

2026.4
春号
76号

あしと

NPO法人アシスト 広報誌

家族の「これから」をお手伝いする
NPO法人アシスト



NPO 法人 アシスト

せせらぎ荘
☎0178-38-8252

如来苑
☎0178-60-7581

桜桃庵
☎0178-76-2474



如来苑・桜桃庵 3月スターダスト慰問

春の訪れとともに、新年度を迎えました。皆さまに心よりご挨拶申し上げます。

昨年度は、長年にわたり法人を支えてくださった前常務理事が9月に急逝されるという、大きな悲しみのなかでの一年となりました。それでもスタッフ全員が動揺することなくケアを続けてくれたことに、心から感謝しています。その姿が、新体制への確かな土台となっています。

今年度は、安定した経営と質の高いケアの両立を柱に、如来苑・桜桃庵・せせらぎ荘が一体となってさらに前進してまいります。利用者の方々とご家族に「ここに任せて良かった」と感じていただけるよう、スタッフ一同全力で取り組んでまいります。地域の皆さまの温かいご支援を糧に、誠実に歩み続ける所存です。どうぞよろしくお願いいたします。

NPO法人アシスト 施設長 長倉朝子

クスッと俳句

春風や さっきの話

また最初



うららかや 昼寝のはずが
本気寝に



花よりも やっぱり今日も
おやつかな



◇1月から3月の様子

- ・グループホームせせらぎ荘
- ・看護多機能サービス如来苑
- ・有料老人ホーム桜桃庵

◇春バテとは??

- ・夏が過ぎても大切な
水分補給

◇お誕生日おめでとう

1月、2月、3月生まれの
ご利用者様

◇運営推進会議のご報告

- ・せせらぎ荘
- ・如来苑

せせらぎ荘

ウマく書けたぞい！！

『明けましておめでとうございます』と、新年のあいさつは顔なじみの人ばかりで安心です。



『今年の干支は馬だっけがあ？
だらうまって書くがな。』



『たぶん馬だごったども、違うの
書いた。いや、あんだうまく書いて
らなあ。』※ウマだけに…。



新年会はやっぱりすごろくでしょ！！

今年の新年会はすごろくを行いました。止まったマス目には様々なミッションが書かれています。歌を歌ったり、体操をしたりと皆さん大忙しで、とてもいい運動になりました。



終わったあとは甘いなべこ団子。
とっても美味しかったです。



また今年も鬼が来た!!

やっぱり今年も奴らがやって来た。去年は3人だったけど今年は不景気と物価高で1人少なかった。今がチャンスだ。それみんな。豆をぶつけろ～！！



如来苑

レク&行事食

行事食は久しぶりにサンドイッチにしたら、みんな喜んでたよ◎



年明けには書道を楽しみました



みんなでレクをやったよ♪

ボールを投げたり、お手玉をしてあそびました☆



節分では主役を演じたよ♪



福笑いに挑戦👍



スターダスト慰問

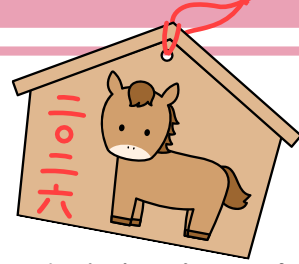


コーラス合唱団の唄をみんなで聴きましたが、心地良かったのか、眠っていた方もいました。



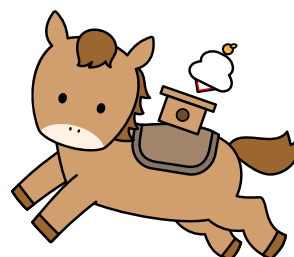
1月

桜桃庵



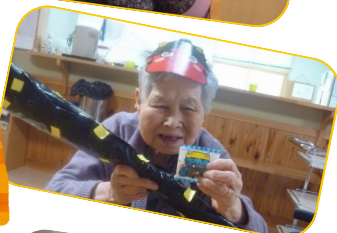
2026年 新年の書初め

新年明けましておめでとうございます。今年も皆様どうぞよろしくお願ひします。さて、今年最初に書く文字は何にしようかな??みんな真剣に考えて書きました!!みんな上手✨



節分

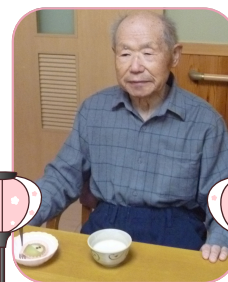
鬼は〜外!! 福は〜内!! 鬼を追い払った後はおいしいオヤツを食べましたとさ♪



ひなまつり



明かりをつけましょぼんぼりに♪ お花をあげましょももの花〜 甘酒と和菓子を頂きましたよー



春バテとは??



体が発するSOSサイン!!

★春バテの症状には以下のようなものがあります。

- ✓ 全身のだるさ・疲労感
- ✓ 食欲不振・胃腸の不調
- ✓ 慢性的な頭痛・肩こり
- ✓ 集中力の低下・意欲の低下
- ✓ 睡眠の質低下



春バテは医学的な病名ではなく、春先特有の気候変化や生活リズムの変化によって引き起こされる体調不良の総称の事です。

春是一年のうちでも寒暖差が大きいいため、体が気温の変化に対応しようと交感神経を活発に働かせます。この交感神経の働きで体の緊張状態が続くと、自立神経が乱れ、春バテの症状が起きやすくなります。

☆バランスのとれた食事

- | | | |
|-------------|--------------|----------------|
| ビタミンB（疲労回復） | ビタミンC（免疫力向上） | タンパク質（体力維持・回復） |
| ・うなぎ・豚肉 | ・イチゴ | ・肉・魚類（さば・さんま） |
| ・玄米 | ・キウイ | ・納豆・チーズ・豆腐 |
| ・レバー・卵黄 | ・ブロッコリー | ・卵 |
| ・緑黄色野菜 | ・パプリカ・新じゃが | |



食物繊維（腸内環境改善）

- ・旬の野菜 ・海藻・キノコ類 ・雑穀・玄米

食事のとり方で一番大切なポイントは、一日三食を規則正しく摂取することです。野菜や肉、魚などをよく噛んでゆっくり食べ、食べる量は腹八分目を心掛けてください。

お誕生日おめでとうございます!!



運営推進会議のご報告

◇看護多機能サービス 如来苑

令和8年1月22日開催

- 1、登録者の状況について報告
 - ・登録者24名（平均介護度3. 9）
- 2、サービス提供回数
 - ・通い、泊まり、訪問を2ヶ月分報告
- 3、活動報告
 - ・散策ドライブ（南郷方面）
お誕生日会、クリスマス会、買い物昼食会、
手作り行事食
 - ・内部研修3件
 - ・外部研修3件
- 4、健康管理
 - ・感染対策…職員、来訪者への健康観察、検温、
手指消毒の実施
- 5、事故・ヒヤリハット報告
- 6、地域への情報提供
 - ・南部小学校認知症サポーター養成講座
キャラバンメイト1名参加
- 7、その他
 - ・介護スタッフ1名 桜桃庵へ異動
 - ・介護福祉士1名 桜桃庵から異動

令和8年3月26日開催

- 1、登録者の状況について報告
 - ・登録者23名（平均介護度3. 7）
- 2、サービス提供回数
 - ・通い、泊まり、訪問を2ヶ月分報告
- 3、活動報告
 - ・手作り行事食、お誕生日会、買い物昼食会、
 - ・内部研修2件
 - ・外部研修4件
- 4、健康管理
 - ・職員・来訪者への健康観察、検温、手指消毒の実施
 - ・発熱時は状況に応じて隔離、新型コロナウイルス
抗原検査実施
- 5、事故・ヒヤリハット報告
- 6、地域への情報提供
 - ・特になし
- 7、その他
 - ・1/1～正職員 1名入職：如来苑勤務
 - ・2/1～正看護師 1名入職：如来苑勤務
 - ・2/1～管理者変更 長倉朝子→梅内文子

◇グループホーム せせらぎ荘

令和8年1月5日開催

- 1、入居者の状況について報告
 - ・入居者17名(平均介護度3. 4)
- 2、活動報告
 - ・行事（外食、干し柿づくり、クリスマス会）
 - ・内部研修 2件
 - ・外部研修 1件
 - ・会議（職員会議、ケースカンファレンス）
- 3、健康管理
 - ・必要最低限の感染対策（職員・面会者等）実施
- 4、事故・ヒヤリハット報告
- 5、地域への情報提供
 - 避難誘導訓練を実施

令和8年3月3日開催

- 1、入居者の状況について報告
 - ・入居者18名(平均介護度3. 3)
- 2、活動報告
 - ・行事（書初め、新年会、豆まき、誕生日会、
おやつ作り）
 - ・内部研修 2件
 - ・外部研修 12件
 - ・会議（職員会議、ケースカンファレンス）
- 3、健康管理
 - 食事、感染症予防など
- 4、事故・ヒヤリハット報告
- 5、地域への情報提供
 - 特になし
- 6、その他
 - 特になし

