

# 大庭ヘルパーステーション



## 菜の花+タンパク質のお助けレシピ

材料:菜の花 2~3本(80g)、木綿豆腐 1/2丁

調味料A(すりごま、醤油、砂糖各小さじ1、塩少々)

作り方:①豆腐は600Wの電子レンジで2分加熱し、5分以上置く。出た水を捨て、キッチンペーパーで水気を拭き取ります。

②菜の花はたっぷりの湯でやわらかくなるまで茹でて水気を絞り、3cmほどの長さに切ってください。

③ボウルに①とAを入れ、つぶしながら混ぜ合わせ②を加えて和えます。作ってみてください。

## 在宅療養支援センターあんしん

### 春はメンタルの乱れに注意を!

春は、体と心にストレスを与えてしまい、メンタル面を支える自律神経も乱れがちとなります。過剰なストレスは、心身の健康に悪影響を及ぼします。

① 休養をとる ② 栄養バランスの良い食事をとる ③ 背伸びなどのストレッチをする等...日常生活の中で取り入れながら、元気に過ごしましょう!

## WEB面会実施中

現在、新型コロナウイルス感染防止のため入居者様との居室での面会をお断りしておりますが、パソコン・スマホがあればインターネットを利用して、WEB面会をすることができます。ご希望の方は電話またはメールでお問合せください。

【 0852-21-0897 [info@sf-keijinkai.or.jp](mailto:info@sf-keijinkai.or.jp) 】

\*スマホ・タブレット、又は、Webカメラ・マイク等を備えたパソコンが必要となります。

\*Zoomを利用しますので、専用機器や面倒な手続き等は不要です。



## ~ここに注目👁️~

4月25日に第93回アカデミー賞の授賞式が行われます。★作品賞最有力候補は米国の車上生活者の姿を描いた「ノマドランド」で、6部門にノミネートされ、中国出身の女性監督のクロエ・ジャオは監督賞でも最有力候補になっており、受賞すればアジア系女性初の快挙となります。★対抗馬はリー・アイザック・チョン監督のアメリカ韓国系移民の家族を描いた感動作「ミナリ」で同じく6部門にノミネートされ、助演女優賞では韓国人女優ユン・ヨジョンが本命となっています。★Netflixのベトナム反戦のために立ち上がった7人の男たちの衝撃の裁判を描く実話に基づく物語「シカゴ7裁判」が3番手の候補と見られています。★Netflix作品では他にも「Mank」が最多の10部門にノミネートされましたが、マイナー部門だけの受賞にとどまると予想されています。★主演男優賞は昨年43歳という若さで大腸がんで亡くなったチャドウィック・ボーズマンが遺作「マ・レイニーのブラックボトム」でノミネートされ、キャリアで最高の演技との評価で大本命となっています。

みんなの笑顔と元気のために!

# 敬仁会 NEWS

VOL. 47

2021年

4月発行



平素は社会福祉法人敬仁会に対し温かいご支援をいただき心より感謝申し上げます。また、新型コロナウイルス感染の影響を受けられた皆様に心よりお見舞い申し上げますとともに、最前線で対応されている全国の医療従事者の皆様に感謝申し上げます。

2021年4月に三年に一度の介護保険改正が行われます。今回の改正の柱は、①地域包括ケアシステムの推進、②自立支援・重度化防止の推進、③介護人材の確保・介護現場の革新、④制度の安定性・持続可能性の確保、⑤感染症や災害への対応強化、の五つとなっています。

自立支援・重度化防止の推進では、高齢者が社会の中で役割を持って活躍できるように健康寿命の延伸に繋げる。また、高齢者が体操などを通じて交流する「通いの場」へ足を運ぶことで、介護予防、認知症予防、QOL(生活の質)の向上が促され、結果として保険給付が抑えられることを狙っています。「通いの場」の類型化やポイント付与による参加促進、有償ボランティアの推進、医療専門職の効果的な関わりの強化などの仕組み作りを整備していきます。

また、最大の焦点だった利用者負担見直しに関しては、低所得入所者食費・居住費について、一部で月22,000円の負担増、「高額介護サービス費」については年収に応じて自己負担額の上限を最大で140,100円に引き上げることになっています。ただ、利用者負担の原則2割、要介護1・2の訪問介護、通所介護の地域支援事業への移行、ケアマネジメントの自己負担導入、介護保険料の負担年齢の30歳への引き下げなどは見送られました。

今回の改定は、介護報酬と診療報酬が同時に改定される2024年の次回改定に向けた道筋を付ける意味合いがあると思われます。2022年は団塊の世代が後期高齢者に突入する年であり、支え手不足により介護保険制度の財源がより圧迫されるとみられており、より一層の利用者負担増や保険料負担増、保険料負担年齢引下げなどが実施されるのではないのでしょうか。

さて、首都圏の緊急事態宣言は延長の未解除されましたが、他の主要国に比べ日本でのワクチン接種は大幅に遅れており、当面は新しい生活様式でコロナと共に暮らしていかなければなりません。東京オリンピック開催に向けて前のめりになっていないか、徹底した検査、感染拡大の防止と、本当に困っている部分に援助が届くような対策が望まれます。

引き続き皆様からのご指導、ご鞭撻とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

理事長 杉原 有

在宅療養支援センターあんしん  
ケアハウスやすらぎの里  
松江市生活支援ハウス  
大庭デイサービスセンター  
大庭ヘルパーステーション  
グループホーム太陽の里

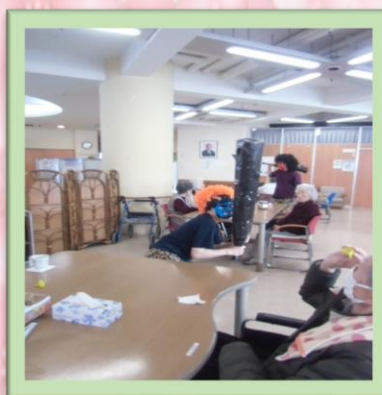


〒690-0035 島根県松江市佐草町2-2  
TEL:0852-21-0897(代表)  
E-mail:info@sf-keijinkai.or.jp  
http://www.sf-keijinkai.or.jp

太陽の里デイサービスセンター  
住宅型有料老人ホーム 太陽の里  
グループホーム本郷  
グループホーム東出雲  
東出雲デイサービスセンター  
法人事務局



# ケアハウス やすらぎの里



今年新型コロナウイルスの為、例年のように八重垣神社の初詣外出をすることが出来ませんでした。けれども、職員が作成したオリジナルやすらぎ神社を参拝し、おみくじを引き、初詣の気分を味わいました。

2月には節分があり、職員扮する赤鬼、青鬼が皆様の前に現れ、豆まきを行いました。迫力ある鬼達に皆さん力いっぱい豆まきを楽しんでおられました。

そして、毎月恒例のお茶会では季節の和菓子を抹茶、紅茶、コーヒーで召し上がり、皆様の会話もはずみ、大盛り上がりでした。



## 東出雲事業所

### 1月 お屠蘇会

年の始めはお屠蘇会で皆様、甘酒を召し上がられました。正月にまつわるクイズや歌を唄い正月らしい和やかな会となりました。

### 2月 節分祭

鬼に扮した職員が登場すると皆様、その姿、所作に大変喜んで下さいました。その後、豆まきの代わりに玉入れゲームを行いました。

### 3月 誕生日会

3月生まれの方の誕生日会を催しました。皆様で歌を唄いお祝いをしました。色紙やプレゼントをお渡しして記念の写真を撮りました。



# グループホーム本郷

1月

お正月は、まったりと福笑いをしたりゲームで遊び、新年会では職員の二人羽織で笑っていました♡



2月

節分祭では鬼を退治した後仲良しになり一緒に記念撮影会で盛り上がりました！



3月

ひな祭り会では、お抹茶と和菓子を堪能していただき、雛壇の前で、はいポーズ！で記念写真を全員で撮りました♡

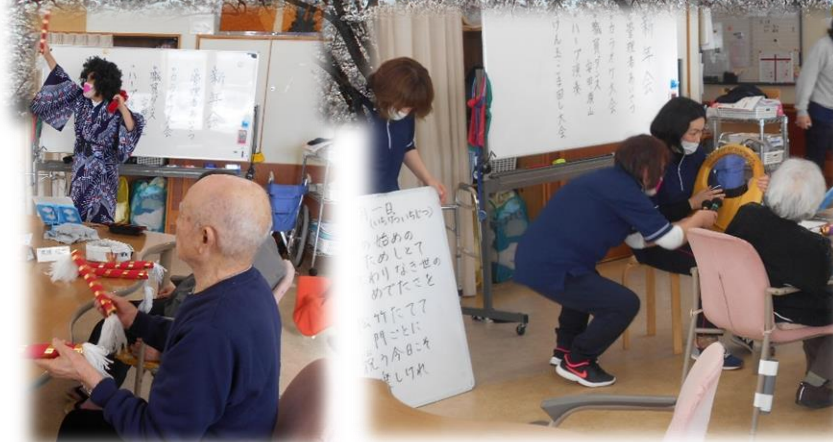


本郷の庭先に咲いた“春”の花々たちに癒されています♡♡♡



# 大庭デイサービスセンター

年の初めに新年会を行いました！



職員による出し物やハープの演奏が行われ、(#^\_^#) 普段あまり聴く機会のないハープに皆様、興味津々でした(^\_^)

みんなで節分の豆まきをしました

鬼や福の神がやってきました(\*´艸`)



鬼にしっかり豆を撒いて季節の変わり目の病気や厄災を追い払っていただきました(\*´ω´\*) 鬼を外に追いやった後にはしっかり福の神が利用者様に幸せを届けにやってまいりました☆ 今年も幸せに満ち溢れた良い一年になりますように！！

バレンタインにはチョコフォンデュ☆

お花見ドライブに行きました🚗

フルーツやお菓子をチョコにからめて食べるオシャレなおやつです(^\_^)



花見の季節！ 満開の桜を観に玉造温泉までドライブに行ってきました🌸 天気も晴天で最高のお花見日和でした♡



# 太陽の里デイサービスセンター

## 1月

1月は・・・『太陽の里書き初め展』が開かれました。最初は利用者の皆様は「う～ん」と遠慮されておりましたが、1人のご利用者様が書き始めると「あの人が頑張っているから」と徐々に皆様書き始められました。どの利用者様も納得のいく作品ができるまで時間を掛けて真剣に取り組まれていました。



### 書き初め

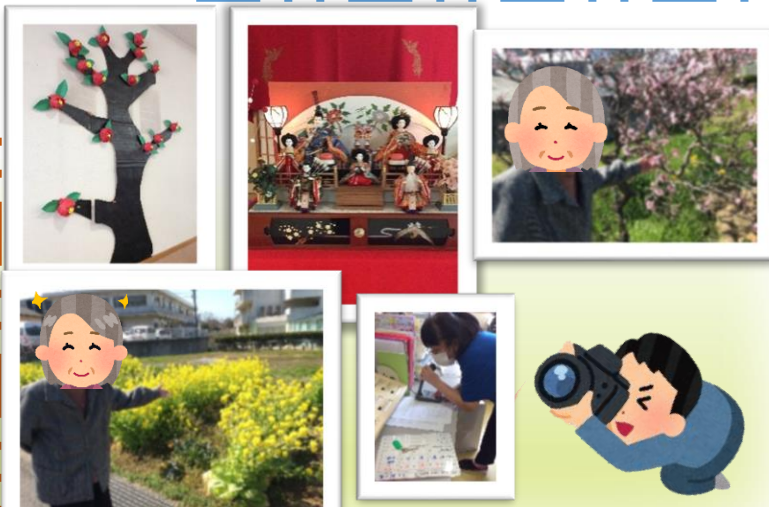
## 2月

2月は・・・『脱出マジック～職員が鬼になって太陽の里に現れた!!』を披露させていただきました。写真にある箱に職員が入り、しばらくすると鬼に変身といった内容です。他にも「濡れない新聞マジック」「新聞いくら破っても新品に戻るマジック」等、初めての試みでしたが、予想以上の大反響でした。「おおおお～」「わあ～」「はははは」と利用者様の笑いと明るい声をたくさん聞く事ができました。



## 3月

3月は・・・椿の木作品作り月間。ちょっとそこまで春のお散歩週間、防災訓練がありました。桜の開花が予想以上に早く、なかなか花見の計画を立てる事ができなかったため、4月に入ってから行こうと思います。お勧めのスポットがありましたら太陽までお知らせ下さい。4月は桜の木を柱を使って作成予定です。



# グループホーム太陽の里



## 1月



★1月★ 今年はコロナウイルス流行の為、初詣外出が出来ず太陽の里にて新年会を行いました。お一人ずつ抹茶を点て、美味しいお菓子と一緒に召し上がっていただきました。真剣な表情で抹茶を点てておられる皆様の姿は、とても素敵でした。今年1年健康に気を付けて、お元気にお過ごしいただけますように♪

## 2月



★2月★ 太陽の里に今年も鬼がやってきました。鬼が登場すると皆様は「鬼は外～！福は内～！」と言って豆を鬼に投げておられました。怖がっておられる方もいらっしゃいましたが、頑張って鬼を退治されました。無病息災も願いました。鬼退治の後はお茶会をして楽しい時間を過ごされました。

## 3月



★3月★ 今年もお雛祭り会を行いました。お雛様を飾って「綺麗だね～！」と言って眺めておられました。お雛様と写真撮影をした後に、甘酒と可愛い和菓子でお茶会をしました。「甘酒はやっぱり美味しいね～！」と言っておられ、素敵な雛祭り会になって良かったです。皆様の笑顔がとても素敵でした。