の無病息災・五穀豊穡を願いながら飾りつけされました。

