

# 新年のごあいさつ

【施設長代理・事務長 大平 章博】

新年明けましておめでとうございます。

コロナ禍も徐々に落ち着き、遠くから子供や孫が帰省してきて、にぎやかに過ごされた方が多いと思いますが、寿寿-ことごと-にも元旦から多くの面会者様が来られました。

コロナ禍を経験して、今まで【当たり前】だと思っていたことができなくなり、改めて今までの生活が【お蔭様】と感じるとともに、「今を大切にしたい」という気持ちがより強くなりました。

介護現場では、学びや創意工夫からの提案、そして行動、その積み重ねが入居者様のケアの向上に繋がり、笑顔が引き出せると思っておりますので、今年も継続して行きたいと思えます。

また、昨年より施設長代理として施設運営をサポートして参りましたが、自分ひとりでは何もできないこと、周りの仲間のおかげだと強く感じた一年でした。本当に仲間には感謝感謝です。

2025年4月より寿寿-ことごと-内にて居宅介護支援事業所（ケアプランセンター-ことごと-）を開設予定でしたが、新しい仲間（機能訓練指導員）新規採用が決っておらず開設時期は未定ですが、それまでは引き続き施設長代理として精進して参ります。

今後も皆さまに愛される

「社会福祉法人リベルタ 介護付き有料老人ホーム寿寿-ことごと-」  
を築き上げていきたいと思っておりますので、本年もよろしくお願い申し上げます。

## HAPPY BIRTHDAY

### 12月お誕生日の皆様おめでとうございます！



正直様  
84歳



信子様  
92歳



勢津子様  
94歳



鶴子様  
91歳

# 寿寿たより 2025年1月号



今年も辛多き年ではありますが  
お祈り申し上げます

介護付き有料老人ホーム 寿寿-ことごと-  
編集責任者 米田 豊

# パステルアート



## クリスマス行事

職員が手作りしたワニワニバニョクであそんだり、トナカイの角をつけてクリスマスソングを歌ったりと、室内レクが多い年末年始でしたが、適度に楽しむことが出来ました！



12月はクリスマスのパステルアートでした！  
進めていく過程では少し不安そうな表情も見られましたが  
出来上がりを手に取ると笑顔で満足そうでしたよ(^)/  
次回の開催も楽しみにされていましたよ！



# 気をつけて欲しい 冬のお風呂事故！

お風呂の最中、頭が「くらくら」と感じたことはありませんか？入浴中に意識を失い、そのまま浴槽内で溺れて亡くなるという不慮の事故が増えています。特に65歳以上の高齢者の死亡事故が多く、毎年11月から4月にかけて多く発生しています。

## 入浴中におぼれる事故を防ぐには？

- ・入浴前に脱衣所や浴室を暖めておく
- ・湯温は41度以下、お湯につかる時間は10分までを目安にする
- ・浴槽から急に立ち上がらない
- ・食後すぐの入浴や、飲酒后、医薬品服用後の入浴は避ける
- ・お風呂に入る前に、同居する家族にひと声かける
- ・家族は入浴中の高齢者の動向に注意する

寿命では5分が目安です。  
希望があれば長くなったり短くなったりします。

入浴中には体に水圧がかかっています。その状態から急に立ち上がると体にかかっていた水圧がなくなり、圧迫されていた血管が一気に拡張し、脳に行く血液が減ることで脳が貧血のような状態になり、意識を失ってしまうことがあります。浴槽から立ち上がった時に、めまいや立ちくらみを起こしたことがあるかたは要注意です。浴槽から出るときは、手すりや浴槽のへりなどを使ってゆっくり立ち上がるようにしましょう。



「時間が長い」、「音が全くしない」、「突然大きな音がした」など何か異常を感じたらためらわずに声を掛けるようにしましょう。

## 1月の行事予定

# 初詣に行ってきます

1月15日は都島神社でどんど焼きが行われるので、今年も行ってきます！  
混雑の時期を避けてお参りしに行きましょう★

