



花祭り(4月8日)・・・お釈迦様の誕生日を祝うお祭りで「灌仏会(かんぶつえ)」「降誕会(ごうたんえ)」とも呼ばれ、日本では7世紀初めから既に行われていたようです。宗派を問わずどの寺院でも行われる催しで、草花を飾った花御堂に安置された誕生仏に甘茶をかけて礼拝します。甘茶はお釈迦様が誕生した時、九体の竜が香湯を注いだという伝説に基づくもので、産湯に相当するものと考えられています。

● **介護保険サービスにはどんなものがある?**
 ・住宅改修(手すりの設置や段差の解消などの工事費用の補助が出ます) ※最大18万円
 ・デイサービス(運動やゲームなどを通じて、同世代の方と二階に楽しく過ごせます)
 ・訪問介護(掃除や買い物、食事や入浴などを、ヘルパーが自宅へ来て手伝ってくれます)

● **介護保険サービスはどんな人が利用できる?**
 ・原則として65歳以上(特定の疾患がある場合は40歳以上)で、加齢に伴い身体機能が低下した方、病気やケガにより日常生活に介助が必要になった方などが対象です。
 ・「次のようなことで困っておられませんか?」
 ・家にいる時間が長くなり、人と会って話す機会が減っている
 ・身体を動かしたいと思っているが、自分に合った運動方法がわからない
 ・独り暮らしで家事が大変なので、掃除や買い物を手伝ってほしい など
 ・介護保険サービスを利用して、こういったお悩みが解決できた方も多くおられます!

● **介護保険サービスはどんな人が利用できる?**
 ・原則として65歳以上(特定の疾患がある場合は40歳以上)で、加齢に伴い身体機能が低下した方、病気やケガにより日常生活に介助が必要になった方などが対象です。
 ・「次のようなことで困っておられませんか?」
 ・家にいる時間が長くなり、人と会って話す機会が減っている
 ・身体を動かしたいと思っているが、自分に合った運動方法がわからない
 ・独り暮らしで家事が大変なので、掃除や買い物を手伝ってほしい など
 ・介護保険サービスを利用して、こういったお悩みが解決できた方も多くおられます!

● **介護保険サービスはどんな人が利用できる?**
 ・原則として65歳以上(特定の疾患がある場合は40歳以上)で、加齢に伴い身体機能が低下した方、病気やケガにより日常生活に介助が必要になった方などが対象です。
 ・「次のようなことで困っておられませんか?」
 ・家にいる時間が長くなり、人と会って話す機会が減っている
 ・身体を動かしたいと思っているが、自分に合った運動方法がわからない
 ・独り暮らしで家事が大変なので、掃除や買い物を手伝ってほしい など
 ・介護保険サービスを利用して、こういったお悩みが解決できた方も多くおられます!

虹の架け橋
高齢者より良い生活を送るために
 “介護保険制度”を
 ご存じですか?
 ショートステイ(食事や入浴を含めた介護を受けられる施設に宿泊滞在できます)
 ・訪問看護(病院まで足を運べない場合、看護師が自宅まで来てくれます) など
 ※特に「デイサービス」は認知症予防や健康維持にも大変有効とされていますので、元気なうちからの利用をお勧めします。

● **「相談から手続きまで全て無料です」**
 虹の里では、介護認定の申請手続きを無料で代行します。また、介護に関することだけでなく、高齢者の生活におけるどんな小さなことでも相談に応じますので、お気軽にお問い合わせ下さい。
 〈お問い合わせ先〉
 虹の里 居宅介護支援事業所
 ☎082-5508-5551
 虹の里 第2居宅介護支援事業所
 ☎082-5516-5225

● **「手続きが複雑なのは…」とご心配の方、居宅介護支援事業所」にお任せください!**
 これらの介護サービスを利用するには、事前に「介護認定」を受けておく必要があります。介護認定は、役所へ申請書類を提出した後、審査を経て結果が出るまで1ヶ月程度かかります。今は元気だと思っても、いざと言う時にすぐサービスを利用できるよう、早めに申請しておきましょう。

● **「相談から手続きまで全て無料です」**
 虹の里では、介護認定の申請手続きを無料で代行します。また、介護に関することだけでなく、高齢者の生活におけるどんな小さなことでも相談に応じますので、お気軽にお問い合わせ下さい。
 〈お問い合わせ先〉
 虹の里 居宅介護支援事業所
 ☎082-5508-5551
 虹の里 第2居宅介護支援事業所
 ☎082-5516-5225

● **「相談から手続きまで全て無料です」**
 虹の里では、介護認定の申請手続きを無料で代行します。また、介護に関することだけでなく、高齢者の生活におけるどんな小さなことでも相談に応じますので、お気軽にお問い合わせ下さい。
 〈お問い合わせ先〉
 虹の里 居宅介護支援事業所
 ☎082-5508-5551
 虹の里 第2居宅介護支援事業所
 ☎082-5516-5225

● **「相談から手続きまで全て無料です」**
 虹の里では、介護認定の申請手続きを無料で代行します。また、介護に関することだけでなく、高齢者の生活におけるどんな小さなことでも相談に応じますので、お気軽にお問い合わせ下さい。
 〈お問い合わせ先〉
 虹の里 居宅介護支援事業所
 ☎082-5508-5551
 虹の里 第2居宅介護支援事業所
 ☎082-5516-5225

● **「相談から手続きまで全て無料です」**
 虹の里では、介護認定の申請手続きを無料で代行します。また、介護に関することだけでなく、高齢者の生活におけるどんな小さなことでも相談に応じますので、お気軽にお問い合わせ下さい。
 〈お問い合わせ先〉
 虹の里 居宅介護支援事業所
 ☎082-5508-5551
 虹の里 第2居宅介護支援事業所
 ☎082-5516-5225

● **「相談から手続きまで全て無料です」**
 虹の里では、介護認定の申請手続きを無料で代行します。また、介護に関することだけでなく、高齢者の生活におけるどんな小さなことでも相談に応じますので、お気軽にお問い合わせ下さい。
 〈お問い合わせ先〉
 虹の里 居宅介護支援事業所
 ☎082-5508-5551
 虹の里 第2居宅介護支援事業所
 ☎082-5516-5225

● **「相談から手続きまで全て無料です」**
 虹の里では、介護認定の申請手続きを無料で代行します。また、介護に関することだけでなく、高齢者の生活におけるどんな小さなことでも相談に応じますので、お気軽にお問い合わせ下さい。
 〈お問い合わせ先〉
 虹の里 居宅介護支援事業所
 ☎082-5508-5551
 虹の里 第2居宅介護支援事業所
 ☎082-5516-5225

コロナ情報
 ● **「ステルスオミクロン」“BA.2株”に要注意!!**
 これまで何度も変異を繰り返しているコロナウイルスですが、現在感染が広がりはじめているのが「BA.2株」で、これは従来のオミクロン株(BA.1株)が変異したものです。BA.2株はBA.1株に比べ、さらに「潜伏期間が半日ほど短く、感染が広がりやすい」ことが分かっており、これから5月にかけてほぼ全てがBA.2株に置き換わると言われています。
 ● **「年代別の感染状況について」**
 3月中旬の広島県の感染者を年代別にみると、多い順に「10歳未満(23%)」「10代(17%)」「30代(17%)」「20代(14%)」「40代(13%)」となっております。50歳未満が全体の84%を占めています。
 ● **「年代が上がるほどワクチン接種が進み、感染しにくく」**
 「若者や親世代が会食などで感染し、家庭に持ち込む」「ワクチン未接種の子どもに爆発的に感染が広がっている」といった傾向があることが考えられます。
 ● **「まずはワクチン接種を」**
 ・ワクチンの効果が十分に出るまで2週間かかりますので、家族や友人に声を掛け合って、まだの方は1日でも早く接種しましょう。
 ● **「飲食店の利用はできるだけ控える」**
 ・多くの人が集まる場所、特にマスクを外す時間が増える「会食」は、感染リスクが高いため、今しばらく控えましょう。
 ● **「また、ワクチンを接種していても感染するブレークスルー感染もみられていますので、「不織布マスクの着用」「こまめな消毒」「空気の入れ替え」といった基本的な感染対策を怠らないように」**しましょう。

4月/桜
虹の里だより
 Vol.261
 2022.4
 発行日は5月1日(日)発行
 発行人 中井 公孝

社会福祉法人 広島東福社会
 心と心を結ぶ 虹の架け橋
虹の里
 特別養護老人ホーム 併設デイサービスセンター虹の里 (第1デイサービスセンター)
 虹の里 居宅介護支援事業所
 〒732-0031 広島市東区馬場2丁目1398番地の1 (広島バス29番「小河原車庫」行き「豊芝入口」バス停下車徒歩2分)
 ☎(082) 508-5551
 FAX(082) 508-5550
 E-mail: nijinost@jasmine.ocn.ne.jp
 虹の里 第2デイサービスセンター
 〒732-0031 広島市東区馬場2丁目548番1 (広島バス29番「小河原車庫」行き「西の畑」バス停下車徒歩2分)
 ☎(082) 824-8844
 FAX(082) 883-0580
 E-mail: dai2-nijinost@beetle.ocn.ne.jp
 虹の里 第2特別養護老人ホーム 第2居宅介護支援事業所
 〒732-0031 広島市東区馬場3丁目26番2-4号 (広島バス29番「小河原車庫」行き「豊芝入口」バス停下車徒歩10分)
 ☎(082) 516-5225
 FAX(082) 899-8008
 E-mail: no.2-nijinost@gaea.ocn.ne.jp

虹の里「デイサービス」のご案内

理解力のあるこちらから

デイサービスを利用しましょう

コロナ禍で、家で過ごす時間が増えて体力・気力が弱っていませんか？ ワクチンの接種を終えられたら、少しずつ活動的な生活を取り戻してゆきましょう。

◎デイサービスは認知症予防に大変有効ですが、元気なうちから早く利用を始めることで、その効果はより大きくなります！

デイサービスを利用すると…

- ① 同じ趣味嗜好を持つ同年代の仲間と一緒に賑やかに過ごせます。
- ② グランドゴルフやウォーキングなど、芝生広場を使って楽しみながら運動することができます。
- ③ 毎日起きる時間が規則正しくなり、ダンダンと過ごすことが無くなります。
- ④ 体温・血圧の測定や、身体の不調の相談を含め、看護師による健康管理ができます。



【1日無料体験実施中】
虹の里では、食事・送迎つきでデイサービスを実際にご利用頂けます。



《お問い合わせ先》

第1デイサービス 担当：清水 吉村
TEL：082-508-5551
第2デイサービス 担当：谷川 上峰
TEL：082-824-8844

デイサービスクラブ紹介

ここでは、虹の里で実施しているクラブ活動を一部ご紹介いたします。

※お好きなものを選んで参加して頂けます！

【運動系】

● **グランドゴルフ**
…一番人気のスポーツです。雨の日も快適な室内で楽しめます。



● **フロアカーリング**
…氷上のチェスと呼ばれる競技です。フローリングの上で行えます。



● **ベタンク**
…金属製のボールを投げて目標に近づけるフランス発祥の球技で、愛好者が増えています。

【ものづくり系】

● **ペーパークラフト**
…専用の紙ひもを組み合わせ、実用的なグッズが作れます。



● **絵手紙**
…ハガキ大の用紙に絵を描き、細やかな色使いで仕上げます。



● **習字**
…心を落ち着かせて筆を進めると、心も洗われます。

● **工作**
…季節感のある小物はインテリアにも最適です。



【その他】

● **麻雀**
…和気あいあいと楽しめます。初心者向けの講座も人気です。



● **映画鑑賞**
…不朽の名作から近年の話題作まで取り揃えています。



● この他にも、20を超える種類のクラブがあります。きっとあなたも楽しめるものが見つかります！

デイサービスからのお知らせ

花活を盛りましょ！

近年では「花活」とも呼ばれるフラワーアレンジメント。季節の草花を組み合わせて鉢植えなどを作ること、楽しみながら健康維持や認知症予防にもつながると言われており、女性を中心に参加される方が増えています。色鮮やかなチューリップを主役に、テマリソウやムギなどと一緒に作った作品は、いつもの食卓やリビングを華やかに彩ってくれます。

これからどんどん気候も良くなり、気分も前向きになる季節が訪れます。多くの草花が見ごろを迎えますので、そんな大自然の持つ力を感じながら、虹の里の「花活」に触れてみませんか？



天然芝でグランドゴルフ！

寒かった冬の間、じっと根を張り春を待ち続けた芝生グラウンド。満を持して色づき始め、暖かい春風のもと、連日多くの方が芝生の上で活動されるようになりました。特に、屋外で気持ちよくプレーできるグラウンドゴルフは大人気で、天然芝特有の柔らかさと、毎日微妙に違う芝の長さに合わせて、ボールを打つ力加減の調整が必要だったりすることも、長く愛されているポイントなのではないでしょうか。

虹の里の芝生グラウンドは、高齢者にとって最適な運動の場所です。気の合う仲間と楽しみながら、一緒に健康を手に入れましょう。



春キャベツの豚照り焼きソース

手軽にできる季節の味



春キャベツは風邪予防に効果的なビタミンCが豊富です。

■材料(2人分)

春キャベツ…1/4玉
新玉ねぎ…1/4個
カイワレ…1/2束
豚肉…200g

○砂糖…大さじ1
○酒…大さじ1
○醤油…大さじ1
○みりん…大さじ1
○ニンニクすりおろし…1かけ分

■作り方

- 1 春キャベツは千切りに、新玉ねぎは薄いスライスに、カイワレも食べやすく切ります。全て皿に盛り付けておきます。
- 2 フライパンに油をひかずに豚肉を炒め、○を加えてしっかりと味付けします。
- 3 ①に②をのせて完成です。

介護職員大募集!

虹の里(特養)では、介護職員を募集しています。あなたの優しさを虹の里で活かしてみませんか？

【無資格・未経験から始めた職員が多数在籍中!】

虹の里は、無資格・未経験でも、すぐに正社員として活躍できる職場です。慣れるまでマンツーマンで指導しますので、介護が初めての方もご安心ください!

●月給:211,800円~(夜勤手当4回分を含む) ●賞与:5.6ヶ月
●休日:年間119日(シフト制。休みの希望も考慮できます)

担当:藤井



施設利用・介護相談・求人など各種に関する お問い合わせ先: 虹の里 ☎082-508-5551