

桜の里だより

発行：社会福祉法人多摩養育園 特別養護老人ホーム桜の里 <https://www.momijinosato.net>
〒192-0005 東京都八王子市宮下町 355 TEL042-691-0074・FAX042-692-3592



桜の里外観

法人創立七十五周年 施設開設五十三周年

特別養護老人ホーム桜の里

施設長 内藤 昭彦

法人創立七十五周年を迎え、記念事業として進めてまいりました大規模改修工事がこの度終了し、建物が内外共に綺麗になりました。

また、令和四年四月一日より施設の名称を「多摩特養老人ホーム」から「桜の里」に改名いたしました。これは当施設の開設時に創設者が植樹した紅葉に囲まれた自然豊かな地、福祉の里の意味が込められております。

当施設開設五十三周年を生まれかわった建物と新しい名称で迎え、今まで以上に入居者様はもちろん、地域の皆様に愛される施設を目指していきます。

新型コロナウイルスの対応の為、ご家族や地域の皆様と実際にお会いしてお話しする機会が無くなってしまいましたが、面会方法や、介護予防研修などを行い、出来る限りの関わりを多く持てる様工夫を続け、一日も早く以前の様に施設に足を運んでいただき、綺麗になった「桜の里」で皆様の笑顔が見られる日を待ち望んでおります。

これからも「桜の里」をどうぞよろしくお願いたします。

花の里 活動報告

新年祝賀式



今年も元気に、にぎやかに新年がスタートしました！獅子舞をやっつけそうで

お花見会



今年は、桜の花を眺めながらのお花見会ができました！！
光明第七保育園の園児の和太鼓！今年の太鼓も大迫力。入居者様と聞きほれました。

大規模改修工事

令和3年9月より半年かけて施設建物の大規模改修工事が行われました。
改修工事個所のビフォーアフターをご紹介します。



ビフォー

アフター



行事予定

令和4年	
7月 9日	地域拠点なつまつり
9月19日	敬老祝賀式
12月23日	クリスマス会
令和5年	
1月 1日	元旦 新年祝賀式



栴の里情報発信
キャラクターヤスくん

専門職だより

「廃用症候群について」 リハビリ係



【 廃用症候群とは？ 】

廃用症候群とは、過度に安静にすることや、生活が不活発になったことで生じる諸機能の低下の総称です。この言葉は以前からありましたが、あまり一般的では無く、1997年の介護保険制度が開始した頃から徐々に普及してきました。

【 廃用症候群になってしまう原因 】

病気や痛みなどで安静にすると、徐々に表にある機能の低下が進みます。特にご年配の方は、基礎としてある機能が低下している場合が多く、短い安静期間で日常生活に影響する機能低下につながる恐れがあります。また諸機能の低下により、さらに生活が不活発になり、廃用が進むという「**廃用症候群の悪循環**」に陥りやすく、その繰り返いで「**寝たきり状態**」になってしまうことが問題視されています。

症状の種類として「運動機能」「循環機能」「精神機能」など、様々な機能に影響が考えられます。

【 対策 】

廃用症候群の悪循環に陥らないよう、以下のことを心がけましょう。

1. 身の回りのことは、無理のない範囲で、自分で行う。
2. 日中、寝ている時間を減らす。
3. 栄養をしっかり摂って、軽い運動を続ける。ただし、肥満や無理な運動は逆効果！
4. 定期的に外に出かける習慣をつくる。

ご家族等の介護をしている方も、これらのことに気をつけていただければと思います。ただし、介護をされている方は「過労」が心配なので、社会資源を利用するなどして、体を休めることや気晴らしを上手にしてください。

★SDGsの取り組み

取組から1年が経ち、施設の中だけでなく自宅でも様々な取り組みを行うようになりました。



マイ箸



代用食材利用



ペットボトルキャップ回収



電力節減

★地域福祉拠点

隣接する光明第七保育園との地域拠点名として、「光明桜」と命名されました。地域の皆様の活動の拠点として、また、福祉なんでも相談の活用も併せて、地域の皆様が気軽に集える場所となるよう努力してまいります。



職員紹介



介護職員 石村主任補

平成11年に多摩特養老人ホームに入職しその後、榎の里、光華でたくさんのごことを学び、14年ぶりに桜の里に戻ってきました。初心にかえり1からのスタートです。入居様が穏やかに過ごせるようにお手伝いさせていただきます。



生活相談員 池田主任

法人内の異動で養護老人ホーム榎の里から来ました。入居者の皆様に人生の最期まで幸せに暮らして頂けるように努めて参ります。宜しく願い致します。



お知らせ



★桜の里ホームページをリニューアルしました！



★LINEでつながろう! 公式LineQRコード



★多摩養育園フェイスブック フェイスブックQRコード



おともだち
になってね

編集後記

この数年コロナ対応のため、ご家族・地域の方と触れ合う機会がほとんどありませんでした。広報としてホームページやSNSを利用して施設での生活の様子を何とか知っていただけるよう発信してまいりました。

1日も早くコロナが収束し、実際にお会いして、お話しできる日を楽しみにしています。