



暖かさを感じます！

少しずつ、春の訪れを感じる季節となり、ご利用者さまも、散歩をされている様子がみられます。これから桜も咲きますので、外出等の支援もしていけるよう、進めてまいります。

## 【行事報告】 鬼は一外！豆まき！

2月の行事として、豆まきを実施しました。今回の鬼さんは“お尻”が弱点！皆さんにしっかり金棒を握ってもらって「えい！えい！」と力強く成敗！豆も撒いてもらい、鬼さんは見事逃げていきましたとさ。

この金棒の振り、一見するとびっくりしますが、皆様笑いながら、知らず知らずのうちに運動に結びついている機能訓練士の粋な演出なんです。またその他にも、鈴カステラづくりなどの行事を楽しんでおられます。



## 【コラム】 冷えによる症状悪化にご注意

冷えによる症状悪化が見られる病気は多く、特に春先は体温調整機能が衰え、冷えやすいため、膀胱炎や痔、神経痛、関節痛、腰痛、腹痛などの症状が悪化しやすくなります。

体調管理の機能が衰えている60歳以上の方の60%以上、75歳以上の方の80%以上が冷えで苦しんでいると言われています。

体を温めるのにおすすめなのはジャスミン茶です。ジャスミンにはリラックス効果と体を温める作用があります。ただし、カフェインが含まれておりますので、飲み過ぎにはご注意ください。



春を感じる写真です



オ・サーバ看護師 西川

## 【お知らせ】 年間行事計画について

令和5年度の行事は、下記の通り予定しています。

- |             |               |
|-------------|---------------|
| 4月…お花見      | 10月…展示会・ハロウィン |
| 5月…鯉のぼり見学   | 11月…紅葉見物      |
| 6月…あじさい見学   | 12月…クリスマス会    |
| 7月…七夕・素麺流し  | 1月…初詣・書き初め    |
| 8月…夏祭り・花火大会 | 2月…豆まき・バレンタイン |
| 9月…敬老会      | 3月…お雛様祭・おトクデー |



この一年、目白押しの企画がありますので、お楽しみに！

※写真は昨年の様子です。計画は予告なく変更する場合がございます。

オ・サーバ刊

## ～職員紹介～



☆笥（かけい）介護職員

春田 真志子

オ・サーバ aioi 開設より、入居者様、ご家族様に寄り添い、安心して生活していただけるようお手伝いさせていただいております。今年で私も58歳になりますが、これかも精一杯お手伝いさせていただきたいと思っております。

## 【募集】 入居者・職員を募集しています！

ただいま、オ・サーバ aioi では、事業の拡大にとともに、利用者様（入居や短期入所、在宅支援）、スタッフ、どちらも随時募集しております！

オ・サーバ aioi の「aioi」は、共に生き（相生）、共に老いる（相老）という意味が込められております。住み慣れた場所で過ごしたい・利用したい。または働きたいという思いがありましたらぜひ！

詳しい内容につきましては、ハローワークやホームページ等にも掲載があります。お電話等も承りますので、まずはお気軽にご相談ください。



## 【お願い】 衣替えの季節です

暖かい春の訪れに伴い、入居者様の衣替えのお願いを申し上げます。長袖の下着から、半袖に衣替えすることで、快適にお過ごしいただけるかと思っております。

ある程度取り揃えていただければ、夏までに対応できるかと存じます。どうぞよろしくお願いいたします。



発行：社会福祉法人 ひとつの会 オ・サーバ aioi

# 小規模多機能型居宅介護



コロナ、物価高、花粉症… 追い出したい「鬼」は世の中にたくさんありますが、今年一年が明るくあるように、思いっきり鬼退治をしていただきました。

パッチコイ!



鬼をたたいて退治するという節分の新しいスタイルの提案



人の好きが  
隠しきれない

鬼退治・・・あれ？



鬼からハッピーバースデー



〈豆知識〉

赤鬼、青鬼の色にはそれぞれ意味があり、赤は「食欲、欲望、渴望」、青は「悪意、憎しみ、怒り」を表しています。

久しぶりに寒い冬を体験したような気がしますが、その寒さも徐々に和らできました。小鯖だけでも季節を感じられるスポットは数多くあります。地域の方にも情報をもらいながら、これからの春を満喫していただけるような機会も作っていきたいと思います。



# サービス付き高齢者向け住宅



## たこ焼きパーティー



タコパ!



夏祭りに向けて、これからも練習します。

オ・サーバ aioi の食事では、たまにお好み焼きなどの「粉もの」のメニューが出ることがあります。しかもこれが意外と好評です。

2月26日にサ高住のホールでたこ焼きパーティーを行いました。

家でたこ焼きを作るというのはなじみがないようで、皆様珍しそうにしながら最後はなんとか形になっていました。これからもリクエストを聞きながら、「食べるレク」も充実させていきたいと思えます。

## ♪ 特別養護・ショートの様子 ♪



## ♪ 小規模多機能の様子 ♪



ご家族、ご利用者様に撮影のご協力許可をいただいております。また、集合写真については、一時的にマスクを外しております。

### ～編集後記～

徐々に暖かさが増し、行楽シーズンが近づいてまいりました。初詣はコロナウイルスの関係で旅行外出できずにいるところです。桜はぜひとも綺麗な景色の中、記念写真を撮影したいところです。お天道様、よろしくお祈りします♪ 4月もお楽しみに！ (内田)

複合型高齢者福祉施設 オ・サーバ aioi

住所：山口市下小鯖 11331-12

TEL: 083-902-1521(代表)

083-902-1520(小規模・サ高住)

公式



ホーム



LINE

ページ



今月号のテーマ色は桃色(ももいろ)：春を彩る桃の花のような、ほんのりうすいピンク色ですが、春らしい生き生きとしたイメージも感じさせます。