

活動的な85歳をめざしましょう!!

できるだけ自立して、住み慣れた地域において、いくつになっても自分らしくいきいきと暮らし、「活動的な85歳」を目指すには「3つのポイント」があります。

ポイント・1 運動

下肢筋力(足・腰)のを鍛えましょう。



ポイント・2 栄養

食べる楽しみを重視し、特にタンパク質をしっかりとりましょう。



ポイント・3 口腔

口腔ケア・口腔リハビリを行い、口を元気にしましょう。



地域包括支援センターでは、「介護予防事業」と題し、運動教室や栄養改善教室などを開催しています。お気軽にご相談ください。

百塚地域包括支援センター

高齢者の皆さんの介護予防、消費生活などに関する相談に応じます。

担当：太田・中野・宮崎・吉野

☎ 433-8266

白光苑居宅介護支援事業所

介護保険制度(訪問介護、通所介護など)に関する相談に応じます。

担当：五社・平井・増井・内村・栗山

☎ 433-8301

行事予定

4月

上旬 花見ドライブ
13日 アコーディオン演奏
16日 花まつり

5月

7日 アコーディオン演奏
14日 法話会

6月

2日 桜谷保育園交流会(年長)
21日 法話会

ボランティア いつもありがとうございます

1, 2, 3月(順不同)

- ・ビハーク富山の皆様
- ・西野様(アコーディオン演奏)
- ・川倉様・瀬野浦様
- ・清水様・南様・中村様
- ・奥多様
- ・桜谷保育園の皆様
- ・藤井様、工藤様、長田様(民謡訪問)

平成22年度 施設実習受け入れ予定

- ・介護福祉士 介護実習(介護福祉士養成校)
- ・ホームヘルパー実習
- ・社会福祉士 現場実習(社会福祉士養成校)
- ・研修医・看護実習(富山赤十字病院・看護学校等)
- ・14歳の挑戦(市内中学校)
- ・サマーボランティア(富山市社会福祉協議会)

平成22年4,5,6月施設実習受け入れ予定

- ・4~6月 看護実習(いずみ高校)
- ・5月 介護福祉士 介護実習(富山福祉短大)
- ・6月 14歳の挑戦(和合中学校)

*利用者様の個人情報に関しましては、必要最低限の情報の利用とし、施設外部への漏えい防止の約束を取り交しの上、現場実習に入らせていただいております。実習生の受け入れについて、ご理解の程よろしくお願いたします。

白光苑だより

第49号

(福) 富山市桜谷福祉会
特別養護老人ホーム白光苑
白光苑デイサービスセンター
白光苑居宅介護支援事業所
百塚地域包括支援センター

平成22年 4月発行

うららかな春が巡ってまいりました。皆様には、お健やかに過ごしのこととおよろこび申し上げます。白光苑も新職員を数名迎え、全職員心を新たに、平成22年度を迎えました。

地域、そしてご利用者のご家族の皆様の支えがいかに大切で有難いかを、常々感謝致しております。これからも皆様のニーズを適切に把握し、選ばれる質の高いサービスを提供していくことに一層努力致します。その為には、サービスの直接の担い手である人材の育成が大切と思っております。それには、介護の知識・技術をさらに高め、心のケアにも対応出来る様「感謝する心」「謙虚な心」「共感する心」の”3Kの心”と苑の方針としている『手を添え・目を添え・心を添え』を大切に介護の道を精進してまいります。

皆様のご自愛を念じますと共に、今後とも、ご指導、ご支援をお願い致し、新年度のご挨拶とさせていただきます。



施設長 篁 恵子



民謡舞踊観賞

毎年恒例の《民謡舞踊披露》が2月2日に行われました。出演は、藤井さん、工藤さん、長田さんの3名様です。馴染み深い郷土の踊りに皆さん大変喜んでおられました。



おわら



コキリコ



日向ぼっこ



クレープ作り



出張寿司



デイサービス

交流

2010/02/04

桜谷保育園の園児の皆さんとの交流



贈り物を頂きました。

2010/01/26



お茶会



2010/01/28

恒例のお茶会に喫茶でーす♪



喫茶



2010/03/30



入所者たより

お茶をどうぞ

初釜



雛祭り



散し寿司ヶ一キ作り



桜餅作り



美味しく作るぞー