



## 地域サポート施設

香照苑は『地域サポート施設』として兵庫県から認定を受けております。65歳以上で介護保険認定を受けておられない方で香寺町に住まれていて、一人暮らしもしくは高齢者世帯の方を対象に

- ①「買い物支援サービス事業」（要支援認定の方は応相談で対応）
- ②「見守り支援サービス事業」 を行っております。

- ①「買い物支援サービス事業」とは  
自宅から店舗までの送迎サービス・買い物中の見守りサービス
- ②「見守り支援サービス事業」とは  
安否確認サービス・相談援助サービス

お問い合わせは、下記電話番号で地域サポート施設担当者まで



社会福祉法人 徳宗福祉会 香照苑

兵庫県姫路市香寺町須加院338番地506

【TEL】 (079) 264-5567

【FAX】 (079) 264-5690

【ホームページ】 <http://www.tokusou.or.jp>



# 特別養護老人ホーム

## ナス&ゴーヤの収穫



## 米寿・白寿のお祝い

### 祝！白寿



### 祝！米寿



### 祝！米寿



## 誕生日会



春に植え付けしたゴーヤやナスを収穫しました。収穫後は美味しくいただきました。毎月誕生日会も行っています。誕生日会の日はおやつにケーキをいただきました。今年白寿、米寿になる方もいらっしゃいます。敬老会でお祝いさせていただきました。

## 医務室だより

### 2023年秋開始 コロナワクチン接種について

9月20日～11月3日までに施行



高齢者施設等においては、モデルナワクチンが、政府より、供給される予定です。香照苑に於いては、10月ごろには、実施できればと考えております。5類感染症に、認定されたといわれても、苑内には、基礎疾患のある方々が多く、予防策の徹底！及びワクチン接種の速やかな、実現！を、皆様のご理解・ご協力をもって、入所者様に、安心・安全を確保していただけるよう、努力しております。



# デイサービス

8月からリニューアルしました!!

午後からは、趣味活動・脳トレゲーム・  
リラックスルームでゆったり過ごす?！  
好きなレクリエーションを選んでいただ  
けるようになりました

## 趣味活動



書道や絵手紙、ちぎり絵をなど皆さん  
楽しんでいます。

お好きな時間に

## リラックスルーム

ご利用できます!



運動をしたりソファーに座って、お茶  
を飲みながら皆さんお話をされていま  
す。音楽を聴きながらゆっくりとした  
時間を過ごされています。



利用中いつでも喫茶  
コーヒーが飲めるよ  
うになりました



## 脳トレゲーム



# 居宅介護支援事業所

秋といえば、食欲の秋、芸術の秋、スポーツの秋など多々ありますが、播州の秋といえばやっぱり祭りでしょう。播州秋祭りは歴史があって全国的にも有名な祭りです。絢爛豪華な屋台と情熱的な練合いで熱い血が騒ぐ人も多いのではないのでしょうか。

## 介護豆知識



MCI（軽度認知障害）をご存じですか？物忘れが主たる症状だが、日常生活への影響はほとんどなく、認知症とは診断できない状態のことを言います。MCIの人は、年間で10～15%が認知症に移行するとされています（厚生労働省e-ヘルスネットより）。しかし、MCIは運動や食生活などの対策をきちんと行うことで健常な状態に戻ることがあります。

MCI（軽度認知障害）の改善や認知症への進行を予防する対策：

- ①運動（週3回以上の定期的な運動）、②食事（色々な食品をバランスよく分食べる）
- ③社会参加（人との会話や交流、趣味活動等）、④認知機能トレーニング（読書、ゲーム）

（厚生労働省HP<<https://www.mhlw.go.jp>>『あたまからだを元気にするMCIハンドブック』より抜粋）



# ケアハウス



ケアハウスの敬老会にマジシャンが4名やって来ました。まだまだ見習い中なので種も仕掛けも丸見えです。マジシャンもハラハラ、お客様もハラハラドキドキのマジックショーになりました。

頭の体操の一つとして、数字をつなぐとイラストが完成する点つなぎや隠れた小さなイラストを絵の中から探す絵探しなど取り組んでおられます。完成後それぞれイラストに手を加えてくださり素敵な作品の完成です。



毎週木曜日はカラオケをしています。童謡や民謡、歌謡曲などジャンルは様々です。回を重ねるごとに皆さんの声も大きくなり上達しています。毎回最後の曲は手をつなぎ輪になり「幸せなら手をたたこう」でお開きです。



## 聞きなれない？ ケアハウスってどんなところ？

相部屋は何か苦手だわ...



グループホームとの違いは？



見学は可能なの？



入居者全員に個室が用意されています。プライバシーが守られていますので、安心して暮らしていただけます。外出時は施設もできます。



ケアハウスは自宅で生活するのが困難になった方や低所得者を対象にしています。グループホームは介護度の低い認知症高齢者を対象とし、日常生活の支援を受けながら共同生活をする施設です。



もちろん可能です。体験入居もできますので、ぜひご検討下さい。



詳しくは香照苑HPまたはケアハウスまでお問い合わせください。

香照苑



## 栄養便り

### 食べることから考えるSDGs

私たちにもできること



SDGsについて、漠然と何ができるのか考えるのは少し難しいですが、農林水産省が出した「食育ピクトグラム」から考えてみると、自分たちに出ることが見えてくるかもしれません。

<p><b>1</b> みんなで楽しく食べよう</p>	<p><b>2</b> 朝ごはんを食べよう</p>	<p><b>3</b> バランスよく食べよう</p>	<p><b>4</b> 太りすぎない やせすぎない</p>	<p><b>5</b> よくかんで食べよう</p>	<p><b>6</b> 手を洗おう</p>	<p><b>7</b> 災害にそなえよう</p>
<p><b>8</b> 食べ残しをなくそう</p>	<p><b>9</b> 産地を応援しよう</p>	<p><b>10</b> 食・農の体験をしよう</p>	<p><b>11</b> 和食文化を伝えよう</p>	<p><b>12</b> 食育を推進しよう</p>	<p>●食品ロス削減活動の一例</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・冷凍ミールを使用して長期保存可能な食材を使う</li> <li>・容器包装の工夫により鮮度保持期間を延長</li> <li>・野菜を皮ごと使ったり、残った料理をリメイクしたり、食品ロス削減につながるレシピを考案</li> </ul>	