

## ライフケア大手門 ぐるーぷほーむ通信

令和8年  
8月号

### ライフケア大手門 グループホームの理念

私たちは、ご入居者とそのご家族が、毎日を安心して生活出来るよう介護を通して支援します。

そのためにご入居者の背景を尊重して、ご家族と一緒に継続した支援を行います。

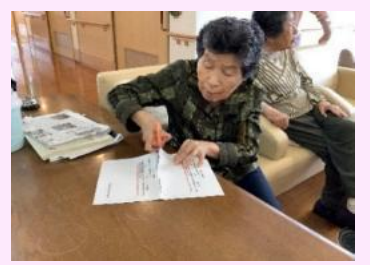
また、私達スタッフは互いに声を掛け合い、協力体制をとりながら、共に成長し合える関係づくりに努めていきます。



連日暑い日が続いておりますが、いかがお過ごしでしょうか。グループホームでは行事やレクリエーションを通して、季節を感じていただけるように工夫をしています。6月24日には、運動会を行いました。運動会では昨年好評だったお弁当作りを今年も行いました。メニューは事前に希望を聞いて、卵焼きや鮭や唐揚げ等と豊富なメニューになりました。全員で手袋をつけてごはんを握り、お弁当箱に具材をつめました。好きだから、と多めに入れたり、つまみ食いしては周りに気づかれ舌を出す場面など…思い思いに作られました。競技は昨年の忘年会のために作ったミャクミャクの輪っかを活かしての輪投げ、パン食い競争、玉入れと行い、しっかり運動会らしくなったのではないのでしょうか。最後の玉入れまで勝敗の結果が分からない、盛り上がる行事になったかと思います。笑顔の写真がたくさんですのでぜひご覧ください。おやつはパン食い競争で獲得したクリームパンと、近くにできたロピアで購入したティラミスを食べました。また、今年は父の日のおやつ作りとして、リンゴジュースとゼラチンを使ってビールに見立てたりんごゼリーを作りました。みんなで乾杯をしました。写真がビールの様ですがご安心ください。見た目はビールそのもの、でも味は甘いというのに怪訝な顔をされながらも「美味しい」と笑顔を見せていただきました。私ごとですが、自宅で父にも作りまして、ゼラチンが多かったのか？ダメになり失敗したんです。なので、成功してよかったと思いました。7月1日にはライフケアしかたとの合同七夕会を行いました。それぞれのホームが考えたゲームを行い、そのあと茶話会をしました。あじさいに見立てた七夕ゼリーやお菓子パーティをしました。また、6月に梅仕事をして毎日梅シロップの瓶を振ってもらっていたのですが、そちらを炭酸で割った梅ジュースをふるまいました。私も飲みましたがとても濃厚な味でたくさん飲みたくなりました。他にも山笠を見に行ったり、すのこ体育館にりすのこシンフォニーという音楽イベントに、ホーム全員で参加したりと、楽しさ・にぎやかさ、盛りだくさんの日々を送っています。

8月に入り、まだまだ暑い日が続きます。ホームでは水分補給や空調管理に気を配って参ります。皆様もどうぞご自愛ください。各お部屋に日々の様子を綴った写真アルバムもございますので、面会にもいらしてください。ご予約をお待ちしております。 令和8年8月 介護職員 S・K

### 令和8年度第2回さくら会議 ご参加ありがとうございました！



## 朝の集い・体操・脳トレ・午後の集い



便秘解消運動



ラジオ体操



敬老会で食べたいものは？

ホームでは、適宜  
入居者会議を開催し、  
みんなで決める  
機会を持っています。



風船バレー



書道でなんて書きましょうか？



おやつのお茶どれにする？

## 生活の様子



今日の予定の確認



毎朝新聞を取りに行きます



新聞取りのついでにお茶タイム♪



壁面飾り制作



生け花



ビール？づくり



梅仕事



縫物



書道



パフェづくり



カフェ



テイクアウト



飾り山見学



新天町へおでかけ

## 桜花会グループホーム七夕会



## グループホーム運動会



## いすのこシンフォニー

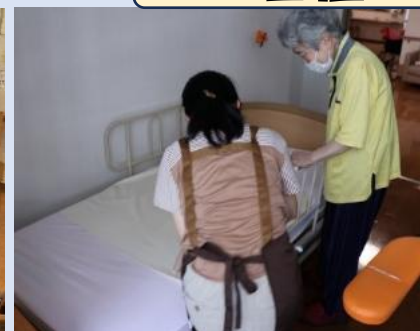


外出



## 各種ボランティア

カラオケ



居室清掃



## ごはんの支度の様子



### 「9月1日は「防災の日」～災害時に命を守るための体づくり～」

9月1日は「防災の日」です。近年は地震や豪雨に加え、猛暑下での災害への備えも重要になっています。令和8年7月に発生した熊本地震では、多くの方が避難生活を余儀なくされ、熱中症や脱水、体力低下など健康面への影響も課題となっています。災害時に自分や大切な人を守るためには、防災用品だけでなく、「歩ける体」「動ける体」を日頃からつくっておくことも大切です。

**日頃から心掛けたい健康づくり**①毎日20～30分程度のウォーキングを続ける②スクワットやかかと上げなどで足腰の筋力を維持する③こまめな水分補給を習慣にする④毎食たんぱく質を取り、筋肉を維持する⑤座っている時間を減らし、昼間の活動量を増やす

災害時は体力があるかどうか、避難や生活再建にも大きく影響します。日頃の運動や食事、水分補給の積み重ねが、災害時に自分の命を守る力になります。「防災の日」を機に、防災用品の点検とあわせて、ご自身の健康づくりも見直してみませんか。

～株式会社ニューサポート様より～

### ニューサポコラム 第32回♪