

# あけぼの通信

## 今後の予定

10月	11月	12月
<ul style="list-style-type: none"> <li>・あみの夢こども園との交流</li> <li>・おやつ作り</li> <li>・ミニ運動会</li> <li>・地域清掃活動(奥大野地区)</li> <li>・職員研修(報連相)</li> <li>・避難訓練</li> <li>・安全衛生の巡視</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・収穫祭</li> <li>・おやつ作り</li> <li>・地域清掃活動(下常吉区)</li> <li>・運営推進会議</li> <li>・職員健康診断</li> <li>・職員ストレッチ</li> <li>・職員研修(感染症)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・クリスマス会</li> <li>・大掃除</li> <li>・正月飾り</li> <li>・安全衛生の巡視</li> </ul>
1月	2月	3月
<ul style="list-style-type: none"> <li>・新年を祝う会</li> <li>・書初め/正月遊び</li> <li>・どんど焼き</li> <li>・ぜんざい振舞い</li> <li>・職員研修(事故防止)</li> <li>・運営推進会議</li> <li>・あけぼの通信発行</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・節分</li> <li>・おやつ作り</li> <li>・安全衛生の巡視</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ひなまつり</li> <li>・おやつ作り</li> <li>・職員研修(介護技術)</li> <li>・運営推進会議</li> <li>・職員面談</li> </ul>

### Information～あけぼの通信について

あけぼの通信はご利用者のご家族、地域をつなぐ為のツールとして今後定期的に発行して参ります。次回は年明けに予定しております。

### 編集後記

酷暑の夏が過ぎ、ようやく秋らしい風がス〜っと山から下りてくるようになりました。バテ気味だった胃袋が、食欲の秋に活躍してくれるでしょう！

6年以上前まで【あけぼの荘通信】として広報誌を作成していたと先輩職員より聞き、昨年より「何とか地域へ発信する為に再開したい！！」と計画しておりました。「パソコン苦手！」「センスが無いもん！！」など、広報部長を指名しようにもなかなかでした…

当面管理者松本が広報部長として発行責任者として頑張ります！！

あけぼの荘とご利用者/ご家族/地域の方々との架け橋になりますように★

ごあいさつ～「暑さ寒さも彼岸まで!？」～

毎年9月のこの時期には、道端のあちこちに真っ赤な彼岸花が咲き出しますが今年あまり見かけません。新聞のコラム欄によると気温が20℃位の日が続きと咲き出すそうです。

「昨日はお彼岸だったので、嫁さんが「ぼた餅好きだで持ってきたで食べてえと言うとくれたんだで」と、あるご利用者が嬉しそうに話しておられるのを見掛けました。

近年、人間関係が希薄になったと感じるこの頃ですが、ご家族のなかでちょっとした気遣いがお互いの心を温かくします。

我々福祉の専門機関は介護だけでなく、ご利用者のご家族、地域の絆を結ぶお手伝いが出来れば幸いです。

施設長 岡本友子

あんたも食べな

夏はやっぱりソウメン!



♪あんこときなこにお化粧して



キメ顔!!



鹿のエサになったトマトの苗植え

ケアマネの豆知識♪♪♪ワハハ!で幸せ 認知症予防♪♪♪

最近【大笑い】したことはありますか？

実は認知症予防や進行を緩やかにする方法のひとつに「笑う」事も含まれているのです。(認知症の種類等によって異なる場合があります)

「なんも楽しいことどもあらんわな・・・」

松本も日々忙しい毎日でそんなに笑える事が無いのは確かですが(汗)

笑うきっかけが無いという方に是非おすすめ!!

元プロレスラーのアニマル浜口さんが「わーはっはっはっはっは!」と豪快に笑っておられるのをテレビで見掛けますが、実は特に面白い事が無くても「ワハハ」と声に出すだけで、人間の脳はうまく騙されてくれるのです。

「あれ?私いま楽しくて笑ってる」と脳に信号が届き、幸せホルモンの「エンドルフィン」が分泌されます。恥ずかしくて声が出せない方は口角を上げるのも良いです。

【笑う門には福来たる】です!



これからも  
ずっと  
お元気!



←管理者とケアマネをしています  
松本章子(まつもとゆきこ)と申します  
与謝野町から通っています  
猫と芋焼酎が大好きです(笑)  
福祉職は16年ですがまだまだ勉強中です!  
どうぞ宜しくお願いいたします

## ● ● ● ● ● 職員紹介 ● ● ● ● ●

ケアマネをしています

森内尚代(もりうちひさよ)と申します →

大宮町から通っています

私も猫が好きで食べる事も大好きです(笑)

ご利用者の笑顔が沢山増えていくような支援を行っていきたく思います!宜しくお願いします



←4月からあけぼの荘でケアマネをしています  
河嶋陽子(かわしまようこ)と申します  
与謝野町から通っています  
畑仕事や園芸、自然が大好きです  
福祉職は40年以上ですが京丹後についてはわからない事だらけです  
どうぞお気軽にお声掛け下さい!



今後も順次職員紹介をして参ります