



ルストホフ志木だより

～ 愛 と 感 謝 と 奉 仕 ～



社会福祉法人 ルストホフ志木
理事長 西川 留美加

『年頭にあたり謹んで新年のご挨拶を申し上げます』

日頃より、ご利用者の皆様、ご家族の皆様をはじめ、ボランティアの皆様、地域の皆様のご理解とご協力、ご支援を賜り、無事に新しい年を迎えることが出来ました。これもひとえに皆様のお陰と心より感謝いたします。

昨年は新型コロナウイルスが5類となり、ブロン祭りをはじめ、夏の集いや敬老会など地域の方々やご家族の方々との繋がりを持つことが少しずつできるようになりました。私たちは今までどれだけ多くの方々に支えられてきたかということを実感し、人とのつながりがいかに大切であるかを改めて感じております。本年もご家族の皆様や地域の皆様とのつながりをより一層大切にしながら、ご利用者の皆様が明るく温かな光にあふれた日々を過ごしていただけますよう努めてまいります。

今年は介護報酬改定を控え、私もルストホフ志木の理事長となってから10年目をむかえる節目の年となります。改めて「飛躍」という目標をかかげ、法人がさらに飛躍できるよう努めてまいりたいと思います。法人の飛躍のためには職員一人ひとりが持っている力を最大限に出せる職場環境をつくるのが大切だと思います。「愛と感謝と奉仕」の経営理念のもとに、先代理事長が大切にされた、「相手の立場に立ち、相手のことを想い、相手の幸せのために真心を尽くす」という福祉の心を育て、職員綱領に示されている福祉を実践していけるよう、職員一同研鑽を重ねてまいります。

本年が皆様にとって希望に満ちた素晴らしい年でありますようご祈念いたします。
本年も皆様のご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

【12月のご様子】

師走に入ってから比較的暖かい日が多く、ご利用者の皆様におかれましては、毎日明るく元気に過ごされておりました。12月の誕生会は24日(日)に開催させていただきました。クリスマスイブだった当日には、サンタクロースの衣装を纏った職員も登場し、クリスマスの雰囲気もあわせて楽しんでいただけたことと思います。令和6年もさまざまな行事を企画しておりますので、楽しみにしててくださいね。

介護職員：T・I 記

《 誕生会 》



『暖かそうな帽子とセーターのプレゼント。どうもありがとう❤️』



『サンタさんが盛り上げてくれました😊』『手作りケーキは今回も大好評🍰』








特別養護老人ホームブロン1月の予定

■ 新年祝いの会 14日(日) ■ 誕生会 28日(日) ■ 理美容 8日(月)・9日(火)・22日(月)

厨房だより

糖尿病予防について

糖尿病は、予備軍と呼ばれる人まで含めると、成人の約6人に1人が患っているとの統計もあります。糖尿病には血糖値が大きく関わっていると言われていますが、今回は「血糖値の上がりやすい食べ物」、「緩やかに上げる食べ物」について調べてみました。

血糖値が急激に上がりやすい食べ物		血糖値を緩やかに上げる食べ物	
<ul style="list-style-type: none"> ・ 清涼飲料水 ・ 白米 ・ 果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 甘い菓子パン ・ 麺類 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 雑穀米 ・ 豆類 ・ キノコ類 	<ul style="list-style-type: none"> ・ かぼちゃ、芋類 ・ 海藻
  		 	

この表を参考にして、食事の際には糖質がゆっくり吸収されるよう、食べる順番を意識してみてくださいはいかがでしょうか。

例えば・・・

1.野菜や海藻類 → 2.肉や魚 → 3.豆類 → 4.ご飯やパン、麺類 のような順番で食べる。

そして何よりも、偏った食事をせず、バランスの良い食事を摂るように心がけてまいりましょう！

栄養課：J・N 記

ケアハウスリヒト

【12月のご様子】

12月はクリスマス会をはじめ、プロのマジシャンによるマジックショー、二胡の演奏会など、さまざまな催し物が行われ、皆様大いに楽しんでおられました。また、12/21～12/26の期間には2階の喫茶コーナーで、西川理事長がマスターの「ルミカフェ」がオープン。美味しい“カフェラテ”と理事長とのおしゃべりを目当てに、毎日通われるご入居者もいらっしゃいました。長く続いたコロナ禍を経て、以前の日常が戻りつつある年末となりました。

相談員：E・W 記

《クリスマス会》



『ツリーと一緒にハイ、チーズ📷』

《スペシャルコンサート》



『二胡の音色に癒されました🎵』

《理事長によるカフェ》



『連日大盛況でした🍵』

ケアハウスリヒト 1月の予定

- 入居者懇談会 12日(金)
- 理美容 8日(月)・22日(月)
- 新年祝いの会 14日(日)
- 誕生会 21日(日)

グループホームブロン

【12月のご様子】

12月も皆様にはたくさんの行事に参加していただきました。24日(日)のクリスマス会では、プレゼントを届けてくれたサンタクロースと一緒に一人ずつ記念撮影を行った後、大きなロールケーキを召し上がっていただきました。短い時間でしたが、皆様の笑顔がとても印象的でした。

今年もさまざまな行事を通して皆様楽しんでいただけるよう、職員一同、努めてまいります。

介護職員：K・Y 記

《クリスマス会》



『メリークリスマス🎅』



『サンタさん、ありがとう❤️』



『トナカイと一緒に記念撮影📷』

グループホームブロン 1月の予定

- 誕生会 3日(水)・12日(金)
- 理美容 8日(月)・22日(月)
- おやつ作り 7日(日)
- 新年祝いの会 14日(日)

デイサービスセンターブロン

【12月のご様子】

今回のクリスマス週間は催し物が満載でした。摩訶不思議なマジックショーに皆様驚きの表情！二胡の演奏会では美しい音色にうっとり♪ また、職員メンバーによるコンサートも久しぶりに開催させて頂きました。そしてデザートには、お楽しみの手作りケーキが待っていました。皆様、楽しんでいただけましたか？

介護職員：Y・I 記

《 クリスマス週間 》



『マジックショーではうさぎも登場🐰』



『二胡の音色はとても素敵でした♪』



『職員によるハンドベル演奏🔔』



『厨房特製のケーキ。いただきまーす😊』

デイサービスブロン1月の予定

- | | |
|----------------------|--------------------------------|
| ■ お正月週間 4日(木)～10日(水) | ■ 新春カラオケ大会 8日(月)～10日(水) |
| ■ 詩吟 11日(木)・25日(木) | ■ ウォーキング 15日(月)・29日(月) |
| ■ カラオケ 18日(木)・27日(土) | ■ リズムで元気 24日(水) ■ 風船バレー 26日(金) |

ルストホフ志木 トピックス

新年あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願いたします。さて、今月のトピックスでは、新年にちなんで「七福神」のご利益についてまとめてみました！皆様のお願い事にはどの七福神がよろしいか、ぜひ見つけてみてくださいね🌸



財宝・福德開運

商売繁盛



知恵財宝・愛嬌縁結び

長寿・幸福



笑門来福・夫婦円満・子宝



長寿延命・富貴長寿

融通招福



【 七福神の由来 】
 「七難即滅、七福即生」という経文が基になって、「七福神を参拝すると七つの災難が除かれ、七つの幸福を授かる」と言われています。