

阿久比一期一会荘だより

令和 7 年 11 月号



〒470-2212

知多郡阿久比町大字卯坂字桜ヶ丘 195 番地

特別養護老人ホーム 阿久比一期一会荘

TEL : 0569-47-0205 FAX : 0569-47-0208



「笑顔」

ケアハウスあぐい 生活相談員 安藤詩子

先日、高校時代の友人から突然、手紙が届いた。普段はLINEでやりとりしているので、手紙が来るとは思わず驚いた。

封を開けてみると、「うたこ、元気にしてる？」と、昔と変わらない書き出しだった。

学生の頃は、まだ携帯電話がなかったので、大学進学で地元を離れてからは、手紙のやりとりが主だった。一人暮らしで辛い時も、ポストに友人からの手紙を見つけると、それだけで元気になれた。

友人は高校の頃から、いつも笑っていた。しんと雪が降る寒い朝、登校してくると冷え切った手を私の首に入れて、「うたこ、おはよ！」とおどけた顔で言うような子で、彼女の周りには毎日、笑いが絶えなかった。大人になってからは色々なことがあったようだが、いつ会っても変わらない笑顔でいる。私は、そんな彼女が大好きだ。

笑顔の効能を調べてみたら、

- ①ストレス解消（幸せホルモンの分泌を促進）
- ②自律神経の安定
- ③美容効果（しわ、しみ、顔のたるみの予防）
- ④脳の血流量増加
- ⑤免疫力の向上
- ⑥アンチエイジング効果
- ⑦人間関係の調和（笑顔は周りにも伝染する）



と、良いことがたくさんあった。毎日楽しいことばかりではありませんが、笑っていれば何とかなるのかもしれない。

さあ、今日も一日、笑顔でいこう。

特別養護老人ホーム



喫茶・ドライブ



コロナ対策の緩和に伴い、さっそく近所の喫茶店へお出かけしました。飲み物の上にソフトクリームが付いてくるなんて?! 目を丸くして驚いてみえました。好きなものを注文して、お茶しながらおしゃべりできるって楽しいですね。



お花クラブ



毎月、お花の先生をお招き、お花クラブを開催しています。季節の花に触れ、皆様それぞれに生けておられます。手がうまく動かないと言いつつも、やりだすと楽しんでみえました。



11月の予定

7日(金)2階 お花クラブ

9日(日)2階 家族交流会

13:30 開始(13:10-受付)

11日(火)2階 書道クラブ

コロナ予防接種

14日(金)ご馳走の日

16日(日)3階 家族交流会

13:45 開始(13:25-受付)

18日(火)コロナ・インフルエンザ予防接種

21日(金)移動理美容室

2階 お花クラブ

25日(火)2階 誕生会

27日(木)3階 誕生会



ハロウィン

ハロウィン用にフォトブースを用意しています。2階、3階共に、職員もご利用者様もイベントに向けて気持ちを高ぶらせています。





デイサービス



行楽の秋。長く厳しい暑さから解放された 9 月と 10 月に、外出を行いました。阿久比の秋の始まりにふさわしい彼岸花のドライブは、目的地までの道中も『あそこも咲いてるね』と、目を楽しませてくれました。



2 単位目は東海市の熊野神社まで足を延ばしました。境内に飾られたススキと大きなかぼちゃに驚かれ、大変喜ばれていました。手水舎には満月とウサギが描かれており、お月見の様子が素敵に演出されていました。



スタッフ紹介



パート職員 植田幸子

デイサービス 1 単位目で働くことになった植田幸子です。笑顔を大切に頑張ります。よろしくお願いします。

新しいスタッフが仲間入りしました。

デイサービスでは、子育て中からベテランまで、個性豊かなスタッフが活躍中です！下の欄に現在働いているスタッフからのコメントも載せました。

上の子が年長の時から働いています。休みやすく、働きやすいです。楽しく働いています！

パート職員
6 年目 40 代女性

『良かった探し』をテーマに、仕事を続けて早 20 年。以前と変わらず、楽しく通い続けています。

パート職員
21 年目 60 代女性



ケアハウス

芸術の秋



毎月、映画観賞会を行っています。映画の内容は、笑えるものから感動の名作まで様々。4～5 名くらいのご利用者様が参加され、コーヒーや紅茶を飲みながら、物語の世界に浸っていらっしゃいます。



8 月は『妖怪シェアハウス』、
9 月は『容疑者 X の献身』、
10 月は『大河への道』でした。

食欲の秋



大根、人参、えのき茸、油揚げ、こんにゃく、ごぼう、舞茸などなど、11 種類の具材を入れたお味噌汁をお出ししました。ひとつひとつの具材を大きく切ったので、食べ応え満点。

多くの方がお替りをされ、「お腹いっぱい～」と喜ばれていました。



スポーツの秋



やっと過ごしやすい気候になり、ウォーキングに出かけられるご利用者様が増えてきました。

ケアハウスに戻って来られると、「今日は〇〇の花が咲いとったよ。」「今日は涼しかったよ。」と、職員との会話も弾みます。

