



高井の里だより

医療法人財団慈強会 介護老人保健施設高井の里
〒791-1111 松山市高井町 1203 番地
TEL : 089-975-7761 FAX : 089-976-5779
<http://www.jikyokai.or.jp/facility/takai/>

3階で勤務している看護師の大泉和美です。

富山県で生まれ18年、石川県で3年、栃木県で15年過ごし、夫の仕事関係で愛媛県に来て早28年経ちます。

雪が積もる北陸、風が冷たい栃木と比べなんと愛媛は住みやすいのでしょうか。たぶん終の棲家となるでしょう。

無我夢中で育てた4人の子供達もそれぞれ独立して(内3人が県外)自立しています。

現在の私は、ようやく自分のやりたい事、好きな事を自由にできる境遇にあります。(お金と時間の制限はありますが)

私が興味あるのは「城」(城巡り、城に関するTV鑑賞)歌も三橋美智也さんの古城が好きです。

最近、友達と丸亀城へツアーで行って来ました。

ちょうど「訪れた城20城目!!」にあたります。

大学で教鞭を執っていた方のガイドで、一般的な城に関しての豆知識や丸亀城ならではの話が聞けて、とても楽しい時間が過ごせました。訪城した20城の中で、私が一番好きな城は、愛知県にある犬山城です。日本最古の天守・国宝です。正面に見える唐破風の丸いカーブの窓がなんともかわいい城ですが、何人も城主の入れ替わり中、戦国を耐え抜いて残った強い城でもあります。

これから先行ってみたい城は、岐阜城・一乗谷城跡・丸岡城...とあるのですが、それらを通る一人旅をぼんやりと思い描いて空想にふける時間、それさえ楽しい時間です。

高井の里では、栃木在住時に8年間幼稚園教諭をしていた経験を活かして、クリスマス会でサンタやツリーになって踊ったり、豆まきでは赤鬼をやったり...と3階の皆さんの前で飛び跳ねています。



高井の里 節分 2025!



また、一昨年から入所者の方達のデッサン風似顔絵を描いています。描いた絵は各自の部屋前に飾り、退所される際にプレゼントしています。写真から描いていくのですが、描いているとその人の性格や辿ってこられた人生を感じられることができ、楽しいです。



昨年からは干支も描くようになり、竜と蛇を仕上げ、ロビーに展示してもらっています。12月初旬から、空き時間を利用して描き上げるのですが、出来上がった時は何ともいえない達成感を感じ幸せな気分になります。既に定年を過ぎている私です。あと何年働けるかわかりませんが体の動く限りここで働かせてもらおうと思っています。宜しくお願いします。



行事&クラブ予定

- 2月 4日 節分行事 (3F)
- 2月 13日 バレンタイン喫茶 (デイ)
- 2月 15日
- 2月 18日 習字クラブ
- 2月 20日 運動会 (2F)

※感染対策を行いながら実施しています。

皆さん、こんにちは！
今月の表紙は、高井の里キャラクター「ポボンくん」と「ピピンちゃん」です。
職員手作りの季節ごとの衣装を着て、デイケアの入口で皆様のお越しをお待ちしています。今は可愛い鬼の衣装です。
皆さまに素敵な福が訪れますように...♪

高井の里では季節に合わせて、館内を飾り付けしていますので、お越しの際には是非ご覧ください。



デイワ〜しん



「2025年」新年を迎え、2024年より準備を行い…利用者さんと職員で新年の願いや抱負を、絵馬に思い思い書きました。

「1月1日の歌」は、レクリエーションの時間に一緒に墨で書きあげました。

今年も1年利用者様が元気に高井の里へ来て頂けたらと、職員一同願っています！！



職員FILE No.284



あつたかいの里

高井の里2階に勤務しています渡辺久美子です。

明るく元気な私ですが、声が大きすぎるのが欠点かな？(笑)

お出掛けすることが大好きで、友人や母とドライブによく行っています。特に南予に行く事が多く、この間は、佐田岬まで行ってきました。

道中の景色が綺麗で風が気持ち良くて、気分転換には最高でしたよ！！帰りはお土産にじゃこ天を買って帰りました。南予のじゃこ天はやっぱり美味しいですね。

また「ここ行ってみて～」の場所があったら教えてくださいね。

習字クラブ



高井の里では講師の先生をお招きし、毎月習字クラブを開催しています。

先生のお手本を見ながら、一筆一筆に心を込めて書いていきます。

皆さんの真剣な表情、素敵です！！



ハビルのツボ



災害時の口腔ケアはどうするの？②（入れ歯がある方）

言語聴覚士の岡です。

1月号に引き続き、災害時の口腔ケア方法について、お伝えします。

今回は、入れ歯を使用する方に向けてです。

●入れ歯がある方



非常用

水が使えない時

- ①毎食後、もしくは少なくとも1日1回は外す。
- ②入れ歯洗浄シートやノンアルコールウエットティッシュ、ガーゼで汚れを取る。
- ③部分入れ歯は金具部分が複雑なため、歯ブラシや綿棒で細かな汚れを取る。
- ④保管方法
入れ歯専用ケースもしくは密閉出来る容器に入れる。
乾燥を避けるため、濡らしたガーゼや使い捨てのおしぼり等で包む。



使用出来る水はあるが、節約したい時

- ①入れ歯洗浄剤や食器洗い用中性洗剤を使用し、汚れを取る。
- ②部分入れ歯は金具部分が複雑なため、歯ブラシや綿棒で細かな汚れを取る。
- ③保管方法
入れ歯専用ケースもしくは密閉出来る容器に入れる。
入れ歯が浸かる程度まで水を入れるか、乾燥を避けるため、濡らしたガーゼや使い捨てのおしぼり等で包む。



能登半島地震から、早一年が経ちました。被災した方々の教訓を活かせるよう、今一度見直す機会にして頂けたらと思います。

(お写真及びお名前のご利用については、ご利用者様、ご家族様の許可を頂き掲載しています。)

2階



1月9日新年お楽しみ会の予定でしたが感染症予防対策として中止となってしまいました。

おやつプリンは予定通り提供させていただきましたが、みなさん「おいしい!」「かわいい!」と喜んでいただきました。

3階



今年の干支は巳年ということで、絵の得意な職員が今年も壁画を書いてくれました。虹色に輝く巳です。フロアの壁面に飾っています。

利用者の皆様も、今年もよろしくお祈りしますとお話されていました。