



伊豆村有楽老人ホーム

ウェルケア伊豆高原

静岡県伊豆市八幡野1741-266

第208号 令和3年5月発行

ご意見、ご相談は、0557-54-0054

ウェルケア伊豆高原概要

令和3年5月1日現在

ご入居者数：27名 平均年齢：90.00歳

〒413-0232 静岡県伊東市八幡野1741-266

(株)有楽 <<お問い合わせ先>> info@wellcareizu.jp



## 施設情報

入居相談などお気軽にお問い合わせ下さい。

詳しくはWeb「[ウェルケア伊豆高原](#)」で今すぐ検索!!



## お花見ドライブ



今年のソメイヨシノは、開花がとても早かったです。見ごろにあわせてお花見できるようにと、職員たちが情報をかき集めたのですが、それよりもずっと早く、ドライブ直前まで気をもみました。今年目指したのは、お隣、東伊豆町の東伊豆カントリーコースでした。海岸から山を登った標高200メートル超えのところにあり、「開花が早いけど標高が高いからほんの数日ずれるらしい」などということを目にし、職員たちが「大丈夫かしら」と下見に行ったりして、これなら大丈夫と、当日は安心して出かけられました。黄砂が飛んでいるというニュースも流れていて、春霞がかかっていましたが、伊豆大島や利島を望むこともできました。道中も、車窓を楽しんでいただきながら、目的地に到着したところ、広場の両側を美しい桜が遠くの方まで並んでいました。その様子を見て、「きれいね」「ちょうど満開だね」と嬉しそうにおっしゃられていました。



平日だったので、人出も少なく、満開の桜を独占しました。遠くから賑やかな声が聞こえてきて、「あそこで遊んでいるのは幼稚園の子供たちかしら、楽しそうね」と目を細められてる方もいらっしゃいました。「ぽかぽかの陽射しが気持ちいいし、風も心地いいね」とおっしゃって、芝生の上を、桜の花を追うようにのんびりとお散歩を楽しまれる方もいらっしゃいました。



お花見ドライブの回数を重ねるごとに、目の前を舞う桜の花びらが増えていきましたが、舞い散る桜の様子を静かに穏やかに眺められる方もいらっしゃいました。施設に戻られたときのご入居者の皆さまは、とてもすてきな桜を眺められてきたこともあって、とても嬉しそうな笑顔の方ばかりでした。

お花見ドライブの回数を重ねるごとに、目の前を舞う桜の花びらが増えていきましたが、舞い散る桜の様子を静かに穏やかに眺められる方もいらっしゃいました。施設に戻られたときのご入居者の皆さまは、とてもすてきな桜を眺められてきたこともあって、とても嬉しそうな笑顔の方ばかりでした。



**スタッフ  
コラム**

**あれ？って思う体調不良**

昼夜の寒暖差が大きく、体調不良や気分がのらないなどの言葉を耳にすることが多くなってきました。



朝夕は気温が低く、日中は夏のような日差し、急激な気温の変化に体が付いていかずボーッとしてしまっていないでしょうか。

着る物の調整や着替えが億劫になって、日中、汗をかいても我慢して過ごし乗り切った結果

が、日が暮れてから汗が冷えて体調不良の原因となったり、日中暑くなった時に厚着をしていて熱を発散できずに、熱が籠もってしまい体調不良を訴える方もいます。適度な運動を行い、汗をかいたら着替えを行う。気温にあった脱ぎ着のしやすい服装へ移行できるようにすることが大切です。



ウェルケア伊豆高原では、お茶の時間を使いご入居者様と体を動かし、服装の調整確認をしながら季節に合った装う衣に変更し、楽しく過ごしていけるよう環境づくりを考えています。N

**タケノコ ~旬の味覚~**



3月の終わりごろから、こちらウェルケア伊豆高原周辺にある竹林では、タケノコが顔を出し始めました。気づくと子供の背丈を超えるくらいに、あっという間に育ってしまいます。おいしくいただける大きさのタケノコは、竹林の中では見つけにくくて、すっかり大きくなったタケノコを見て、「明日はもっとじっくり探してみよう」とスタッフたちは思っていたようです。ご近所さん同士、また、店先にもタケノコが出回っていて、「香りがよくておいしかった」といいながら、「掘って湯がいてきた」とスタッフがタケノコを持ってきました。そんなタケノコを見たご入居者の方が、「私はタケノコが大好き。昔はよく掘りに行った」とおっしゃり、それではと、スタッフがタケノコ煮を作って、おやつのご入居者の皆さまに召し上がっていただきました。



いつものお食事の時にいただくタケノコとは、ちょっと違って、なじみ深い家庭料理のタケノコ煮に、「ほんとに香りがよくておいしい」「この時季だけだ」とおっしゃりながら、おいしそうに召し上がっていただけました。



**お誕生日**

**おめでとう！**

今月、誕生日を迎えられた方です。

おめでとうございます。



**アスパラガス**

「ちびっ子アスパラガス」は、ウェルケアの菜園で、すくすく元気に育っています。



**5月の予定**

- 6日(木) レイシエルクラブ
- 13日(水) Bakery & Table
- 18日(火) 三島信用金庫来館
- 26日(水) 移動美容室はしば来館
- 毎週水曜日 ナガヤ買物
- 毎週土曜日 こんがりあん移動販売
- 毎週日曜日 休浴日

**編集後記**

「どうしたの。病院に行かなかきゃだめよ。」とおっしゃってくださったご入居者の方がいらっしゃいました。足だけが痛くて、痛みでバランスを崩して転ばないように、登山用の杖を使っていたら、心配そうにお声がけしてくれました。ご入居者の方に心配していただけるのも、こちらにずっと勤務しているからではないかと思いました。「一緒に過ごす人」と思っていただけであってほしいと思います。(M)