

南館だより

暦の上では春が来ましたが、変わらず厳しい寒さが続いております。
南館では12月22日にクリスマス会を行いました。歌を歌いケーキを食べ、サンタさんからプレゼントを貰い、皆さん大喜びでした。
コロナウイルス感染予防の影響であまり行事は行えませんが、行事以外でもレクリエーションやおやつ作り等皆さんに楽しんでもらいたいです。



行事予定

- 3月 ひな祭り
 - 4月 家族会総会
手をつなぐ会総会
 - 5月 子供太鼓台訪問
遠足
- ※コロナウイルスの影響により変更の可能性があります。

ハートランド三恵 ご利用の皆様からの ご意見・ご相談

期間/令和2年10月1日～
令和3年1月31日

ケア内容……	0件
職員対応……	0件
その他……	0件

あしがき

令和になって、3年がたちました。今年は、どのような年になるのでしょうか。
昨今の頃は、1年で世界の状況がこんなに変わるとは夢にも思いませんでした。当たり前になっていたことができなくなり、いつもの日常がいつもの日常ではなくなりました。
まだ、しばらくこの状況が続くとは思いますが、私たちにできることを行い日々健康に過ごせるよう免疫力を高め、令和3年を乗り切っていきたいと思っております。

第82号

ほほえみ

手づくりの愛あるホームで咲かそう みんなの笑顔

社会福祉法人 三恵会
特別養護老人ホーム
ハートランド三恵
介護老人福祉施設・短期入所生活介護事業所
通所介護事業所・介護予防短期入所生活介護事業所
介護予防通所介護事業所・指定居宅介護支援事業所
ハートランド三恵と手をつなぐ会
〒792-0050 新居浜市萩生17番地
TEL0897-40-0006 FAX0897-40-0007
http://www.heartland.sankeikai.com
E-mail:jimu@heartland.sankeikai.com

新年を迎えてから早いものでひと月が過ぎました。まだまだ寒い日が続きますが、笑顔を決やさないよう新しい一年を楽しく過ごしたいと思っております。
今年もハートランド三恵をよろしくお願い致します。



デイサービスコーナー



運動会 優勝しました。イエーイ！



立派な書体に職員脱帽！



紅葉狩り 心の洗濯になりました



歌って楽しんでいつまでもお元気です！



忘年会を盛り上げるハートランドの芸姑さん！



絵手紙の時間。みんな芸術家！



今年も健康で過ごせますように！

デイサービス

行事予定

- 2月 梅見物
- 3月 花観音
- 4月 花見ドライブ・レク
藤・ツツジ見物
- 5月 芍薬見物

※コロナウイルスの影響により変更の場合があります。

北館だより

おやつ作りやゲーム等普段のレクリエーション以外で久しぶりの行事として12月23日クリスマス会を行いました。プレゼントをもらったり、ケーキを食べられたり、皆さんの笑顔が見られ職員共々楽しむことができたと思います。これからも制限下ではありますが、日常の中でも皆さんと楽しめるような事を考えていきたいと思ひます。



医務室だより

新型コロナウイルス感染症予防に注意しながら元気に過ごす！

コロナ禍で、人との交流が少なくなったり、運動不足になったりしていませんか？外出を控える生活や感染症に対する不安、それが蓄積すると「疲れ」や「ストレス」になっていく可能性があります。さらには、「うつ」状態になりやすい状況です。あなたの心が健康か早めにチェックしておきましょう。

メンタルチェックリスト	1 (ここ2週間) 毎日の生活に充実感がない	はい	いいえ
	2 (ここ2週間) これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	はい	いいえ
	3 (ここ2週間) 以前は楽に出来ていたことが今ではおっくうに感じられる	はい	いいえ
	4 (ここ2週間) 自分が役に立つ人間だと思えない	はい	いいえ
	5 (ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする	はい	いいえ

「はい」が2個以上の人には「うつ症状」のサインがでてきます。

参考文献/みんなのメンタルヘルス総合サイト(厚生労働省)