

# みやび野ホーム

## ホーム便り

No.77  
2020年 11月号

枯葉舞い散る季節となりました。肌寒い日が続きますが、みなさまお変わりありませんか？面会自粛期間が長く続き、大変ご心配をおかけしております。ほんの少しではあります。日々の様子をブログにて綴っております。『みやび野日記』で検索してください。

26日～30日は、コスモスドライブ週間でした！下見を重ね、1番良い時に見ていただけたのではないかと思っております。山を越えた瞬間に見える、一面のピンク色の絨毯は圧巻で「綺麗やな〜」「ええとこ連れてきてもらった〜」「帰って帰りたい♡」と喜ばれておりました。暖かかったので、車から降りても気持ちがよく、お土産にたくさん摘んで帰りましたよ。帰りは新舞子の海沿いを通り、キラキラした海に感激です。楽しい時間はあっという間で、一時間半のドライブを終え、帰ってまいりました。

### この山を越えればコスモス畑♪



### 非常食訓練

28日、1年に1度の非常食訓練を実施しました。みやび野ホームでは有事に備えて3日分の非常食を準備しているのですが、電気や水道が遮断されたと想定し、大きな混乱なく、安全に提供が出来ることそのものとなるので、そこに重点を置いた訓練となります。みなさんには調理場ユニットから離れていたいただき、二次災害を回避する等の工夫も行ってあります。今年で3回目となりますが、混乱を最小限に抑えられるようにと、歌を唄われるユニットもあり、すごく良い取り組みだと感じました。ご協力いただき、ありがとうございました。







10月12日より、オンライン面会が開始となりました。厚生労働省からは『面会制限指示』から『地域や各施設判断』と緩和傾向に変わってきております。やながせ福祉会としても、都度検討をしておりますが、姫路市の感染者が増加傾向にある事もあり、まだまだ解除できないのが現状です。そうした中でオンライン面会が始まり、たくさんのご家族様にご利用いただき、ありがとうございます。写真が動き出したかのような不思議な感覚ながらも、ご家族様と久しぶりにお会いし、お話しができる事に大変喜ばれております。直接お会いしていただくのが一番ですが、今まで会いに来るのが難しかった遠方のご家族様と顔を見てお話しが出来る、久しぶりに自宅の様子が見える、仏壇に手を合わせる事が出来る等のメリットもあり、すごく良い時間となっております。まだまだ、ご不便をおかけする事となりますが、オンライン面会も、是非ご利用ください。分からない方やスマホ等をお持ちでない方は、お越しいただければ対応できるので、お問い合わせください♪



## 祝 百寿!

大切なお誕生日をお祝いしていただく事が出来ず、申し訳ございません。この度、百歳を迎えられた方がおられ、姫路市と兵庫県からお祝いの胡蝶蘭や表彰状、記念品が届きました!いつも素敵な笑顔でお話ししてくださるお元氣な方です♪これからも、健やかに楽しい毎日を一緒に過ごしましょう。おめでとうございます。

## オンライン面会

### 11月の予定

- 11月 3日 (火) 習字教室
- 11月 5日 (木) 昔あそび教室
- 11月10日 (火) 散髪・ちぎり絵教室
- 11月11日 (水) 海鮮パーティー
- 11月12日 (木) カラオケ喫茶
- 11月17日 (火) 料理教室
- 11月19日 (木) 体操教室
- 11月24日 (火) 脳トレ教室
- 11月26日 (木) おりがみ教室



14日は『すき焼きパーティー』でした♡寒くなってきたという事もあり、事前告知の段階で「楽しみやな〜」大好物!と、ワクワクされておりました。目の前で鍋がぐつぐつし始めると「ええにおい♡」「すき焼きは贅品やで」とお話しされ、卵(温泉玉)につけながら食べられましたよ♪普段あまり食べられない方も食べていただけなのが、鍋料理のいいところで、食欲をそそる味のしゅんだめのうどんまでペロリと完食です!職員に「もうご飯食べたん?」「すき焼きはもうないで!」と笑われる、みなさんが素敵です。いつもお気遣いありがとうございます♪



## すき焼きパーティー

《発行元》 社会福祉法人 やながせ福祉会 大津みやび野ホーム

〒671-1146 姫路市大津区大津町一丁目31番111 電話：079-236-7760 担当者：松下由紀子

# 大津みやび野ホーム

## ショートステイ便り

No.44  
2020年 11月号

大津みやび野ホーム短期入所生活介護をいつもご利用いただき誠にありがとうございます。秋の夜長、皆様はいかがお過ごしでしょうか。感染対策にも注意しながら秋を楽しんでいきたいですね。

### 秋を満喫しています

#### ・料理教室

20日【第3火曜日】に料理教室を開催致しました。今回は「きゃあ餅」を作りました。『きゃあ』とは、丹後地方の方言で「こねる・練る」という意味で、『きゃあ餅』は主に但馬や丹後地方で良く食べられているサツマイモのおやつです。さつま芋を蒸し、潰し、小麦粉とはちみつを加えて混ぜ、丸め、ホットプレートで焼いたら出来上がり！と、大変お手軽簡単美味しいおやつでした。作業も分担でき、さつま芋の味も楽しめました。



#### ・防災食訓練

災害時の停電を想定し28日昼食時に防災食対応とさせて頂いていただきました。ご自宅でも備えをされている方も多くなっているのではないのでしょうか。



#### 11月行事予定

8日 ワックス掛け

10日 散髪(予定)

17日 料理教室

毎週火曜日15時頃～

パン・お菓子訪問販売

※ご希望の方は自費にて当日お支払いとさせていただきます。

・コスモスドライブ  
コスモス畑までドライブへ行ってきました。畑一面に満開のコスモスが咲いていましたね。ユニットにもコスモスが満開になっていましたよ。



### 身体のメンテナンス

皆様も一度はされたことのある『ラジオ体操』には様々な効果が期待されます。一日三回行うと一日分の運動量に値するとも言われています。

#### ・全身のあらゆる筋肉を使える

全身の約四百以上の筋肉を使うと言われていいます。動きは簡単ですが、普段の生活では動かさないさまざまな筋肉や関節を大きく動かさせます。

#### ・体の歪みを正す

ラジオ体操は左右均等に体を動かすように構成されています。それにより体の左右の筋肉のバランスが整い、歪みが取れ、良い姿勢を保てます。

#### ・内臓も活性化

体をひねったり、曲げたり、側面をぐっと伸ばしたりと、腹部の体幹を刺激する動きが多いので、胃腸をはじめとした内臓の働きが活発になります。血行が良くなり、身体の内側からのキレイにも期待ができます。

利用中も取り組んでいきたいと思っておりますので出来る範囲で参加してくださいね。

#### 《発行元》

社会福祉法人 やながせ福祉会

大津みやび野ホームショートステイ

担当：濱下 隆史