

# ユートピア便り

No.38 新年号

あけまして  
おめでとうございます



謹賀新年



あけましておめでとうございます。輝かしい新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

元日から能登半島地震、2日に羽田空港事故。大災害・大事故があり、令和6年当初より悲痛な思いで報道を見ています。危機管理の大切さ、備えの大切さを痛感しています。BCP(事業継続計画)を急いで作成する必要があり、取り掛かっていきます。

佐賀県は、今秋にはSAGA国スポ・全障スポが開幕し熱戦が繰り広げられます。是非とも多くの競技を見学したいとワクワクしています。

令和6年の干支は「甲辰(きのえたつ)」。中国の歴史書『漢書(律曆志)』によれば、「辰」は「ふるう、ととのう」を意味し、陽気が動いて万物が振動し、草木もよく成長して形が整った状態を表します。活力旺盛になって大きく成長し、形ととのう年になるようです。皆様お一人おひとりの努力が実を結び、昇り龍のごとく大きく飛翔する年になりますよう祈念いたします。この新たな1年も、どうぞよろしく願い申し上げます。

施設長 古賀英一



# グループホーム

グループホームでは1ユニットに9名  
女性16名 男性2名 合計18名  
の皆様が共同生活をされています。

10月



食欲の秋 🍁  
青空の下のバーベキュー



きれいに撮ってよ〜



いい香り〜♪



11月



貼り絵製作♪



芸術の秋 🍁  
みんなでハイチーズ!!

いつも にぎやか〜



まーあだ  
あっとね〜



紅葉狩り



焼きいもは  
なかとね〜?



# グループホーム



## ★クリスマス会★



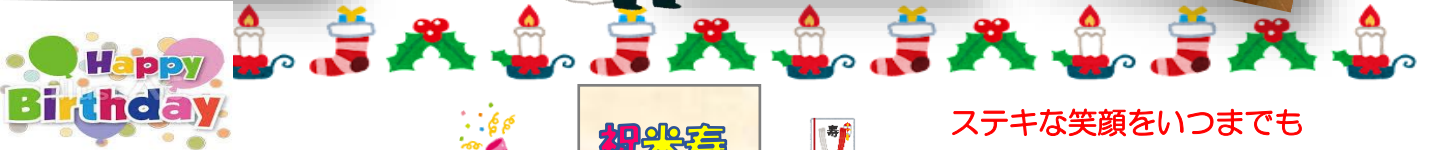
ケーキはお手製です♡



クジ引き ♪  
何が当たるかな～



サンタさ～ん



### 祝米寿

ステキな笑顔をいつまでも



昭和 10 年 11 月 6 日生れ  
植崎レイ子様 88 歳

米寿のお祝いに  
ご家族も駆けつけられ  
ランチでお祝いされました



昭和 10 年 10 月 5 日生れ  
藤本住江様 88 歳



昭和 11 年 12 月 15 日生れ  
前田フミエ様 87 歳



昭和 6 年 10 月 10 日生れ  
高添久子様 92 歳



大正 14 年 11 月 9 日生れ  
木下次子様 98 歳



# デイサービス

若木町にある川古の大楠を見にドライブに行きました。



紅組！！白組！！



選手宣誓！！

ユートピア運動会！他の利用者様と協力し合いながら運動会を楽しませていました。笑顔がたくさん見れてよかったです。パン食い競争で取ったパンをととても美味しそうに食べられていました。



この日は天気が良くとても喜ばれました。  
コスモスを見に近所の畑まで出かけました。



ボランティア喫茶「和み」に来て頂き、5種類の中から自分の好きなケーキを選び、「美味しい」と満足されました。



# デイサービス



書道大会！  
皆様、一所懸命に書か  
れていました。



干し柿作り。料理の経験が長いこともあって素晴らしい手際であったという間に終わってしまいました。



唐津市にある曳山  
展示場までドライ  
ブ。初めて来た  
と喜ばれ「きれい  
かね！」などの話  
が聞かれました。



大川小学校4年生が訪問され、ひ孫と同年代の子と交流をされて、皆様とても喜ばれていました。楽しい時間を過ごされ、笑顔いっぱいでした。





# デイサービス



お化粧品ボランティアの方が訪問され、皆様綺麗に化粧して頂きとても喜ばれていました。



ボランティアの方が訪問され、オカリナを演奏されました。利用者様は静かに聴かれ喜ばれていました。



月に2回ほど、カラオケボランティアの方が慰問され昔の曲を歌って頂き利用者様も口ずさんで楽しまれていました。



クリスマス会を開催しました。職員の出し物を見られとても喜ばれていました。





1月から入職されました  
はじめまして。武藤瞳と  
申します。  
介護職の経験を生かし  
おひとりおひとりに  
寄り添った支援をして  
いけたらと思います。  
よろしくお願い致します。

昨年中は、皆様大変お世話になりました。昨年はコロナウイルスが第5類になり、徐々に元の生活になっていくことが実感できる年であったと感じております。令和6年、私たち居宅ケアマネージャーは変わらず利用者様の声にしっかりと耳を傾けその方にあった寄り添えるような支援が出来たら考えております。1月からは新たな仲間が増えますのでご紹介が出来たらと思います。令和6年もユートピアを宜しくお願い致します。

## ホームヘルプ

新年明けましておめでとうございます。  
昨年は大変お世話になりました。今年もどうぞよろしくお願い致します。  
今回はこの時期に発生が増加する**ヒートショック**についてお話したいと思います。

### ヒートショックと

気温の変化によって血圧が上下し心臓や血管の疾患がおこる事を言います。

血圧の乱高下によって

- ・大動脈解離・不整脈
- ・心筋梗塞・脳梗塞

等が起こりやすくなります。



### 起こりやすい場所

最も起こりやすい場所は**浴室**です。脱衣所との温度差により起こりやすいと言われています。**トイレ**や**洗面所**など暖房器具設置されていない場合、暖房の部屋から移動時などに**室温が急激に下がる**と、ヒートショックが起こるリスクがあります。



### 予防と対策

#### ・部屋の寒暖差に気を付ける。

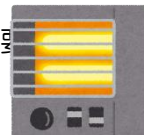
部屋の中で暖かい部屋と、浴室、脱衣所・洗面所・廊下の**寒暖差をなるべく少なくする**ことが必要です。入浴前には、暖房器具やお湯の蒸気などを利用して浴室や脱衣所を温めておきましょう。

#### ・食後や飲酒後すぐの入浴を控える。

食事や飲酒をすると血圧が下がります。その後すぐに入浴するとさらに血圧が下がり意識を失う危険性があります。

#### ・入浴時の注意点

過度な**長風呂はせず**、体を温めゆっくり立ち上がる事が大切です。立ちくらみが起こるような急な動きは控えましょう。



## おもちゃ図書館のご案内

- 場所 グループホームにて
- 日時 毎月第4土曜日  
午後14時～15時まで

1月27日  
2月24日  
3月23日



どなたでも気軽にお越しください



ユートピアのホームページが随時更新されています。ぜひご覧ください。

鶴丸会 ユートピア



右のQRコードでも  
当施設のHPが  
ご覧いただけます。



# なんでも福祉の みまもい隊



社会福祉法人 鶴丸会  
デイサービスセンターユートピア  
☎ 20-8008

伊万里市地域公益活動推進協議会

福祉のことならお任せ下さい、お話しお伺いいたします。

## 編集後記

新年あけましておめでとうございます。去年の5月から新型コロナウイルスが5類に移行され、ユートピアでは沢山のボランティアの方々に来て頂き利用者様はとて喜ばれています。沢山の笑顔を広報誌に掲載出来るととても感謝しています。今年は利用者様の笑顔が去年より多く見られるよう職員一同頑張ってまいりますので、本年も宜しくお願い致します。

ユートピア広報委員会一同より