



# ほのぼの通信

社会福祉法人テンダー会  
 特別養護老人ホーム らくらく苑  
 尼崎市田能 4 丁目 2 - 50  
 TEL06 - 6494 - 1248  
 発行者：栗生 傳治  
 特別養護老人ホーム北之庄らくらく苑  
 尼崎市田能 3 丁目 5 - 28  
 TEL06 - 6494 - 1250  
<http://www.rakurakuen.jp>

トータルケアを提供する  
 らくらく苑  
 ~在宅介護から施設介護まで~

## 申し込み受付中!

・**居宅介護支援事業** 担当：山迫 ・**デイサービス**

無料体験利用できます。  
 担当：加藤(本部)  
 松尾(北之庄)



### ★リラクゼーションマッサージ★

【施術者より】  
 体調や状態に合わせて施術します。自律神経を整え、緊張した身体や心を緩め痛みや疲れを穏やかにします。血流の改善により肩こりや足の浮腫み、睡眠改善に効果が期待されます。ベッドで寝たままでも車椅子でもどのような姿勢でも出来ることがありますのでご相談ください。

【施術を受けられた方より】  
 『身体が軽くなったわ』『すっきりした』『気持ちが楽になった』『またしてほしい』とこちらも毎回、大好評です。

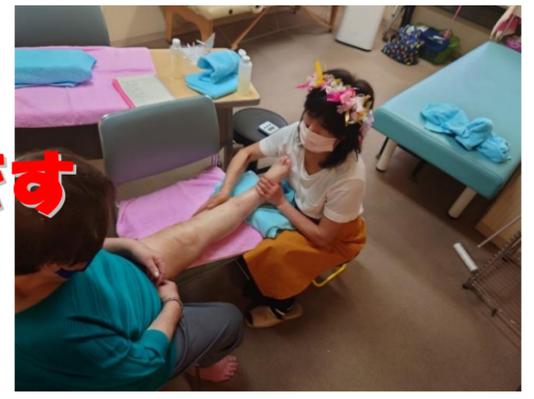
こちら火曜日限定

### ★アロマオイルマッサージ★

【施術者より】  
 オイルマッサージは天然 100%の芳香植物をブレンドして施術します。マッサージすることで薬効成分が皮膚と肺から全身に巡り入り筋肉の緩和と共に殺菌、免疫力アップ、自律神経の調整、認知症の改善等多数の効能が期待されます。アロマオイルマッサージは自然療法です。

【施術を受けられた方より】  
 『身体が軽くなったわ』『すっきりした』『気持ちが楽になった』『またしてほしい』とこちらも毎回、大好評です。

こちら水曜日限定



無料です



♥当日施行できる人数が限られています。また、その日の体調により施行出来ない場合があります。ご予約はお受けできません。ご了承下さい。♥

## お誕生日の記念に一枝

本部二階にて、今月お誕生日を迎えられた入居者様お二人を、ご紹介させて頂きます。誕生日の日に、「こんな年になったらおめでたくないわ」等仰る方も多いのですが、今回ご紹介のお二人は喜んで頂けたので記念に写真撮影を行いました。

お一人目の方には、プラカードを持って頂き一枚パシャリ。今日が自分の誕生日だということをお忘れだったそう、驚きの表情をされていました。これからもお元気で過ごしてくださいね。

お一人目の方には、誕生日の装いとケーキをそろえて準備は万端。そしてなんととっても特別なのは缶ビール!一缶ゴクゴクと召し上がられていました。残念ながらノンアルコールですが、ご本人からは「ああ美味し」とのお言葉と一緒に、笑顔を見せて頂きました。ケーキよりも嬉しそうなお反応だったのは秘密です。

来年も、ぜひ健康なままで、もう一杯召し上がってくださいね



### 訪問介護

高齢者ができる限り、住み慣れた家庭や地域で安心して生活が送れるよう、ご利用者様のご自宅にホームヘルパーを派遣し、身体介助や身のまわりの生活援助のサービスを提供し、在宅での生活をお手伝いします。

担当：吉田 TEL 06-6494-1248

### 4月・5月ショートステイ空室状況

キャンセル等により空きが出る場合がありますので、担当者までご相談下さい。右記の QR コードから空室状況を確認することができます。



担当：村田 TEL 06-6494-1225 (直通)

# お誕生日会 北之庄編



らくらく苑北之庄では毎月、誕生日の入居者様には特別なメニュー（お寿司、天ぷら等）や誕生日プレゼントをお渡ししています。中でも北之庄四階では三月に百歳になった方がおられます。百歳のお誕生日の方は職員が飾り付けをしたホールと一緒に記念撮影を行っています。

「国も尼崎市も職員さんもみんな祝ってくれるから嬉しい」と仰られていました。その後は職員からプレゼントをお渡ししています。石鹸でできた花や写真立て、寄せ書きなどがあり、中でも「ピンクのカチューシャが可愛いわね」ととても気に入られた物もあるそうです。

その後はケーキをたくさん召し上がられています。「夕食食べられないわ」と仰っていました。

『おめでたいおめでとうございます！』  
これからも長生きしてくださいね。

百歳のお祝いの呼び方は、なんと4つもあるのです。紹介します。

一つ目は「百寿」(ひゃくじゅ・ももじゅ)です。「百」という字が「もも」とも読める為贈り物にピンク色のプレゼントを選ぶ場合があります。

二つ目は「百賀」(ひゃくが・ももが)です。「寿」の代わりに、同じ意味を持つ「賀」を当てたものとなっており、こちらも読み方は二通りあります。

三つ目は「紀寿」(きじゅ・一世紀の「紀」とおめでたい事柄や長生きを意味する「寿」を使った読み方です。

四つ目は「上寿」(じょうじゅ)です。これは六十歳を超えた時から二十年ごとに区切りがあり、六十の時を下寿、八十の時を中寿、百歳の時を上寿と考える風習から来ています。

## 百歳豆知識

# 三倍返し！ホワイトデー！



先月のバレンタインデーでは、チョコづくりに精を出していただいた二階入居者様の皆様。今月はホワイトデーのクッキー作りに挑戦です。

今回のクッキー作りという企画の趣旨をお伝えすると、ある入居者様から「なんでバレンタインデーに私が作ったチョコのお返しを、また私が作らなあかんねん」ともっともなお叱りを受けてしまいました。「たくさん作っておやつを豪華にするのに力を貸してくだ

とお願いと、「冗談や」と笑いながら参加して頂きました。

まずは生地作りから始めます。生地そのものは、卵を混ぜればすぐできる市販の簡単なものを用意しました。手袋をしてパウルの中でこねて頂きます。意外と重たくなるので大変！「あーしんどい」と大げさに言いながら笑い合っておられました。残念ながらもまだまだ作業は続きます。次は生地を薄く延ばして型抜きでくりぬきま

力を入れないことが求められる作業です。職員に「これでええの？」と聞きながらこまめに形を整える姿勢は真剣そのものでした。後はオーブンに入れて待つだけです。皆様、この時点で体力と集中力を使い果たされたのか、ぐったりお疲れの様子です。「協力本当にありがとうございました！」

十五分ほど待つからオーブンを開けると優しく甘い香りがフロア一帯に漂いました。皆様、色々な形のクッキーを頬張られ、先月と同じように次々とお代わりのご要望が飛び交いました。また来月も、皆様よろしく願っています。

