



# WE ARE HOME

ここには元気があります。  
笑顔があります。  
優しさもあります。  
そして、ちょっぴりユーモアもあります。  
それが私たちの「HOME」です。



令和3年3月号

高齢者介護施設 宝夢  
小規模多機能型居宅介護 大空  
認知症対応型グループホーム 大地

http://houm.jp  
TEL:028-666-5666  
高根沢町宝積寺 2424-18

寒波が続いた今冬。そしてコロナと相まって、例年以上に室内にいる時間が長かった今冬。下旬には一気に5月の陽気となった2月。「待ってました!」と外に出、晴れ渡る青空を見上げ、積極的に体を動かします。なんとなくコロナで沈んだ気持ちも、外の解放感、運動の適度な疲労感、空の青さの爽快感で自然と解消されていくようです。

コロナにより生活が一変して、すでに1年が経過しました。今までできたことができなくなったことを嘆いているだけでは何も始まらないことも実感し、感染対策をしながら利用者様支援は何ができるのか模索を日々、続けています。大雨の後にきれいな虹がかかるように、アフターコロナの日常が輝くように、コロナ禍を乗り切っていきたいと思います。



大雨の後に虹  
いいことがあると願って

## 3月のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3 ひな祭り	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20 春分の日
21	22	23	24	25 避難訓練	26	27
28	29	30	31			

※新型コロナウイルス感染予防対策として、外部からのイベントは見合わせています。  
再開は厚生労働省、高根沢町からの情報をもとに検討していきます。

高齢者介護施設 宝夢では栃木県の「高齢者施設等における無症状者に対する新型コロナウイルス感染症検査（抗原定量検査）」を2/22全従業員実施し、全員陰性結果となりました。



コロナに負けるな!

## 運動と食事 そして 季節を感じる

### 節分



全集中で  
鬼退治!

今年の節分は例年のような大騒ぎはちょっと控えて、個別対応の豆まきとなりました。その分、それぞれの利用者様は呼吸を整え、「コロナは出ていけ!」と元気よく、鬼に扮した職員に豆を一打入魂していました。

豆まきの後のおやつは栃木のソウルフード「しもつかれ」。例年のように密になって作製できませんでしたが、「やっぱり節分はこれだよ」と話に花が咲きました。

栃木の魂  
しもつかれ



### おやつタイム

感染対策  
しながら

ステイホームが中心だからこそ、おやつは楽しく!お腹にたまりそうなおやつだったり、アウトドア風のおやつだったり。アウトドアでも飛沫が飛ばない工夫をしています。



### お手伝い

できることを  
維持しながら



例年はイベントに忙しくしていましたが、今年はイベントが限られている分、日々を丁寧に暮らしています。利用者様にできることを手伝っていただきながら、ゆっくりとした時間の流れを味わっています。

### 体操

青空の下で  
運動します

少しずつ、力強さを増していく2月の太陽。ちょっと寒さを感じる日もあるけれど、外に出て、青空を見上げれば気分は上々!「中にいるのがもったいないね」と体も自然と動き出します。大きく手を広げ、新鮮な空気をしっかり取り込みます。少しずつ春の到来を五感で感じています。

