



社会福祉法人 清水福祉会
特別養護老人ホーム 柏尾の里

〒424-0009 静岡市清水区柏尾387番地の2
Tel054-347-5261 / Fax054-347-5262
http://www.shimizufukushikai.com

せせらぎ

～介護が必要な方を応援します～
心と心のつながりを大切に

柏尾地区にお住まいの子供たちの作品です☆



毎年お日待ちには、子供達がお神輿を担いで施設を訪問して下さるのですが、今年は台風の影響で中止となってしまい残念に思っていたところ、子供たちが作った壁飾りを飾らせて頂けることになりました。ありがとうございます！



高部地域包括支援センター

～いつまでも元気で過ごすために～

「閉じこもり」を防ぐためにも地域参加を

「閉じこもり」とは、一日のほとんどを家の中や家の周辺で過ごすような、生活の活動範囲が非常に狭くなっている状態をいいます。閉じこもりは心身の衰弱を招き、介護にもつながる危険があります。

これまでの仕事などで得た知識や人生経験を生かせる場はたくさんあります。高部地区でもこの秋から「高部お助け隊（仮称）」がスタートします。チラシが全戸配布されましたので、ご覧になった方もいらっしゃるかもしれませんね。

「高部お助け隊（仮称）」に登録しましょう！

「高部お助け隊（仮称）」では、日常生活のちょっとした困りごとなどに対応して下さるボランティア（サポーター）を募集しています。資源回収を含むゴミ出し、電球交換、話し相手など3つの項目から立ち上げ予定です。助けられたり、助けたり、「お互いさま」と言い合える地域づくりのため、皆様のご登録をお待ちしております。

「興味があるけど、どうやって登録するの?」「こんなことを支援できるよ」などの相談は、高部包括支援センターまでどうぞ。



芸術の秋を楽しもう！ 柏尾の里ホームヘルパーです☆



さわやかな秋風が気持ちのよい季節になりました。私達ヘルパーが訪問するご利用者様には色々な趣味や特技を持っている方々がいます。そんな人達との出会いは、私達をほっこりとした気持ちにさせてくれます。

「60の手習いで始めたんだよ」ある人はそうつぶやきました。墨絵や油絵、習字に木彫りなど本格的な物から、ちょっとした時間で作ることができる折り紙や塗り絵、編み物など、自分の手作りの作品を大切に飾っています。作品とともに、そこにはその人の思いが込められていて、私達を笑顔にしてくれます。ご利用者様の作品を語る笑顔に触れると、私達ヘルパーも何かを作りたいという気持ちになり、「芸術の秋」の楽しみ方を見つけられそうでワクワクします。

訪問介護：自宅で生活を営むのに支障のある高齢者のお宅を訪ね、身体の介護や家事サービスを提供いたします。



居宅介護事業所 柏尾の里

日常生活の中で積極的に体を動かしましょう！

こんにちは！10月に入ってから徐々に気温も下がり朝夕はすっかり秋めいてきました。秋と言えば、現在ラグビーをはじめ、野球・バレーなど日本各地でスポーツが盛り上がり、連日テレビから離れられない日々が続いています。

さて、スポーツと言えば、皆さんは何か身体を動かすことをされていますか？私は慢性的な運動不足で、年齢とともに足腰の筋力低下も実感しております。筋力低下防止の為に何かしなくてはと常に思っていますが…

人間は、筋肉の約7割は下半身に集中していると言われています。足の筋力の低下・減少が、足腰の衰え、膝の痛みや転倒などにもつながっていきます。ただし筋力はいくつになっても鍛えられるそうです。実際80歳の現役ボディビルダーもいるとか！

普段、日常生活の中で体を動かす機会は減ってきていますが、ちょっとした日常生活動作の中で、体を動かす意識をしてみるのもいいかもしれません。

入所施設 ～長期入所・ショートステイ～

みなさんこんにちは、相談員の榎林です。夏の季節からだいぶ秋らしい陽気に
 移り変わってきましたが、まだまだ暑い日も多いですね。そんな初秋ですが、
 柏尾の里ではご利用者様にとって一大行事である敬老会を行ないました
 今年は101歳を迎える方や新たに100歳を迎える方を含め、13名のお祝
 い年の方をお祝いいたしました。これからも末永く元気に過ごしていただき
 たいです。また、柏尾の里のある高部地区で活動しております押切八幡太鼓保
 存会様にお越し頂き、太鼓の演奏やチンドン屋の披露で楽しませて頂きました。



夏の終わりに今年も流しそうめんを行ないました。今年も去年より長い竹を探
 したし、男性職員によって山から切り出してまいりました。長さは13.5m
 でした。外で食べる流しそうめんは格別のように、沢山食べられました。



長期入所：要介護の認定を受けている方で、自宅で介護を受けて生活するのが困難な方に入所していただき、生活をしていただく施設です。
 ショートステイ：短期間（数日～1週間程度）入所していただき入浴、食事、排泄等の介護や、レクリエーション等を行う施設です。

デイサービスセンター柏尾の里

夏も終わり、目に映る景色で秋を感じられる季節になりました。
 10月に入り恒例の大運動会が行われました。チーム代表の選手宣誓に始まり
 紅白に分かれたご利用者様と共に職員もはちまきをし「迷路玉落とし」「パン
 食い競争」「玉入れ」「物送り競争」の競技で熱戦が繰り広げられました。み
 んなの応援がデフロアに響きわたり、一体感を味わうことも楽しんでます。
 ご利用者様の持ち物などをお借りする職員の「借り物競争」では急な申し出に
 ビックリしながらも快く持ち物を貸して下さり、ご本人に出てきていただく場
 面では、ドキドキしながらも笑いに包まれた時間を過ごされていました。
 今後も皆様と元気に活動したく「秋の買い物ツアー」「紅葉」「秋の花鑑賞」
 等、機能訓練をかねた外出を計画中です。
 お問い合わせ、ご見学、随時受け付けています。どうぞ、お気軽にお立ち寄り
 下さい。お待ちしております。



デイサービス：日帰りでご利用頂くサービスです。ご自宅まで送迎いたします。入浴や食事、機能訓練などを行います。