



### 師走(12月) もうすぐxmas

今年も残すところ、あとわずかとなりました。12月は師走とも呼ばれています。師が忙しく走りまわるためだそうですが、一番忙しいのはサンタさんかもしれないですね。コロナウイルス感染症のため、ご利用者様やご家族様には大変ご不自由をおかけしています。いつ日常に戻るのか未だわからない状態ですが、施設としてはケースバイケースで対応していきたいと思っております。Xmasが過ぎるとあつという間にお正月です。良いお年をお迎えください。

### 焼き芋パーティー(ウビバカルパーティー)

11月14日、焼き芋パーティーを行いました。利用者様は31名居まして、皆様がとっても喜んで焼き芋を召し上がっていました。4階では嚥下機能が低下されている方が数名います。その利用者様には、焼き芋の皮をとって、芋をつぶしてからトロミを混ぜて提供しました。食事介助を行いながら嚥下状態を観察しました。皆様が安全に笑顔で楽しく焼き芋を召し上がられて、とっても良かったです。



この報告はインドネシアから来ている介護士の感想文です。インドネシア語では..

Hari ini kami mengadakan acara pesta ubi bakar. Klien di lantai Kami berjumlah 31 klien, semuanya terlihat sangat menikmati ubi bakarnya. Di lantai 4, ada beberapa kleien dengan penurunan fungsi menelan. Untuk klien dengan kondisi tersebut, lepas kulit ubi bakar yang telah matang, lematkan hingga halus lalu campurkan dengan tepung kentang yang telah dicairkan. Setelah menjadi puree, kami menyajikannya kepada klien. Sambil memberikan bantuan makan kepada klien, kami juga mengamati kondisi menelan para klien. Saya sangat senang bahwa para klien dengan aman dan penuh senyum Bahagia menikmati ubi bakar kali ini.

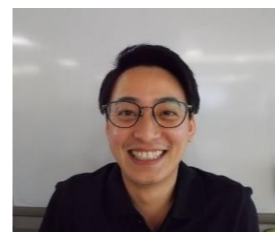
KRESNA DEBRITO PUTRA (4階 クレスナ デブリト プトラ)

### 新型コロナウイルス感染症に関する対応について

当施設では感染対策として長い間面会を中止させて頂いておりましたが、予約制、制限付きにて面会を再開いたしております。詳細は施設までお問合せください。ただし、伊東市内の感染状況により面会中止となる場合がございます。感染対策上、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

介護老人保健施設いとうの杜 感染対策委員会

### みなさま、10月から出向でお世話になっております「こうたろう」でございます！



吉祥寺南病院より半年間出向でお世話になっております、理学療法士の佐藤工太郎です。早いもので2ヵ月が経ちましたが最近居酒屋でイカの口を肴に焼酎を楽しんでいます。出身は火の国熊本で幼少期は海・野山を駆け回って過ごしていました。

環境は伊東市と似ていて地元に戻ってきた感覚で懐かしさを感じます。自己紹介を兼ねて私の地元の紹介をさせて頂きたいと思いますが、まず有名な観光は「うたせ船」と呼ばれる帆船に底引き網を設置し、海風に任せて船で引いていくという伝統漁法です。真っ白な帆を広げた美しい船が景色の良い大海原を行く様子は、豪快かつ華やか。熊本のうたせ船は、その優雅な雰囲気から「白いドレスをまとった海の貴婦人」と呼ばれるほどの美しさです。



続いては世界で一番大きな柑橘類の晩白柚(ばんぺいゆ)が特産です。ザボンを美味しく品種改良したもので大きいものだと3kgを超え、手では剥けないほどの厚さがありますが、味は絶品です！旬はこれからなのでスーパーなどで見かけた際は是非一度ご賞味ください。以上簡単ですが自己紹介とさせていただきます。見かけた時は「よっ！こうたろう」と気軽にお声がけいただけると嬉しいです。

リハビリ室 佐藤工太郎

### 少し遅めの運動会



「7個入った！8個入ったよ！」。あいにくの雨でも、2階には爽やかな声が響き渡りました。青と白のハチマキで気合を入れ、ラジオ体操から始まった運動会。最初は気だるげだった参加者の方も30名を超す大勢の輪を作ったの風船バレーやボール渡しなどの競技をしているとみるみる顔つきが変わり、「こっちにやって」「ボールが来たよ」と若々しい声が聞こえてきました。最後の玉入れは大接戦！！小腹がすいたところで、モミジとイチヨウをかたどったおやつを召しあがって晩秋の運動会は拍手と共に無事閉幕しました。お疲れ様でした。 スタッフ 辻井

### 年末年始休業のお知らせ

通所リハビリテーション 令和4年12月30日(金)～令和5年1月3日(火) 休業  
 短期入所生活介護 通常通りの営業ですが、30日～3日まで送迎業務は休止  
 居宅介護支援事業所 令和4年12月30日(金)～令和5年1月3日(火) 休業  
 介護老人保健施設いとうの杜は通常通り営業いたします

### 12月のレクリエーションと行事予定

- デイ 誕生日会 12/5(月)、12/10(土)
- クリスマス会 12/24(土)
- 2階 ケーキバイキング 12/3(土)
- 3階 焼きいもを食べて過行く実りの秋に感謝 12/19(月)
- 4階 クリスマス会 12/24(土)
- 5階 プリンアラモードでティータイム 12/8(木)
- カフェゼリーでティータイム 12/13(火)
- 誕生日会 12/21(水)
- Xmasお菓子の掘み取り 12/24(土)
- 6階 昼食クリスマスパーティー(お弁当) 12/16(金)

12/23金曜日(夕食時) キャンドルサービスを行います



移動美容室「クランチケア」さんがいとうの杜に来ます。

12月9日(金)  
12月26日(月)

ご希望の方は各フロアスタッフまで！！

今年もいとうの杜新聞をご覧くださりありがとうございました。来年もよろしくお願いいたします。

〒414-0002 伊東市湯川 288番地9  
 ご意見・投稿は「いとうの杜新聞」編集部まで  
 電話 0557-35-4165 FAX 0557-35-4101

ホームページ  
<https://www.itou-mori.jp/>



**伊豆散歩(稲取細野高原)  
すすきイベント**



10月中旬から11月初旬にかけて開催される伊豆稲取細野高原すすきイベントに今年も行ってきました。細野高原をさらに登り、三筋山山頂から眼下に広がる稲取温泉の街並み、その向こうに広がる相模湾を望む様子はまさに絶景といえるでしょう。10月末の土曜日、お天気に恵まれ、ふもとのイベント会場では各種イベントが行われていました。今日は銀色に輝くすすきの景色を見る事はもちろん、トレッキングする事、そしてもうひとつは山野草鑑賞が目的です。

細野高原は知る人ぞ知る山野草の宝庫です。以前にもこのいとうの杜新聞に投稿し掲載されましたが、またまた報告いたします。

珍しい花は特に湿原に咲いています。細野高原には4つの貴重な湿原地帯があります。イベント会場にいた植物のスペシャリストのガイドさんに見どころを伺いました。若干時期が過ぎているけど桃谷湿原に行ってみてごらんとのことなので、桃谷湿原を中心に散策してきました。すすきイベントのために遊歩道も草刈りされていましたが、そのあと生えてきた小さな花、注意して歩かないと気が付かず踏みつぶしてしまいそうな花があちらこちらに見ることができました。



山野草鑑賞はこれくらいにし、次はトレッキングで坂を登り始めました。入山料を支払い出発したのは9:30頃でした。すでに1時間以上過ぎていたのでテンポよくトレッキングポールでリズムをとりながら歩きます。土曜日なので観光客も多かったですが、6.5kmコースを選んで歩いているので密な状態ではなく、徐々にマスクをはずしての歩きとなります。すすきが陽の光を浴びて銀色に輝いています。山頂に近づくほどすすきは少なくなります、雄大な自然の姿がすばらしく、目を見張ります。自然と相反して風力発電の大型風車がいくつも音をたてて回り、山頂から飛び立つパラグライダーが空を舞っています。ふもとは温かったですが上に行くほど気温は下がり、風が出てきました。山頂から見下ろすと、雲の影と晴れている場所のコントラストがまた見ごたえがありました。イベント会場で手作りお菓子の販売をしていた地元高校生たちが先生に連れられ、山頂から「お〜い」「やっほ〜」と青春していました。昨年もそうでしたが、登りより下りの方がきつく、足腰にきます。なんとか下まで下ると14:30でした。5時間も歩き通しでした。いとうの杜で杜カフェをやっていたコーヒー屋さんが営業していたので、温かいカフェ・ラテをいただきホットひと息。スタンプラリーをしながら歩いていたので受付で景品のカレンダーをいただき帰ってきました。「あ〜疲れた」

伊豆の散歩人

**本栖湖散歩**

10月26日〜29日で突然の4連休を頂きました。

特に予定もなく何をして過ごすか悩んでいたところ、友達から「26日空いてる？」と連絡を貰い、出かけることになりました！

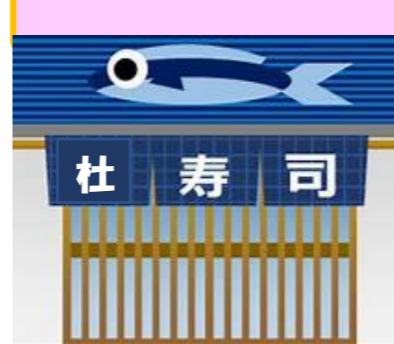
出かけた先は山梨県にある本栖湖というところ。本栖湖は富士五湖のひとつで、最も深く、透明度が高いとのこと。1,000円札の裏の絵にされていて人気のフォトスポットとなっているそうです。湖では釣りの他、ボート、カヌー、ウィンドサーフィンといったレジャーも豊富とのことで、遊覧船も運行しており、春は桜、秋は紅葉など季節ごとの風景も楽しめます。湖畔には、ジビエ料理をいただけるお店もあるそうです。この場所には本栖湖キャンプ場もあり、テントやコテージなどでの宿泊も可能です。そして、アニメ「ゆるキャン△」の聖地ともされています。(笑)

この日はとても天気良く本栖湖の後ろに雲がかかるとなく富士山を見ることができました。今回はレジャーや料理を楽しむことができませんでしたが、次回はその友達とゆっくりキャンプを楽しみたいです！！



3階 鈴木拓磨

**お寿司バイキング**



11月8日から11月16日まで、各フロア別に昼食お寿司バイキングを行いました。感染対策に留意しながら、いつもながら楽しく笑顔溢れた行事になりました。



朝から利用者様たちは、「今日はお昼がお寿司でしょ?」「ひさしぶりにお寿司なんて食べられるわ」と楽しみにしていました。寿司バイキングが始まると、「あら?今日は何のお祝い?」「すごいわねえ」と普段小食の方も沢山召し上がっていただきました。「携帯で写真を撮るよ」とお部屋に携帯電話を取りに戻る方もいました。「毎日寿司がいいな」など嬉びの声を頂きました。 2階 内田



ソフト食の方用お寿司



「お味はいかがですか?」とお伺いすると「たいへん美味しかったです。こんなことしてもらえるなんて思ってなかったわ」かんぱちのお刺身も脂ののっておいしく提供することができました。次回の寿司バイキングもお楽しみに! 栄養科



お寿司バイキングの準備を始めると、皆さん「何を食べようかな」とメニューとにらめっこ(^^) いつもはスプーンで召し上がっている104歳の利用者様がお箸を使ってスタッフもびっくり!!お寿司の力でしょうか...? 皆さん大満足!! 6階 山木

