

誠和荘だより

第148号
令和7年4月1日
発行

新年度のご挨拶

総括荘長 加藤 仁

春がやってきました。
 長く寒かった冬の影響で梅の開花が遅れた令和7年。3月に入ってからは、暖かい日が続き、桜の開花は例年通りでした。
 春になると花粉とともに、昨年を引き続き今年も誠和荘には、新型コロナの嵐が吹き荒れました。3月には、養護老人ホームで3人、特別養護老人ホームでは最大37人の入所者の感染が確認されました。隔離期間中に、容体や持病の悪化等があり、入院対応を取らせていただいた方もお見えになりますが、幸い3月20日頃には収束を迎えることができました。これも利用者やご家族の皆様のご協力があったの事。誠にありがとうございました。
 世間では、新型コロナに関しては、話題に上ることも少なくなりましたが、高齢者施設では、まだまだ慎重に対策を取っていく必要もあります。今年度も、相変わらず「ウィズコロナ」の対応に悩まされる1年とならざるをえません。
 皆様、よろしくお願いたします。

特養

よか正月



今年の正月も誠和荘神社を建てて初詣を行いました。
 皆様真剣にお祈りをして、おみくじで運試しをしました。獅子舞いで盛り上がりお正月気分を過ごせました。

今年も良い年でありますように！

節分会

「鬼は外福は内」と大きな掛け声で、鬼に扮した職員目掛けボールを力いっぱい投げていました。おやつに甘納豆を美味しく召し上がられていました。



ひな祭り

今年のひな祭り会はボール投げゲームを行いました。皆様高得点目指して良い運動になりました。昼食は華やかな散らしずしを召し上がりました。

養護

ぜんざい祭り

恒例のぜんざい祭りを行いました。つきたてのお餅を「美味しい美味しい」と喜ばれ、中にはお餅を5つも召し上げる方もおりました。



初詣

熱田神宮に初詣に行きました。バスに揺られること30分、車窓から眺める市内の景色に懐かしさを感じる方もいらっしゃいました。神宮内は歩行者用通路が整い高齢の方、車いすの方でも移動しやすくなっておりました。皆様お賽銭を投げ、おみくじを引き、お土産を買い、楽しめたご様子でした。



ひな祭り

午前中は喫茶を行い、珈琲と季節のプリンを召し上がり楽しまれました。
 午後からは久しぶりにカラオケ大会を行い、皆様自慢の歌声を披露されました。



節分会

年男年女の入所者様に豆まき役を担っていただき総括荘長、荘長と共に鬼を退治してもらいました。邪気（様々な災いの原因）が払え健やかな毎日が過ごせるようになると良いですね。



おもな行事予定

- 4月 花見
- 5月 五月まつり、春の運動会
- 6月 市老人ホーム輪投げ大会

行事食

特養

2月（節分）



巻き寿司 & 稲荷寿司

3月（ひな祭り）



海鮮ちらし寿司

1月（正月）



おせち

2月（節分）



巻き寿司

養護

3月（ひな祭り）



海鮮ちらし寿司

デイサービスセンター誠和荘



1月

1年最初の行事として1月6日(月)に「五平餅作り」を行い、できたての五平餅をおやつとして皆と一緒に食べました。2025年もご利用者様のお元気な姿や笑顔を見ることができ職員一同幸せな気持ちで新年を迎えることができました。今年もご利用者の皆さまに笑顔で過ごしていただけるようサービスの創意工夫を心がけてご利用者様のお手伝いをさせていただきたいと思っておりますので何卒宜しくお願い申し上げます。



2月

2月21日(金)今年もデイサービス内に設置した屋台にお寿司を並べてお寿司屋さんの雰囲気を楽しんでいただける「寿司バイキング」を開催いたしました。お品書きを片手に「次は何を食べようかしら」と、おかわりのネタを迷っておられる方や「とろたくがおいしかったわよ。それもおいしそうね」とお隣りとおすすめを伝えあっている方など皆さまそれぞれの楽しみ方でお腹いっぱいお寿司を堪能していただけたようです。



3月

3月18日(月)の防災訓練では南海トラフ地震にそなえて避難訓練を行いました。いざという時に冷静に行動できるよう今後も定期的に訓練を実施させていただきます。



デイサービス おもな行事予定

- 4月 カラオケ大会
- 5月 五月まつり
- 6月 ビンゴ大会



サロン誠和のご案内

3密を避け、事前申し込み・マスク着用で「サロン誠和」を楽しみましょう(^^)

▼健康体操(地域定員10名程度)

日時 4月17日(木)・5月22日(木)・6月19日(木) 午後1時30分～3時

▼民謡(地域定員5名程度)

日時 4月22日(火)・5月27日(火)・6月24日(火) 午後1時30分～3時

▼バラエティ(地域定員5名程度)

日時 5月8日(木) 輪投げ 午後1時30分～3時



※感染症の流行により中止・変更があります。開催日の前日までに事前の確認をお願いします。

特養栄養士による食コラム

春野菜とビタミンC

寒い冬が終わり、暖かく感じられる日も増えてきました。この時期に穫れる野菜の多くは、「春野菜」と呼ばれます。栄養が豊富に含まれる春野菜ですが、今回はその中でもビタミンCについてご紹介したいと思います。ビタミンCといえばレモン!と思われる方も多いと思いますが、実は春野菜にも多く含まれています。

【春野菜の代表例】
ほうれん草
春キャベツ
菜の花
新じゃが芋 など

ビタミンCの働きは大きく3つあります。

- ① **免疫力を高める**
粘膜を強くし、寒暖差などによる風邪症状の予防につながります。
- ② **肌の状態を整える**
メラニンが増えすぎるとシミや病気の原因になるといわれていますが、ビタミンCにはメラニン色素の沈着を防ぐ作用があります。
- ③ **ストレスへの抵抗力を高める**
イライラや不安、緊張、過労や睡眠不足につながるストレスに抵抗する働きには、ビタミンCが多く使われます。



ビタミンCは加熱に弱く、茹で調理では茹で汁に流れ出てしまうため調理方法は、「蒸し調理」「電子レンジ加熱」がオススメです。ビタミンCを余すところなく効率良く摂取し初夏に向け元気に過ごしていきましょう!

編集・発行 社会福祉法人八起社 老人ホーム誠和荘
〒468-0001 名古屋市天白区植田山2丁目101番地
☎ 052-781-2859 ホームページ//hakkiya.com

養護老人ホーム誠和荘
特別養護老人ホーム誠和荘
デイサービスセンター誠和荘
誠和荘居宅介護支援事業所
誠和荘短期入所生活介護事業所