

YOU—MEえがお

発行日：令和8年1・2月
編集：ロイヒ・チャウ・テイエン

2026



さんしょう挨拶

いつも「YOU&MEえがお」をご愛読いただき、ありがとうございます。
「YOU&MEえがお」は昨年6月より発行を開始し、外国人スタッフ3名を中心に作成しております。ご利用者さんの笑顔や、季節の行事、日々の出来事を共有できる場になれば嬉しく思います。
今年も、この新聞を通して、さんしょうの温かい日常をお届けできれば幸いです。

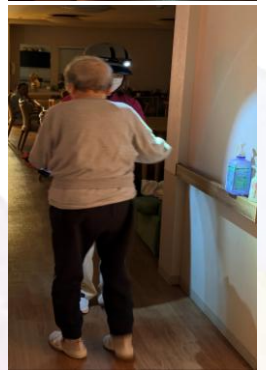
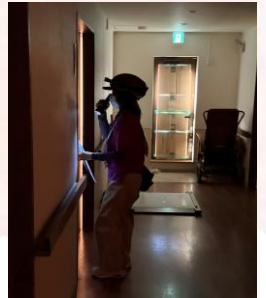
ロイヒ・チャウ・テイエン

防災訓練

1月26日防災訓練を実施しました。今回は、夜間に震度6の地震が起こったことを想定し訓練しました。現在、夜勤の職員は1名体制のため、1人で初期対応ができるよう本番さながらの訓練を行いました。

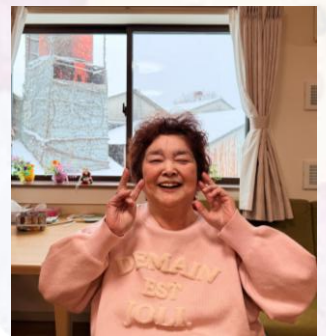
地震が起こった際、まずは自らの安全確保を最優先にし、揺れが落ち着いてから、管理者へ連絡、施設内にいるご利用者さん全員の安否を確認、安全な場所に避難誘導しました。このようにいざという時に「自信」を持って動けるよう、実践的な訓練を徹底しています。

訓練後、参加して頂いたご利用者さんからも「こうしたら？」等、当事者意識を持って取り組んでいただき、とても実りのある訓練でした。



初雪の風景

2月8日（日曜日）今年初の雪が降りました。屋根や木の枝が、まるでわた菓子のような薄い白い雪に覆われました。空気は澄み渡り、思いっきり息を吸うと肺がキーンと冷え一気に目が覚めました。利用者さんも雪を見てとても喜んでおられました。



雪の中来所して
くださったご利用者さん

こんなことして過ごしています

今回は来所直後の過ごし方をご紹介します。
来所されたご利用者さんは、手洗い後、バイタチェックを行います。その際、何気ない会話を交わすことで体調観察を行います。その後、それぞれお好きな飲み物を飲みながら新聞を読んだり、他のご利用者さんと楽しくお話をされています。また時間があるときは洗濯物たたみをしていただいています。毎日山のように積まれたタオルや衣類を手際よく丁寧に畳んでくださっています。このような指先の運動は脳の活性化に役立つと言われてています。

手作り風景

2月14日はバレンタインデー🍫
さんしょうでは15日にチョコレートフォンデュを作りました。溶けたチョコレートソースにバナナ・イチゴ・鈴カステラ・バウムクーヘンを付けて食べました。「おいしい～」とみんな大喜び！

節分について

節分とは毎年2月3日頃におこなわれる年中行事。

「一年間健康に過ごせますように」という願いを込めて

「悪いもの」を追い出す行事とされています。

さんしょうでは2～4日の3日間、悪いものを追い出すべく豆の代わりにお手玉まきをしてみんなで健康を願いました。

「鬼は外、鬼は外」とお手玉を目の前の鬼のパネルに投げ次々と倒していくと、1人5個ずつあったお手玉はすぐに使い切り、職員たちが急いでお手玉を拾い補充…

またその姿を見ながらみんなで大笑い。中には一発で三つの鬼を当てる方もいました！

悪いものを退治できたと同時にストレス発散もできた1日でした。



3月の予定です!

イベント：ひな祭り・音楽療法

4月の予定です!

イベント：お花見・音楽療法