

# みはらし

伊東市介護老人保健施設

新年号 2018年1月 発刊



## 謹んで新春のお慶びを申し上げます

旧年中はご家族、また地域の皆様には大変お世話になりました。

本年もみはらし職員一同で利用者さまの笑顔を引き出せるように一生懸命、支援させていただきたいと思いをします。

本年もよろしくお願ひ致します。



# みはらしのフロアから

今号では三が日のフロアの様子、冬支度、正月飾りをご紹介します。  
年が明けると、利用者様と一緒に作った壁画でフロアがぐっと華やかになります。  
みはらしにお越しの際は是非じっくりご鑑賞ください。

伊東かるた



神社



雪だるま



達磨



謹賀新年



書き初め



パンダ誕生



初詣



戌年





# リハビリ室からこんにちは



## お正月の準備 🎉

今年は戌年。寒い中でも元気なワンちゃん達の様に、この寒さを吹き飛ばしていきたいですね。

みはらしでは、師走前から、一部の利用者さまとポチポチお正月に向けて準備をしてきました。例えば年賀状。文章を書く事が困難な方も、塗り絵やスタンプを利用して製作します。

ご主人へ。奥さんへ。娘さんや息子さんへ。お嫁さんへ。なかなか素直に言えない「ありがとう。」の気持ちを込めて。

年賀状を作り始めると「もうそんな時期？」と皆さん口を揃えておっしゃいます。「数十年前はね. . .」と当時の忙しかった様子（餅つき、大掃除、お節作り、ミカンの収穫や旅館の仕事など）を聞かせてくださったり、「今はこうして、のんびりできるなんて、うれしいね」など話に花をさかせながら作業していました。



年賀状とその製作の様子

## ミニ門松の作り方 🎊

### <材料>

- ・ラップの芯・緑色のビニールテープ又は色紙・緑色の毛糸
- ・稲わらか生成りの毛糸・紙粘土（軽くない物）・金、赤、白の色紙

### <作り方>

- ①ラップなどの芯を斜めに切り、緑色の和紙や色紙、テープなどを貼り付けます。（切る時はのこぎりやカッターを使用。）
- ②重たい紙粘土で①の3本を組み合わせ土台とし、乾かします。
- ③稲わらで細い縄をないます。稲わらが無い場合は生成りの毛糸で鎖編みをしたものでも可。  
（通所リハビリで育てた「バケツ田んぼ」の稲わらで作りました。）
- ④②の下1/4程に縄（または鎖編みの毛糸）を巻きます。
- ⑤緑の毛糸でボンボンを5つ作り④の上に結び付けます。
- ⑥金色の扇や鶴を作り、飾ります。



卓上ミニ門松

## みはらしのリハビリ室って？

ご入所（短期入所含む）の方、通所リハビリ（日帰り）をご利用の方、すべての方々に  
対して、リハビリ専門職（理学療法士・作業療法士）による個別リハビリを提供しております。

一人ひとりの病気や障害に応じて、可能な限り柔軟な対応を心がけております。  
そのため要介護の方はもちろん、要支援の方にも個別リハビリを提供しております。



# みはらし句会 (通所リハビリ)

12月のテーマ

湯豆腐の 湯気握らんと 愛しき手 ひさ

湯豆腐の ほのかな湯気と 妻の顔 堯介

蒼天や 落ち葉夕陽の 花となり キミエ

季語：落葉・湯豆腐  
冬の訪れを感じさせる「落葉」  
寒い冬心も身体も温める「湯豆腐」

毎月第4木曜日、野口先生をお迎えし、通所リハビリ利用者様を中心に俳句教室を行っています。



## みはらし句会 野口清美先生

出身は長野県。その後神奈川県（横浜、茅ヶ崎）から伊豆へ。俳句を始めて30年ほど。現在市内の生涯学習活動等で5つの教室の指導をされています。

先生より

俳句は脳の活性化に良いだけでなく、気持ちの安定や生きがいに繋がっていきます。皆さんの姿を見てみると、私も元気が出て嬉しい気持ちになります。また宿題を出すことにより、ご自宅での生活に励みがでると思います。

主人が亡くなって落ち込んでいる時、俳句に救われポジティブになれました。俳句に限らず趣味は生きがいになりますね。これからも皆さんと一緒に学んで行きたいと思っています。



## 今後の予定

- 1月 イベント食 天ぷら実演
  - 1/31 クランチケア ※
  - 2/24 口腔ケア研修（地域の方対象）
  - 2/28 クランチケア ※
  - 3月 イベント食 握り寿司
  - 3/28 クランチケア ※
- ※移動美容室

## 編集後記

「1月は行っちゃう。2月は逃げちゃう。3月は去ってっちゃう。」今年度の残りの3ヶ月間を大切に過ごしていきます。年4回の発行を目標に頑張ってきた広報誌もようやく全季発行を達成する事が出来ました。皆様のご協力に感謝しております。今後も何卒宜しくお願い致します。

庭野

### お知らせ

- ・感染予防のためご面会の際は、うがい・手洗いの実施、マスクの着用を宜しくお願い致します。 感染委員会
- ・みはらしホームページより過去の広報誌が閲覧できるようになりました。ぜひご覧ください。

公益社団法人  
地域医療振興協会

伊東市介護老人保健施設みはらし サービス内容:入所・短期入所・通所リハビリ

〒414-0055 静岡県伊東市岡187番地 ☎:0557-37-3804 FAX:0557-37-6678 <http://ito-miharashi.jp/>

電話によるご相談は平日午前8:30～午後5:00まで受け付けております。

