

せいかつかいご  
**生活介護エンジョイプラン**  
**BINGO**



3月8日(土)にビンゴ大会を開催しました！  
 「ビンゴ!!!」という声の順番に豪華景品が贈られ、緊張する様子や  
 沢山の笑顔がみられた行事となりました♪

新規利用者様の紹介 よろしくお願いたします♪

西出 光紀様      加藤 哲郎様      佐藤 勝様

へんしゅうこうき  
**編集後記**

あたたかい日が増え、春の気配を感じますね！  
 冬は室内での行事がメインでしたが、雪が  
 解けたら、外出行事を予定しています♪  
 利用者様の笑顔をたくさんお届けできればと  
 思っていますので、楽しみにしていただけ  
 ると幸いです。 機関誌編集委員 尾崎

**自主**  
**361号**

発行日 令和 7年 3月  
 発行・編集  
 社会福祉法人 禎心会  
 ケアセンター山の手 機関誌編集委員会  
 〒063-0009  
 札幌市西区山の手433番地1  
 Tel. 011-642-1152 Fax. 011-642-1278

間もなく令和7年度が訪れます。昨年度は災害や選挙など、社会を  
 揺るがす報道が多くありました。自民党総裁選やアメリカ大統領選挙  
 など当法人には影響はありませんでしたが、気に病む年であったよう  
 に感じます。

また、ドジャース大谷選手のMVPや被団協のノーベル平和賞など  
 の明るい報道もありました。勇気づけられる話題は国民を奮い立たせ  
 るものであったと感じております。令和7年度は、気持ちを払拭し新  
 たな希望を抱ける年度になればと思っております。

その為には、お1人お1人が目標を持ち、取り組み、突き進む事が  
 大事です。施設内での生活で窮屈さも感じている事もあると思いま  
 が、目標がある事で前向きに捉えられ、行動に発展すると思いま  
 新年度は目標の振り返りや、新たな目標を見つける等を行い、邁進し  
 て参りましょう。

ご家族様含め利用者様も飛躍できる年度になりますよう職員一同  
 支援して参ります。明るく、達成感のある年度にして参りましょう。

障がい者支援施設山の手  
 係長 君塚 英二

**社会福祉法人 禎心会**





# せつ ぶん 節分



やられたー  
（Dc、



# でまえずし 出前寿司



2月の行事は節分と出前寿司でした。  
節分では、鬼に豆の代わりにボールを投げて退治しました。  
終始笑顔で楽しまれており、たくさんの幸福を呼べました！  
出前寿司では、久しぶりに生寿司を食べることができて、  
皆様から美味しい、美味しいとの声があがりました。

# ★リハビリ機器の紹介★

当事業所のリハビリ室には、有酸素運動系のリカンベントエルゴメーター、エブリデイカルリカンベントエルゴメーター、エスカルゴがあります。

有酸素運動は心拍数を上げ、呼吸を深くすることで、心臓と肺の機能を強化します。これにより、血液の循環が改善され、体全体への酸素供給が増大します。定期的な有酸素運動は、心臓病や高血圧、肺疾患などのリスクを低減し、健康的な生活をサポートすることができます。また、適度な強度で継続的に行うことで、健康的な体重の維持や減量が可能となります。

ご利用の際は、リハビリ科スタッフが使用の説明をしますので、気軽に声をかけてもらえればと思います。マシンを活用し、健康を維持していきましょう。



# 今年度入職した職員の紹介

ねが ねが  
よろしくお願ひします★



かいごふくしし 介護福祉士  
やなぎさわ ちか 柳澤 千佳



かんごし 看護師  
かない まきこ 金井 真紀子



りがく りょうほうし 理学療法士  
かざま つぐみ 風間 亜泉



さぎょうりょうほうし 作業療法士  
さとう れな 佐藤 伶菜



さぎょうりょうほうし 作業療法士  
わたなべ あすか 渡辺 明日香